



Bibliographie Nouveautés

Documentaires adultes

2^e trimestre 2022



1.000 ans de joies et de peines

Ai, Weiwei

Buchet Chastel

Dans ces mémoires illustrés de dessins inédits, l'artiste chinois raconte son enfance, sa jeunesse dans les camps de travail de Mao Tsé-Toung, sa formation à New York, son amitié avec Allen Ginsberg ainsi que l'influence de Duchamp et de Warhol sur son travail, sa prise de conscience de la dimension révolutionnaire de l'art et son combat contre le système chinois.

MATHIEU
SLAMA

Adieu la liberté

Essai sur la société disciplinaire



LA CITE

Adieu la liberté : essai sur la société disciplinaire

Slama, Mathieu

Presses de la Cité

Réflexion sur ce que l'auteur décrit comme un nouveau totalitarisme insidieux, soucieux de la sécurité et de la santé de tous, mis en lumière par la pandémie de Covid-19. Il analyse les faits et les éléments de langage qui ont rendu possible l'acceptation de cette forme de servitude chez un peuple pourtant réputé indocile, et recherche les origines de ce phénomène dans l'histoire récente.



Agir pour le climat en famille

Baussant, Pascale

la Plage

Un guide proposant plus de cent outils et solutions écologiques à mettre place en famille afin de contribuer à la lutte contre le réchauffement climatique au quotidien, chez soi, lors de ses déplacements ou encore de ses loisirs. Des interviews et des portraits d'entrepreneurs engagés dans la fabrication française, la recolisation et l'écoconception enrichissent l'ouvrage.

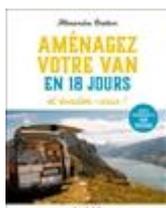


Alzheimer mon amour

Huguenin, Cécile

Ed. Héloïse d'Ormesson

Un mot qui manque, un geste figé et le diagnostic écrase ce couple amoureux depuis trente ans : Daniel serait touché par Alzheimer. Refusant tout traitement, Cécile et Daniel voyagent, luttent contre l'inconnu jusqu'à l'inéluctable déclin qui les ramène dans leur Jura natal.

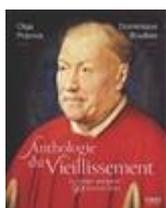


Aménagez votre van en 18 jours et évadez-vous ! : simple, économique et sur mesure

Bretton, Alexandre

Dunod

Guide proposant des conseils pour réaliser soi-même l'aménagement de son van et le personnaliser, de l'isolation à la décoration, en passant par la ventilation, l'électricité ou encore la pose des meubles. Avec des plans de montage.



Anthologie du vieillissement : le temps qui passe en 50 oeuvres d'art

Popova, Olga

Boulbès, Dominique

First Editions

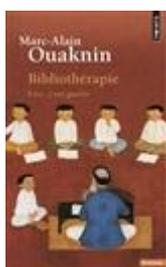
Se fondant sur l'étude de cinquante oeuvres picturales, sculptées, littéraires et cinématographiques, les auteurs interrogent la représentation artistique de la vieillesse et la perception de cet âge depuis l'Antiquité.



La bible de la micro-aventure : vélo, rando, bivouac, escalade, canoé

Chilowe

Marabout



Bibliothérapie : lire, c'est guérir

Ouaknin, Marc-Alain

Points

L'auteur explore les répercussions de la lecture sur la santé physique et psychique, ce qu'il appelle la force du livre. Travail de libération et d'ouverture, la bibliothérapie consiste à rouvrir les mots à leurs sens multiples et éclatés et permet à chacun de sortir de l'enfermement.



Bibliothérapie jeunesse : une approche expressive et créative

Louvel, Aurélie

Dunod

Une présentation des bienfaits de la lecture sur le développement des enfants : réduction du stress, meilleur sommeil, réconfort, entre autres. L'auteure propose des outils destinés aux enseignants et aux professionnels du livre, explique les actions à mener et dans quel cadre ainsi que le type d'ouvrages à utiliser lors de ces pratiques.



