



## Bibliothèque Communale de Hannut

### Nouveautés Documentaires Adultes

1er trimestre 2020



#### **1.000 Grands prix : 70 ans de formule 1**

Barbé, Stéphane

Solar

l'Equipe

Une histoire de la formule 1 à travers les éditions du Grand prix, une épreuve internationale de course automobile créée en 1950. L'auteur présente les circuits, les pilotes et les constructeurs, ainsi que des données statistiques sous forme d'infographies.

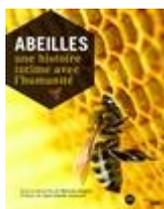


#### **365 idées douces pour la planète**

Hamon, Auriane

Tana

Pour chaque jour de l'année, des citations inspirantes, des informations ou des conseils permettant de réduire son empreinte écologique, de limiter le gaspillage alimentaire, de se reconnecter à la nature, de consommer de manière responsable ou encore de se détendre grâce au yoga, à la méditation et au coloriage.



#### **Abeilles : une histoire intime avec l'humanité**

Cherche Midi

CNRS Editions

Occupant une place essentielle dans les écosystèmes, les abeilles sont aujourd'hui victimes de maladies, de parasites, de prédateurs, du changement global. Les contributeurs dévoilent leur monde et rappellent les liens qu'elles entretiennent avec la nature et avec l'humanité depuis le néolithique.



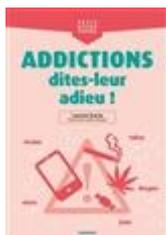
### ***L'accordéon : quelle histoire !***

Krümm, Philippe

Parigramme

Histoire de l'accordéon, de sa création au XIXe siècle son succès dans divers pays. Il a notamment été l'instrument privilégié des immigrés italiens, puis de la valse musette inventée par les Auvergnats.

---



### ***Addictions, dites-leur adieu !***

Karila, Laurent

Mango

Des informations sur les mécanismes de diverses addictions telles que la cigarette, le sucre, l'Internet ou encore le sport. Le psychiatre addictologue propose des conseils pour mieux les comprendre et s'en libérer.

---



### ***Alfred, Quentin & Pedro sont sur un plateau : 14 réalisateurs planqués dans leurs films : trouve-les si tu peux !***

Clérisse, Alexandre

Dargaud

A la manière de Où est Charlie ?, l'auteur met en scène différents tableaux inspirés de la filmographie de cinéastes tels que Q. Tarantino, S. Spielberg ou les frères Coen. Le lecteur doit retrouver, dans chaque séquence, le réalisateur caché, ainsi que différents personnages ou objets emblématiques.

---



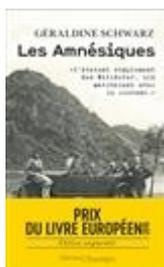
### ***Alter ego : les plus beaux duos de l'art urbain***

Gzeley, Nicolas

Alternatives

Un panorama des trente duos les plus emblématiques du street art international.

---



### ***Les amnésiques***

Schwarz, Géraldine

Flammarion

La journaliste apprend que son grand-père a acheté en 1938 pour un coût dérisoire une entreprise à des Juifs déportés et morts à Auschwitz. Après la guerre, Karl Schwarz plonge dans le déni de ses responsabilités. Une enquête sur le travail de mémoire au fil de trois générations, montrant l'importance de se souvenir pour pallier le risque du retour de l'extrême droite. Prix du livre européen 2018.

---



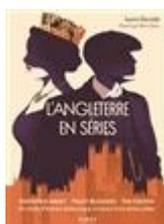
### ***L'anglais pour les nuls***

Brenner, Gail

First Editions

Méthode d'anglais pour les débutants qui souhaitent progresser rapidement. L'auteur expose les bases grammaticales et propose du vocabulaire thématique en anglais et en américain, des dialogues, des jeux et des exercices pour assimiler les apprentissages. Avec un CD audio pour écouter et répéter.

---



### ***L'Angleterre en séries : Downton Abbey, Peaky Blinders, The crown : un siècle d'histoire britannique à travers trois séries cultes***

Deroide, Ioanis

First Editions

L'histoire britannique au XXe siècle à travers l'analyse de trois séries qui ont rencontré un succès international, notamment en France : Downton Abbey, Peaky Blinders et The Crown.