Bien dans ma tête grâce aux neurosciences

Depuydt, Caroline

Kennes Editions

La psychiatre explique comment se sentir mentalement bien et garder le contrôle de sa vie grâce aux neurosciences. Elle passe en revue les différentes méthodes existantes telles que le modèle de Brooke Castillo, le yoga kundalini et l'ACT (Acceptance and commitment therapy).



Les bienfaits de l'écriture, les bienfaits des mots : un atelier d'écriture

Chidiac, Nayla

O. Jacob

26 exercices pour s'initier à l'écriture thérapeutique ou intime et en découvrir les bienfaits, notamment pour comprendre des événements personnels, structurer sa pensée et mettre à distance ses émotions positives ou négatives. L'auteure propose d'expérimenter diverses formes d'écriture (lettre, journal, fable, conte ou encore haïku) en s'appuyant sur des extraits de textes d'auteurs inspirants.



Le canal du Midi à vélo : de Toulouse à l'étang de Thau

Jamrozik, Daniel

Ouest-France

Près de 500 km de parcours le long du canal du Midi avec des cartes détaillées, des conseils pratiques, des adresses d'hôtels, de campings et des chambres d'hôtes. Avec six escapades clés en main pour découvrir les sites et les curiosités qui jalonnent le canal.



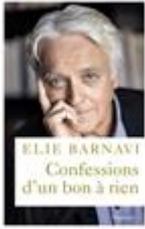
Céramique : 90 artistes contemporains

Vanier, Charlotte

Pettit Laforet, Véronique

Pyramyd éditions

Un panorama d'oeuvres d'art en céramique réalisées par 90 artistes qui repoussent la frontière entre art et artisanat en proposant des créations monumentales, abstraites, dérangeantes ou amusantes.



Confessions d'un bon à rien

Barnavi, Elie

Grasset

L'historien, journaliste, essayiste et diplomate israélien retrace son parcours ainsi que sa carrière intellectuelle et politique. Ambassadeur d'Israël en France de 2000 à 2002, il décrit l'envers des coulisses tout en brochant les portraits de ses interlocuteurs à Paris comme Lanzmann, Sarkozy, Chirac, Villepin ou encore Jospin.



Couture zéro déchet : raccommoder et reprendre : 13 techniques pour réparer tous vos vêtements !

Procopiou, Elena

Mango

Présentation détaillée de treize techniques pour apprendre à réparer tous types de vêtements comme un jean déchiré, un pull troué, un ourlet ou des boutons dé cousus.



Créer une mare, un point d'eau, une baignade naturelle

Proniewski, Frederic

Ulmer

Un guide pour créer un point d'eau, une mare ou un bassin pour se baigner dans son jardin. Avec des conseils pour créer un milieu naturel et un écosystème stable, ainsi qu'une description de la petite faune qu'il est possible d'observer dans une mare.

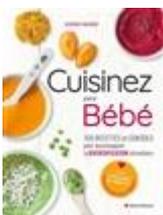


Crochet zéro déchet dans ma salle de bain : 13 modèles durables et leurs variations : débutants

Avril Crochett' prod (blog)

Mango

Des explications pas à pas pour créer des objets durables en crochet, destinés à la salle de bains.



Cuisinez pour bébé : 100 recettes et conseils pour accompagner la diversification alimentaire

Maumené, Clémence

Albin Michel

Des réponses aux questions des parents concernant l'alimentation du bébé au moment où commence la diversification alimentaire accompagnées de conseils pour bien s'organiser au quotidien : choix des équipements, courses, préparation des plats à l'avance, entre autres. Avec cent recettes convenant aux différents âges de l'enfant et des menus pour toute la famille.

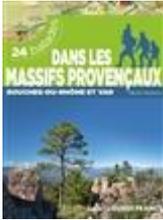


Cultivez vos déchets : faites repousser vos fruits et légumes

Murtin, Aurélie

Rouergue

Des explications sur la méthode de la repousse pour faire repartir les restes de certains fruits et légumes afin de limiter la production de déchets.