---



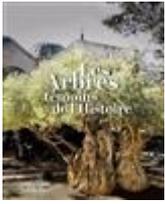
### ***Une année pour tout changer : et permettre à l'enfant de se révéler***

Alvarez, Céline

Les Arènes

Prenant appui sur l'expérience qu'elle a menée auprès d'enfants de maternelle et de CP en France et en Belgique, l'auteure montre qu'il est possible de réduire rapidement les difficultés scolaires en évitant les détours didactiques et en donnant dès le début le son des lettres plutôt que leur nom. Des témoignages et des anecdotes illustrent l'entrée spontanée dans la lecture qu'elle défend.

---



### ***Les arbres, témoins de l'histoire***

Melloul, Richard

M. Lafon

Présentation d'une trentaine d'arbres dans le monde, qui ont pour particularité d'être liés à une célébrité ou d'être témoins d'un moment précis de l'histoire : le tilleul de Jeanne d'Arc dans la Creuse, l'arbre qui a vu tomber John Lennon à Central Park, l'arbre des fusillés au bois de Boulogne ou encore l'arbre à palabres de Nelson Mandela.

---

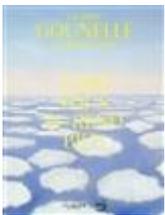


### ***Art : histoire de l'art en images***

Flammarion

Présentation illustrée et commentée de 2.500 oeuvres, de la préhistoire au XXIe siècle, classées selon les périodes. La première partie est consacrée à la lecture d'une oeuvre d'art : sujet et composition, perspective et point de vue, matériaux et techniques. Avec des doubles pages thématiques sur le nu, le paysage, la mythologie, entre autres.

---



### ***L'art vous le rend bien***

Gounelle, Laurent

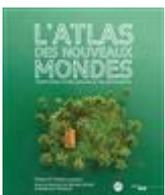
Told, Camille

Calmann-Lévy

RMN-Grand Palais

Présentation de diverses oeuvres d'art évoquant des thèmes de la vie quotidienne comme l'enfance, l'amour, la beauté, la nature ou encore la spiritualité. L. Gounelle explique comment mieux se connaître et trouver le bonheur en analysant les différentes émotions qui émergent face à ces peintures.

---



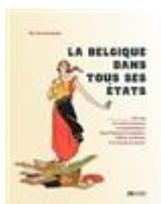
### ***L'atlas des nouveaux mondes : territoires d'exploration et de découverte***

Cherche Midi

Ed. du CNRS

Une découverte des plus beaux sites sur Terre et dans l'espace, de la grande muraille verte, barrière contre le désert, aux îles éparses menacées par la montée des eaux en passant par la canopée en Guyane et les glaciers de Pluton.

---



***La Belgique dans tous ses états : 400 ans de représentations iconographiques dans l'imagerie populaire, l'affiche politique et le dessin de presse***

Van den Abeele, Eric

Editions Luc Pire

Une histoire de la Belgique au travers de plusieurs siècles d'imagerie populaire, de la révolte brabançonne à la fédéralisation du pays. L'auteur fonde ses recherches sur une documentation provenant de musées et de centres de documentation belges, mais aussi de collections privées.

---



***La bible du cyclisme : le guide d'entraînement indispensable***

Friel, Joe

Talent Sport

Des programmes d'entraînement cycliste adaptés à tous les niveaux, combinant performance physique, endurance musculaire et nutrition. Avec des tests pour évaluer ses capacités et ses progrès.

---



***La bible du triathlon : le guide d'entraînement des triathlètes***

Friel, Joe

Talent Sport

Guide pratique permettant d'améliorer ses performances et d'organiser son programme d'entraînement afin d'optimiser chaque séance de fitness, d'éviter le surmenage, de développer une musculature endurante et d'adopter une nutrition adaptée.

---



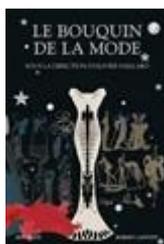
***Bien vivre le quatrième trimestre au naturel : des solutions pour récupérer émotionnellement et physiquement après votre accouchement***

Simon, Julia

First Editions

Un guide pratique avec des solutions naturelles pour bien vivre les suites d'un accouchement. La naturopathe présente des solutions en terme d'alimentation, de relaxation et de médecine douce pour faire face aux bouleversements hormonaux, à la fatigue ou encore à la perte de libido.

---



### ***Le bouquin de la mode***

R. Laffont

L'histoire du vêtement et de la mode est retracée, des premières lois somptuaires à l'avènement du prêt-à-porter en passant par l'invention de la haute couture par C.F. Worth au XIXe siècle.