Dans les massifs provençaux : Bouches-du-Rhône et Var : 24 balades

Mérienne, Patrick

Ouest-France

24 itinéraires de promenade de cinq à quinze kilomètres pour découvrir le patrimoine naturel des deux départements. Avec une carte détaillée pour chaque circuit, des informations pratiques sur la durée, la distance et l'accès au départ ainsi que des encadrés touristiques sur les sites et les espaces naturels.



Déplastifier sa vie

Pons, Nelly

Actes Sud

Un guide pour réduire sa consommation de plastique afin de lutter quotidiennement contre ce type de pollution.



Devenir un parent conteur : la méthode pour imaginer, créer, raconter des histoires aux enfants

West, Silke Rose

Sarosy, Joseph

First Editions

Des conseils pour imaginer et raconter des histoires adaptées au quotidien de ses enfants et répondre à leurs craintes ou à leurs questions par ce moyen. Avec des conseils pour trouver confiance en soi pour pratiquer cet art du conte et des exemples de mises en récit.

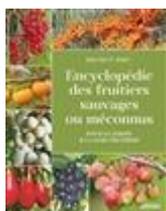


Eloge de la baleine

Brunel, Camille

Rivages

S'appuyant sur différentes formes d'art comme la littérature et le cinéma, sur les connaissances scientifiques et historiques ainsi que sur ses propres expériences, l'auteure évoque l'image réductrice de la baleine dans l'imaginaire collectif. Elle célèbre cet animal, en soulignant notamment son intelligence, son empathie et sa puissance.



Encyclopédie des fruitiers sauvages ou méconnus : pour le jardin & la haie fruitière

Pirc, Helmut

Ulmer

Un dictionnaire illustré de photographies répertoriant plus de 200 espèces d'arbres fruitiers rares, sauvages ou exotiques, ayant un intérêt horticole ou gustatif. L'auteur décrit les types de fruits qui peuvent être cultivés en France à travers leur floraison, leur croissance ou leur exigence de localisation : la mûre, la figue, le kaki, la banane indienne, l'aubépine ou encore la châtaigne.



L'espagnol pour les nuls en voyage ! : guide de conversation

Tarradas-Agea, David

First Editions

Manuel de conversation proposant, pour différentes situations que peuvent rencontrer les voyageurs, des phrases et des expressions, leur transcription phonétique et leur traduction, des listes de mots, des points de grammaire et des renseignements pratiques. Avec des MP3 à télécharger et un dictionnaire bilingue.



Facebook pour les nuls

Abram, Carolyn

First interactive

Un guide pour accéder à Facebook, se créer un compte, protéger ses données et utiliser ce réseau social en évitant ses pièges.



Faire son kombucha : guide pratique & conseils d'entretien

Ponge, Julie

Ulmer

Un guide pour apprendre à réaliser soi-même cette boisson fermentée au goût acidulé et fruité, originaire de Mongolie et vieille de plus de 2.000 ans. L'auteure donne des conseils pour la réussir, de sa préparation à sa dégustation, propose des recettes pour profiter de ses qualités culinaires et donne des informations sur ses bienfaits ainsi que sur ses avantages nutritionnels.

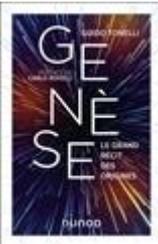


Fragments de prison : histoires vécues

Sousset, Véronique

Cherche Midi

Directrice d'établissements pénitentiaire depuis 2000, l'auteure donne son vécu de système pénitentiaire français par le prisme de la rencontre. La trentaine de récits dévoile le quotidien d'hommes et de femmes détenus, célèbres ou anonymes et éclaire la réalité de l'institution carcérale en France.