---



### ***Bûches vegan***

VeganPower, Laura

la Plage

Des recettes de bûches de Noël adaptées au régime végétarien. Roulées, glacées ou moulées, elles ne contiennent ni lait, ni beurre, ni oeufs. Avec des explications techniques pour réaliser une génoise, une crème et un glaçage.

---



### ***Ça décoiffe ! : l'histoire des hommes par les cheveux***

Vercors, Louise

La Martinière

Un documentaire empreint d'humour qui aborde l'identité culturelle, sociale et religieuse que révèlent les coiffures d'hier et aujourd'hui.

---



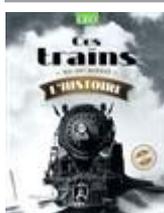
### ***Ces séparations qui nous font grandir : couple, amitié, travail... la rupture peut-elle aider à devenir soi ?***

Buffet, Anne-Laure

Eyrolles

Tout au long de la vie, des ruptures, subies, désirées ou inconscientes, viennent imprimer leur marque sur l'histoire émotionnelle de chacun, induisant des changements symboliques et remettant en question les repères familiers ainsi que la quiétude psychique. L'auteure montre que ces événements peuvent être compris comme des étapes de transformation vers une existence affective plus autonome.

---



### ***Ces trains qui ont marqué l'histoire***

Meyer, Éric

Géo

Editions Prisma

De la construction de la ligne transsibérienne au chantier récent du Pékin-Lhassa, en passant par la Société nationale des chemins de fer, les technologies de pointe

utilisées pour la construction de ces engins ou encore la spécificités des métiers du rail, l'ouvrage reconstitue un demi-siècle d'histoire ferroviaire.

---



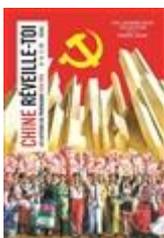
***Cette année, je fais tout moi-même : 365 projets DIY pour une vie éco-friendly : mon bullet agenda prérempli***

Vidaling, Raphaële

Tana

Dans un esprit écologique, cet agenda perpétuel propose des recettes, des créations, des conseils et des pages de notes pour prendre soin de soi et de la planète.

---



***Chine réveille-toi : les affiches de propagande : 1978-1998***

The Jasmine Sour collection

Seuil

Présentation d'affiches de propagande de la Chine de l'après-Mao. Elles évoquent les valeurs défendues par le pays, de l'enfant unique à l'armée en passant par la société de consommation ou les innovations industrielles.

---



***Les chouettes copines du jardin : 60 plantes qui protègent les autres, limitent les mauvaises herbes, favorisent la biodiversité***

Delvaux, Catherine

Larousse

Des fiches sur des plantes utiles à cultiver au jardin ou au potager qui permettent de nourrir les abeilles, d'attirer les papillons, de faire ses purins ou encore d'éloigner les moustiques.

---



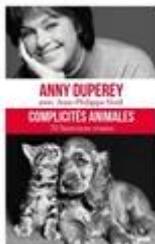
***Comment construire soi-même sa maison bioclimatique : manuel d'autoconstruction***

Lajugie, Stéphane

Olivier, Christophe

Eyrolles

Description détaillée de l'ensemble des opérations de construction d'une maison particulière afin d'accompagner les non-professionnels. Les spécificités administratives sont également recensées.



---

### ***Complicités animales : 70 histoires vraies***

Duperey, Anny

Cherche Midi

Des histoires d'entraide, d'amitié et de coopération qui mettent en scène des animaux parfois issus de différentes espèces : un dauphin qui porte secours à un cachalot, des fourmis qui soignent leurs blessés ou encore une femelle gorille qui protège un enfant tombé dans son enclos.



---

### ***Le concept du continuum : à la recherche du bonheur perdu***

Liedloff, Jean

Ambre

Psychothérapeute, l'auteure a passé plus de deux ans dans une tribu vivant dans la jungle du Venezuela. Leur vie heureuse et harmonieuse l'a amenée à développer le concept de continuum visant à rééquilibrer instinct et intellect. Ce concept est mis en pratique dans la recherche de l'harmonie individuelle et dans la façon d'élever ses enfants.



---

### ***Coudre à la main : un livre pour connaître les bases et techniques de la couture à la main***

Jossomme, Virginie

CréaPassions

Des techniques, des explications pas à pas et des conseils pour coudre un bouton, faire un ourlet ou encore repriser.



---

### ***Couture pour jardin & terrasse : 24 objets pratiques et décoratifs en couture, broderie et récup !***

Blondeau, Sylvie

CréaPassions

18 projets et six accessoires à réaliser pas à pas pour décorer son jardin : une nappe, un plaid, un panier à outils, des tabliers pour jardinier, des guirlandes, ou encore des suspensions pour les plantes.

---



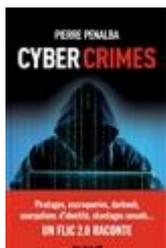
### ***Cuba : les belles voitures cubaines***

Raach, Karl-Heinz

Place des Victoires

Une galerie de voitures cubaines vintage remarquables. Photographiés dans des décors urbains, les modèles sont principalement issus des années 1950 : Ford, Chevrolet, Mercury et Dodge, entre autres.

---



### ***Cyber crimes : un flic 2.0 raconte***

Penalba, Pierre

Albin Michel

Commandant à la tête du premier groupe de lutte contre la cybercriminalité de la police nationale, l'auteur présente de nombreux dossiers sur lesquels il a travaillé dans la région de Nice : hackers s'emparant de fichiers, vidéos intimes provoquant des chantages sexuels, faux documents administratifs, usurpations d'identité, entre autres.

---



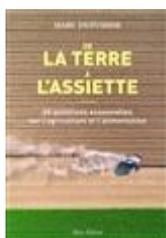
### ***Dans ma chambre***

Mollison, James

Textuel

Un tour du monde photographique des chambres d'enfants, révélant de criantes inégalités.

---



### ***De la terre à l'assiette : 50 questions essentielles sur l'agriculture et l'alimentation***

Dufumier, Marc

Allary éditions

L'agronome fait un état des lieux des connaissances sur les principales questions liées à l'agriculture et à l'écologie. Privilégiant une approche pluridisciplinaire, il se réfère à des analyses validées par la science et à des faits établis.

---

DÉCONNECTEZ-VOUS !



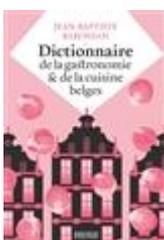
### ***Déconnectez-vous ! : comment rester soi-même à l'ère de la connexion généralisée***

Oudghiri, Rémy

Arléa

L'auteur considère que la possibilité de se connecter à Internet depuis les téléphones portables crée des addictions malades qui ont pour conséquence un oubli de la présence des autres, un état de distraction chronique voire un défaut de présence au monde. Convoquant Sénèque, Sylvain Tesson ou Thoreau, il propose une déconnexion salutaire pour reprendre le contrôle de sa vie.

---



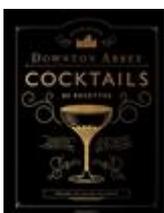
### ***Dictionnaire de la gastronomie & de la cuisine belges***

Baronian, Jean-Baptiste

Rouergue

De A comme "Abbaye" à Z comme "Zizi Coin Coin", un dictionnaire qui se présente comme une promenade gourmande et malicieuse à travers la gastronomie belge, brassant recettes, anecdotes gastronomiques et citations littéraires venues du plat pays.

---



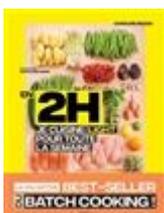
### ***Downton Abbey cocktails, 80 recettes : exquis tentations pour toutes les occasions : le livre officiel***

Bustamante, Lou

Marabout

80 recettes de cocktails issues de l'univers de la série télévisée Downton Abbey, illustrées de photographies et de dialogues extraits du feuilleton : digestifs, boissons rafraîchissantes ou apéritifs originaux.

---



### ***En 2 h, je cuisine light pour toute la semaine***

80 repas faits maison, sans gâchis et avec des produits de saison

Pessin, Caroline

Hachette Pratique

A partir de listes de courses détaillées, l'auteure propose de réaliser en deux heures tous les dîners de la semaine, saison après saison, en expliquant étape par étape la marche à suivre. Elle propose ainsi 80 idées de repas légers pour quatre personnes avec des ingrédients frais et de saison, sans aucun reste.

---



### ***Encyclopédie du pain maison***

Fréchet, Marie-Laure

Flammarion

Cent recettes de pain illustrées et expliquées pas à pas, pour apprendre à le faire soi-même, à choisir son levain, à connaître les farines et les différentes étapes de panification. Avec des informations sur son histoire, la nutrition, les pains de France et à travers le monde.