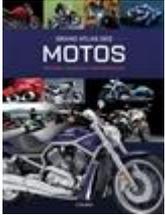


Genèse : le grand récit des origines

Tonelli, Guido

Dunod

Le récit de sept moments décisifs dans l'histoire de la genèse de l'espèce humaine, des origines de l'Univers à l'émergence de la vie et du langage.



Grand atlas des motos : histoire, modèles, performances

Fennel, Stephan

Editions de l'Imprévu

A travers une sélection de modèles emblématiques, l'histoire de ce moyen de locomotion est retracée, de la création du vélocipède par Karl Drais en 1817 aux plus récentes évolutions techniques.



Guide du jardin ultra-simple

Groult, Jean-Michel

Ulmer

Un guide pour s'initier au jardinage ornemental ou nourricier, dans le respect de l'environnement et de façon biologique. L'auteur aborde tous les aspects de la pratique, de la création à l'entretien quotidien.



Guinness world records 2022

Guinness world records

Hachette Pratique

Un recensement des records homologués dans tous les domaines classés en neuf thématiques : environnement, faune et flore, êtres humains, aventures, records divers, société, sciences et technologie, sport et pop culture. Avec un portrait d'une personnalité marquante en fin de chaque chapitre ainsi qu'un tour du monde des sites les plus remarquables du patrimoine culturel de l'humanité.



L'homme qui voulait être aimé

Kiejman, Georges

Grasset

Portrait de maître G. Kiejman, défenseur du monde de l'édition et de celui du cinéma. Il retrace son parcours, de l'assassinat de son père à Auschwitz en 1943 à ses premiers pas en tant qu'avocat dans les années 1960, en passant par sa fuite dans le Berry avec sa mère et son amitié avec F. Mitterrand.

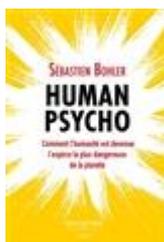


Homo migrans : de la sortie d'Afrique au grand confinement

Demoule, Jean-Paul

Payot

Une histoire des grands courants migratoires humains qui ont abouti au métissage des peuples depuis le paléolithique. A la recherche des traces laissées par l'homme sur les routes des invasions et des explorations successives, l'auteur réfute des idées reçues et rappelle l'ancienneté de la condition de migrant.

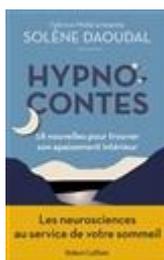


Human psycho : comment l'humanité est devenue l'espèce la plus dangereuse de la planète

Bohler, Sébastien

Bouquins

Face au comportement destructeur des hommes contre la planète, l'auteur adopte une démarche clinique pour analyser ces agissements. Selon lui, le profil psychologique de l'être humain correspondrait à celui d'un psychopathe qui massacre sa victime, la planète. Il livre ses réflexions pour changer d'attitude.



Hypnocontes : 18 nouvelles pour trouver son apaisement intérieur

Daoudal, Solène

R. Laffont

Une introduction aux techniques d'hypnose à travers 18 contes favorisant l'apaisement et l'endormissement. Chaque récit est suivi d'une explication des méthodes mises en oeuvre afin de mettre en pratique l'autohypnose.



L'infini dans un roseau : l'invention des livres dans l'Antiquité

Vallejo Moreu, Irene

Belles lettres

Un essai retraçant l'histoire de l'écriture et de ses supports dans le monde antique. Des roselières de papyrus du bord du Nil aux champs de bataille d'Alexandre, en passant par le palais de Cléopâtre, l'auteure propose un voyage à la découverte des premiers alphabets et des professions associées à ces formes d'écriture.



Instagram pour les nuls

Herman, Jenn

Butow, Eric

Walker, Corey

First interactive

Les bonnes pratiques pour utiliser de manière optimale Instagram, réseau social de photographies et de vidéos.



Le laboureur et les mangeurs de vent : liberté intérieure et confortable servitude

Cyrulnik, Boris

O. Jacob

L'auteur fait se confronter deux réalités différentes. Celle construite par des groupes sociaux, tenue pour vraie sans jamais avoir été élaborée par ceux qui appartiennent à ces groupes, et celle arrachée à la terre, construite par une expérience sans cesse remise en cause, soumise à son contexte. Une exploration de la liberté intérieure pour ne pas se soumettre aux discours de haine.



Lieutenant Versiga : une vie de flic dans le Mississippi

Malkin, Raphaël

Editions Marchialy

Le journaliste a suivi les pas de Darren Versiga, enquêteur de Pascoulouga, petite ville du Mississippi, obsédé par le serial killer Samuel Little.



La maison magique : earthship, l'habitat autonome du nouveau monde

Adler, Benjamin

Massart, Pauline

Massot éditions

Les auteurs exposent leur projet d'une maison respectant l'environnement, autoconstruite à moindre coût grâce au recyclage de matériaux, autonome et autosuffisante en ce qui concerne l'eau, l'électricité, la régulation thermique et l'approvisionnement alimentaire. Ils évoquent également les obstacles financiers, administratifs et juridiques qui ont jalonné leur aventure.



Marie Curie, ma mère

Joliot-Curie, Irène

Plon

Dans ce texte initialement paru dans la revue Europe en 1954, à l'occasion des vingt ans de la mort de Marie Curie, l'auteure se livre sur sa mère en alliant vie familiale, anecdotes privées et recherches scientifiques. Elle y aborde leur amour commun pour la nature et la poésie, leur collaboration scientifique, les opinions religieuses et politiques, entre autres.



Max Verstappen : le sacre d'un champion

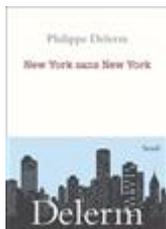
Ortelli, Daniel

Woloch, Thomas

City

Biographie du pilote de Formule 1, âgé de 25 ans en 2021 et qui est en passe de détrôner Lewis Hamilton. Plus jeune pilote de F1 à l'âge de 17 ans, victoire en grand prix en 2016, multiple champion du monde en 2021, sa précocité est liée à la formation imposée par son père, qui lui

fait débiter le karting à l'âge de 4 ans. Déterminé, fougueux, il est devenu une icône de la jet set et de la mode.

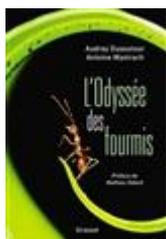


New York sans New York

Delerm, Philippe

Seuil

Un recueil de textes courts dédiés à New York, une ville dans laquelle l'auteur n'est jamais allé.



L'odyssée des fourmis

Dussutour, Audrey

Wystrach, Antoine

Grasset

A partir de leurs voyages à travers le monde, les auteurs racontent le périple effectué par les fourmis en recherche de nourriture. En effet, ces insectes sont capables de réaliser des trajets de plusieurs centaines de mètres pour effectuer cette tâche. Au cours de leur route, semée d'embûches, les fourmis font appel à leur mémoire, leur force physique, leur sociabilité et leur stratégie.



Oummo : l'effet Quetzalcoatl : conflit asymétrique

Gardenteapot, Stone

Ed. Atlantes

Convaincu que la planète est convoitée par 18 races extraterrestres dont deux cherchent à la dominer par la ruse, l'ufologue s'appuie sur les données contenues dans le dossier Oummo depuis 1966 pour dresser un état des lieux sur le sujet.

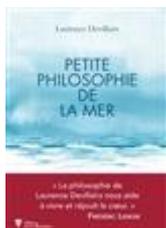


Le pain perdu

Bruck, Edith

Ed. du sous-sol

L'écrivaine retrace sa jeunesse. Elle raconte son enfance hongroise, les persécutions et la déportation par les nazis, la vie dans les camps puis la libération et le difficile retour à la vie. Elle mène alors une vie aventureuse à travers l'Europe et l'Orient, entre espoirs et désillusions, avant de s'installer définitivement en Italie.



Petite philosophie de la mer

Devillairs, Laurence

La Martinière

23 leçons de sagesse et de bien-être inspirées de l'observation de la mer.