---



### ***L'encyclopédie Johnny***

Eudeline, Christian

Hugo Image

En 2.600 occurrences et près de 200 photographies, cet album revient sur les 60 ans de carrière du chanteur. Il répertorie ses chansons, ses auteurs et ses compositeurs, ses musiciens, ses albums, ses films, ses amours et ses amis. Chaque lettre de l'alphabet renvoie à 250 noms, titres ou phrases qui retracent la vie de la star. Avec des biographies, des résumés et des analyses.

---



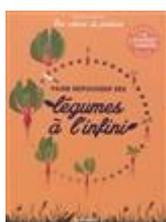
### ***Escalade : les clés pour un apprentissage réussi : conseils et exercices pour les parents, les bénévoles et les professionnels***

Yankova, Lilyia

Glénat

A destination de grimpeurs aguerris désireux d'initier à l'escalade des débutants, un rappel des fondamentaux et des dizaines d'exercices sont proposés sous la forme de fiches pratiques, présentant des situations réelles d'apprentissage à mettre en oeuvre selon l'âge, le nombre de personnes, le type d'escalade ou le terrain.

---



### ***Faire repousser ses légumes à l'infini***

Marinette, Guillaume

Marabout

Des conseils et astuces pour favoriser la repousse des légumes tels que la laitue, le céleri, l'ail, le gingembre ou encore les herbes aromatiques.

---



### ***François Sarano, réconcilier les hommes avec la vie sauvage : entretiens***

Sarano, François

Schaub, Coralie

Actes Sud

Convaincu que la vie sauvage est source de quiétude, de sagesse et de concorde, l'océanographe F. Sarano partage ses réflexions sur les océans et les animaux marins. Il explique que ceux qui peuvent ou essaient d'échanger avec ces derniers sont capables de communiquer avec les femmes et les hommes d'autres cultures ou d'autres religions.

---



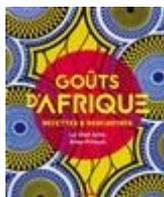
### ***Gestion écologique des limaces et des escargots au jardin : 35 techniques & astuces qui fonctionnent***

La Spina, Sylvie

Ulmer

35 techniques écologiques pour lutter contre les principaux ennemis du jardin. L'auteure, ingénieure agronome, propose des conseils reposant sur la compréhension du cycle de vie des gastéropodes pour attirer leurs prédateurs naturels, notamment les canards coureurs indiens.

---



### ***Goûts d'Afrique : recettes & rencontres***

Cocagne, Anto

Princet, Aline

Mango

Des recettes représentatives de la cuisine africaine subsaharienne : Gabon, Sénégal, Cameroun ou encore Ethiopie. Avec des portraits de personnalités d'origine africaine qui évoquent leurs souvenirs liés à la cuisine et leur plat favori.

---



### ***Le grand guide Marabout de l'autosuffisance : cultiver son potager et son verger, élever des animaux, recueillir du miel, brasser sa bière, construire sa maison, économiser l'énergie, revivre à la campagne***

Seymour, John

Marabout

Des conseils pour pratiquer l'autosuffisance en apprenant à jardiner au fil des saisons, à récolter et à conserver ses fruits et ses légumes biologiques ainsi qu'à élever des animaux, travailler la pierre et le bois ou limiter sa consommation en énergie.



---

***Le grand livre des pratiques psychomotrices : fondements, domaines d'application, formation et recherche***

Dunod

Un manuel synthétisant l'ensemble des pratiques professionnelles du psychomotricien, ses référentiels et ses champs d'application, du bébé à la personne âgée. Avec un rappel des fondamentaux du métier ainsi que des informations au sujet de la formation et de la recherche dans le domaine.

---



---

***Grandeur du petit peuple : heurs et malheurs des gilets jaunes***

Onfray, Michel

Albin Michel

Ouvrage centré sur la révolte des gilets jaunes, et les interrogations qu'elle suscite, notamment sur la dichotomie entre le pouvoir et le peuple au sein de la démocratie française. L'auteur évoque les grandes figures du mouvement, la communication des politiciens et les différentes actions des manifestants.