Des poissons dans le désert : quand l'homme répare la nature

Kolbert, Elizabeth

Buchet Chastel

La journaliste est partie à la rencontre de ceux qui tentent de restaurer l'environnement : des chercheurs hawaïens mettant au point un corail résistant à l'acidification des océans, des ingénieurs électrifiant la rivière Chicago pour préserver la faune des Grands Lacs de la carpe asiatique ou encore une entreprise islandaise capturant le carbone pour le stocker sous forme de pierre.

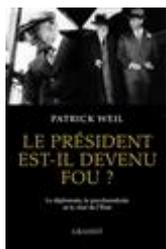


Pop rock UK : plus de 100 albums qui ont forgé l'histoire de la musique au Royaume-Uni

Gardinier, Alain

GM éditions

Une sélection de plus de cent albums britanniques représentatifs du genre pop rock et de ses mouvements : blues, rock progressif, punk, glam, synth-pop, indie ou encore l'école de Canterbury.

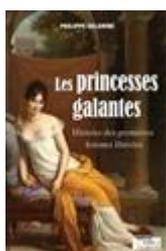


Le Président est-il devenu fou ? : le diplomate, le psychanalyste et le chef d'Etat

Weil, Patrick

Grasset

Quand Le président T.W. Wilson : portrait psychologique, de W. Bullitt et S. Freud, paraît en 1966, la participation du psychanalyste, mort trente ans plus tôt, est remise en question. En effet, le manuscrit achevé en 1932 a subi de nombreuses corrections. Pour comprendre la conception de cette oeuvre, P. Weil suit la carrière du diplomate, témoin privilégié de l'histoire du XXe siècle.



Les princesses galantes : histoire des premières femmes libérées

Delorme, Philippe

Jourdan

Une série de portraits de femmes libérées et indépendantes, de Marguerite de Valois à Margaret du Royaume-Uni, en passant par Cléopâtre, Marie-Antoinette et Ranavalona Ire de Madagascar.



La promesse des arbres : comment la forêt nous sauvera si nous la laissons faire

Wohlleben, Peter

Les Arènes

Après un éloge des arbres et de leur capacité à réduire le réchauffement climatique, à augmenter le volume des précipitations et à apprendre, l'auteur s'insurge contre une politique d'exploitation forestière essentiellement tournée vers les matières premières. Il propose d'employer également les forêts comme réservoirs d'eau et réducteurs de température.



Les quatre saisons : 50 activités Montessori pour découvrir le monde autrement

Ho Bontemps, Jessica
Fournier, Chloé

Rusti'kid

Cinquante activités inspirées de la pédagogie Montessori pour accompagner l'enfant, de 6 ans et plus, dans sa découverte de la nature et des différentes saisons.



Rapport sur Nordahl L.

Moatti, Michel
Hervé Chopin éditions

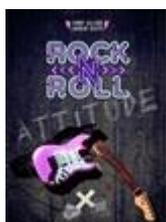
Une enquête, à mi-chemin entre le récit journalistique et la fiction romanesque, qui examine la logique criminelle de Nordahl Lelandais accusé des meurtres de la petite Maëlys De Araujo et du caporal Arthur Noyer mais également soupçonné d'avoir commis de nombreux autres crimes.



Remèdes naturels pour les enfants et les adolescents : homéopathie, phytothérapie, aromathérapie, élixirs floraux, oligoéléments, réflexologie, nutrition

Latify, Gilberte
Mango

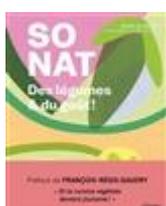
Un guide sur les médecines douces adaptées aux enfants avec des conseils, des précautions d'utilisation, des contre-indications et des propositions de remèdes aux maux comme la céphalée, l'eczéma ou l'orgelet.



Rock'n'roll attitude

Gillard, Fanny
Rieppi, Laurent
Casa
Rock & folk éditions

Des chroniques dans lesquelles les auteurs présentent la rock'n'roll attitude. Ils évoquent des sujets tels que les animaux de compagnie, les cheveux, les fêtes, les guitares, la sexualité ou encore la radio.



So nat : des légumes & du goût !

Levacher, Zohra
Ulmer

La cheffe des restaurants So nat propose 70 recettes végétariennes de plats et desserts qui mettent en vedette les légumes sous toutes leurs formes : tempura, en beignets, crus, saisis, confits, en soupe, en sauce, râpés, émincés, etc.



Sorcellerie

Taschen

Une histoire visuelle de la sorcellerie, des origines de ces pratiques, en lien avec le culte des déesses antiques, jusqu'à ses manifestations les plus contemporaines. A travers une sélection d'oeuvres, d'essais et des entretiens avec des praticiens, les auteurs relatent l'émergence et l'évolution de ces communautés occultes au fil du temps.



Tempête dans le bocal : la nouvelle civilisation du poisson rouge

Patino, Bruno

Grasset

L'auteur poursuit son analyse sur les effets néfastes des écrans et des nouvelles technologies. Il invite à transformer les façons de faire, de connaître et d'aimer, à réformer le langage ainsi qu'à déjouer l'intelligence artificielle.



Thon en boîte : 35 recettes, 5 ingrédients, 3 étapes maxi

Lebrun, Delphine

Larousse

35 recettes à base de thon en boîte et de trois ou quatre autres ingrédients, détaillées en trois étapes de préparation : samoussas, pommes de terre farcies, oeufs cocotte, lasagnes, salade de pâtes, entre autres.



Treks en Europe : les plus belles randonnées du continent

Lonely planet

De la randonnée d'un jour au trek de plusieurs mois, sélection de cinquante itinéraires à travers l'Europe avec de nombreuses informations pratiques. Pour chaque trek, trois variantes sont proposées, soit au total 150 idées pour découvrir le continent à pied. Avec des conseils sur les meilleurs points de départ, les périodes idéales et le niveau de difficulté.

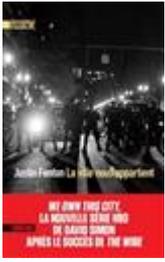


Trop noir, trop blanc : une enfance sud-africaine dans la peau d'un métis

Noah, Trevor

Hors-d'atteinte

L'humoriste sud-africain retrace son parcours, marqué par sa naissance sous le régime de l'apartheid. D'un père blanc et d'une mère noire, son existence même constitue un crime. Cependant, sa mère s'installe à Johannesburg, trouve un emploi et fait passer son fils pour un coloured, une ethnie autorisée dont la couleur de peau est proche de celle des métis.



La ville nous appartient

Fenton, Justin

Sonatine éditions

En 2008, J. Fenton devient reporter chargé des affaires criminelles au Baltimore Sun. Malgré sa fréquentation assidue de la police, de la justice et des criminels, il tombe des nues lorsqu'en 2017 sept des principaux officiers de l'unité spéciale chargée de supprimer la criminalité de la ville sont arrêtés pour corruption et racket en bande organisée. Il fait ici le récit de l'affaire.

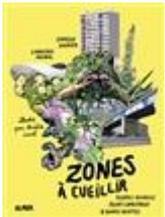


Vu des pop cultures : essais, discours et textes choisis

Gaiman, Neil

Au diable Vauvert

Recueil de discours, d'essais et d'articles dressant un panorama de l'imaginaire et des cultures dans lesquels l'auteur puise son inspiration.



Zones à cueillir : plantes sauvages, fleurs comestibles & bonnes recettes

Decque, Caroline

Gasnier, Camille

Ulmer

Face à l'engouement pour la cueillette, les auteures expliquent comment cueillir des fleurs sauvages et des plantes comestibles, y compris en milieu urbain, pour ensuite réaliser des cocktails, des plats et des desserts. Les qualités gustatives et les bienfaits de ces aliments sont décrits et accompagnés de recettes festives et colorées.