---



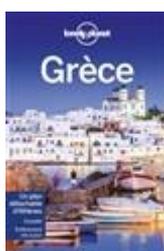
---

***Les grands mystères expliqués par la science : animaux fabuleux et monstres, ovnis et fantômes, sorcières, légendes et lieux sacrés***

National Geographic

Une explication des grands mystères de l'histoire grâce aux connaissances scientifiques actuelles : le monstre du Loch Ness, les mégalithes de Stonehenge, les statues de l'île de Pâques, les feux follets, le loup-garou, les vampires, les extraterrestres ou encore les momies.

---



---

***Grèce***

Lonely planet

Des renseignements pratiques, culturels et historiques sur la Grèce et des informations touristiques région par région. Avec un plan détachable d'Athènes.

---



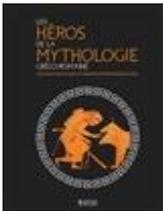
### ***Guide pratique des textiles : tissés, tricotés, techniques***

Weidmann, Daniel

Dunod

Une présentation détaillée de plus de cent tissus et tricotés couramment utilisés dans l'habillement et l'aménagement. Avec des photographies, l'explication schématique des armures et liages, les propriétés de l'étoffe et ses utilisations les plus courantes.

---

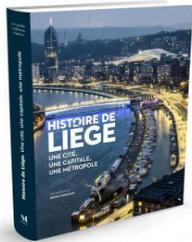


### ***Les héros de la mythologie gréco-romaine : aventures fantastiques et grandes épopées merveilleuses***

Atlas

Une présentation des grands mythes relatifs aux héros de la mythologie grecque et romaine : Héraclès, Achille, Ulysse, Thésée, Enée, Didon, Antigone ou encore Electre.

---



### **HISTOIRE DE LIÈGE : Une cité, une capitale, une métropole**

Editions Marot (Marge)

Bruno Demoulin

Liège, terre romaine, soeur de France, capitale d'un Etat millénaire bilingue, membre du Saint-Empire romain, méritait un ouvrage à la hauteur de son histoire. Ce sera chose faite avec cette superbe publication dirigée par Bruno Demoulin et rédigée par une équipe de professeurs, publiée à l'occasion des 200 ans de l'Université de Liège. Construit selon un ordre chronologique (partant de la préhistoire pour aboutir à la renaissance urbaine actuelle), le livre offrira un aperçu historique de la cité et de sa région mais présentera également le fruit de réflexions sur les enjeux institutionnels actuels et la place privilégiée de Liège au cour de l'Europe, gage d'un redressement futur prometteur. Ce « beau livre » permettra de mettre en valeur le patrimoine liégeois par le biais de nombreuses illustrations (plus de 350), telles que des documents d'époque, des reproductions de la très riche production artistique liégeoise et un ensemble photographique réalisé spécialement pour ce projet.

---



### ***Une histoire du ski***

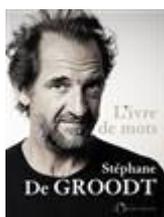
Chappaz, Gilles

Desmurs, Guillaume

Glénat

Dans cette étude illustrée, les auteurs balayent l'histoire du ski, de sa création, dans les steppes de Sibérie, à nos jours. Dans chaque double-page, le lecteur suit un parcours chronologique. En face de chaque texte, il découvre un élément iconographique, photographie ou document marquant.

---



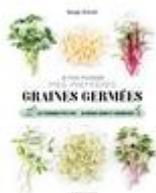
### ***L'ivre de mots***

De Groodt, Stéphane

Editions de l'Observatoire

Le comédien présente une série de jeux de mots et de calembours métaphoriques illustrés.

---



### ***Je fais pousser mes premières graines germées***

Schall, Serge

Larousse

Un guide pour apprendre à faire pousser plus de cinquante graines et pousses germées (lentille, alfalfa, fenouil, radis, etc.) à l'aide de diverses techniques : bocal, germeoir horizontal ou encore sac en tissu.

---



### ***Je ne reverrai plus le monde***

Altan, Ahmet

Actes Sud

Dix-neuf textes écrits en prison, depuis 2016, par le journaliste turc condamné à perpétuité, en 2018, pour tentative de renverser l'ordre prévu par la Constitution de la République de Turquie. Il y exprime, entre réflexions et sensations, son quotidien morne, écartelé entre le bilan de sa vie et de ses actions et le vide de son avenir. Prix André Malraux 2019 (catégorie fiction engagée).

---



### ***Je parle à un homme qui ne tient pas en place***

Gamblin, Jacques

Coville, Thomas

Ed. des Equateurs

Une correspondance entre l'acteur J. Gamblin et le navigateur T. Coville commencée en 2014, alors que ce dernier, tentant de battre le record du tour du monde à la voile en solitaire à bord de son trimaran, se trouve immobilisé par l'anticyclone à Sainte-Hélène. L'échange épistolaire se poursuit jusqu'en 2016, année où il parvient, au bout de sa cinquième tentative, à accomplir cet exploit.

---



### ***Jus d'oxydes : une méthode pratique et plus de 460 recettes pour les céramistes***

Pirard, Philippe

Eyrolles

Une présentation des méthodes pour créer et utiliser les jus d'oxydes utiles à la décoration des céramiques, avec des centaines de recettes et de tuiles colorées illustrées.

---



### ***Le lézard ocellé***

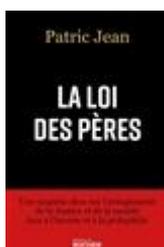
Cheylan, Marc

Grillet, Pierre

Belin

Monographie consacrée au plus grand et plus beau lézard de France métropolitaine. Il est symbolique de la garrigue méditerranéenne, mais on le rencontre aussi sur la côte atlantique, de la Vendée à la côte basque.

---



### ***La loi des pères***

Jean, Patric

Rocher

A travers cette enquête sur les victimes d'inceste et de pédophilie, l'auteur met en cause le système judiciaire et l'idéologie masculiniste qui exonèrent les agresseurs. Il s'intéresse notamment aux affaires où les mères sont accusées de mensonge en dénonçant les abus subis par leurs enfants et s'interroge sur les raisons qui font que la parole des victimes est systématiquement mise en doute.

---



### ***Les mamas cuisinent le monde***

Meet My Mama

Hachette Pratique

Le collectif Meet my mama valorise les talents culinaires de femmes issues de tous types de migrations. Cet ouvrage rassemble soixante recettes et 22 interviews de cuisinières autour de dix zones géographiques, de l'Afrique de l'Ouest aux Antilles, en passant par l'Asie, l'Amérique latine ou l'océan Indien.

---



### ***Les marques positives : mission, innovation, impact : leurs leviers pour changer le monde... (en bien)***

Laville, Élisabeth

Pearson

Guide proposant des pistes pour changer de pratiques dans les domaines sociétaux et environnementaux (égalité hommes-femmes, malbouffe, déchets, etc.) au sein des entreprises. Après une première partie présentant des structures qui oeuvrent déjà à ces changements, une seconde partie est consacrée aux outils pratiques à mettre en place pour une mobilisation au service de modes de vie plus durables.

---



Dr Steven Laureys

La Méditation,  
c'est bon  
pour le  
cerveau

### ***La méditation, c'est bon pour le cerveau***

Laureys, Steven

O. Jacob

Le neurologue spécialisé dans l'étude de la conscience rend compte des résultats de ses recherches consacrées à l'effet de la pratique de la méditation sur le cerveau et la santé en général. En étudiant le fonctionnement du cerveau de M. Ricard et d'autres méditants experts, il montre comment s'entraîner à méditer renforce et améliore les interactions entre le corps et l'esprit.

---



Mes premiers pas en  
BATCH COOKING LIGHT

### ***Mes premiers pas en batch cooking light : moins de 2 heures en cuisine pour toute la semaine***

Black, Keda

Marabout

Une sélection de recettes salées et sucrées, légères et pauvres en calories pour treize semaines, à préparer le dimanche soir pour gagner du temps au quotidien. Avec un guide visuel des courses en fonction des menus de la semaine.

---



### ***La météo devient-elle folle ?***

Nabédian, Chloé

Rocher

Une enquête sur le dérèglement climatique et son lot de phénomènes exceptionnels. S'ils ont toujours existé, ils sont de plus en plus fréquents et intenses. L'auteure a rencontré, entre autres, des météorologues, des chercheurs, des ingénieurs, mais aussi des chasseurs d'ouragans de l'armée de l'air. Elle aborde aussi les cyclones, la neige, le froid, la tempête, la canicule, les orages.

---



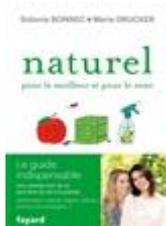
### ***Moi, Elton John***

John, Elton

Albin Michel

Le chanteur revient sur son parcours, de Londres à Los Angeles, en passant par ses rencontres, ses addictions, sa paternité et sa passion pour la musique.

---



### ***Naturel pour le meilleur et pour le reste***

Bonnac, Sidonie

Drucker, Marie

Fayard

Ce guide permet de recourir à des ingrédients naturels dans les différents domaines de la vie domestique, de l'alimentation aux cosmétiques en passant par le soin des enfants, l'hygiène et les animaux de compagnie. Les auteures expliquent comment adopter une démarche à la fois écoresponsable, saine et économique.

---



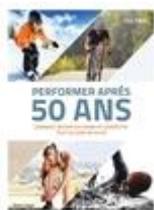
### ***On n'est jamais mieux soigné que par soi-même : la santé sans tabou***

Saldmann, Frédéric

Plon

S'appuyant sur des recherches médicales récentes, l'auteur propose des conseils à appliquer au quotidien, en matière de sommeil, d'hygiène, de sexualité, de mémoire ou encore de minceur pour vivre mieux et plus longtemps.

---



***Performer après 50 ans : comment rester en forme et compétitif toute au long de sa vie***

Friel, Joe

Talent Sport

Des conseils pour continuer le sport intensif après 50 ans. Avec des astuces sur la musculation ciblée, la récupération, la nutrition ainsi que des programmes progressifs d'entraînement, de repos, de récupération et de compétition.

---



***Les perruches du soleil : la vie d'un cinéaste bouleversée par le chant d'un chamane amazonien***

Dochamps, Jacques

First Editions

Lorsque sa vie bascule, le cinéaste belge décide de partir à la rencontre des Kichwa, un peuple amazonien prônant la paix et la fraternité avec le monde des vivants. Il vit à leurs côtés pendant six semaines au village Sarayaku. Les rencontres qu'il y fait, notamment avec un chamane, ainsi que la proximité avec la nature lui permettent alors de réorganiser sa vie et de retrouver l'espoir.

---



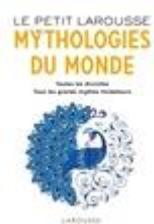
***Personnalisez vos vêtements : 20 projets de broderie pour une garde-robe unique !***

Warren, Emma

Editions de l'Imprévu

Des modèles de broderie à la main pour personnaliser ses vêtements grâce à quelques fils de couleur. Avec des points simples, des outils, des techniques et des patrons.

---

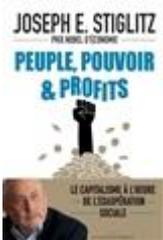


***Le petit Larousse des mythologies du monde : toutes les divinités, tous les grands mythes fondateurs***

Larousse

Un ouvrage qui présente les mythologies selon une triple approche : historique et géographique ; thématique, évoquant les mythes fondateurs ; encyclopédique, avec plus de 900 articles sur les divinités et les sagas du monde entier.

---



### ***Peuple, pouvoir & profits : le capitalisme à l'heure de l'exaspération sociale***

Stiglitz, Joseph Eugene

Les Liens qui libèrent

L'économiste détenteur du prix Nobel d'économie livre un réquisitoire contre la foi aveugle dans les marchés dérégulés qui font obstacle à l'émergence des pays en voie de développement et creusent les inégalités. Il condamne les grandes entreprises qui contrôlent de plus en plus le pouvoir politique ainsi que les démagogues qui élaborent une critique simpliste de la mondialisation.

---



### ***Pierre & Gilles : la fabrique des idoles : à la Philharmonie de Paris***

Connaissance des arts

A l'occasion de l'exposition à la Philharmonie de Paris, cet album présente une sélection de portraits de stars réalisés par le duo de photographes Pierre & Gilles, actif depuis les années 1980.

---



### ***Plantes de sorcières : faire d'un savoir ancestral une force moderne : 45 plantes pour prendre soin de soi au quotidien***

Desfemmes, Clémentine

Leduc.s éditions

Description des propriétés médicinales et magiques de 45 plantes, anciennement utilisées dans les pratiques de sorcellerie, ainsi que de leur emploi pour soigner les maux courants, de l'aconit au sureau noir, en passant par le cyprès et l'hellébore.

---



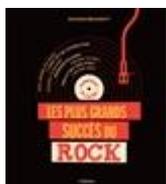
### ***Plantes sauvages comestibles : cueillir la nature parmi les prés et les bois***

Couplan, François

Larousse

Un guide d'identification des plantes sauvages comestibles, avec 120 recettes pour les cuisiner : soupe d'ortie, flan de reine-des-prés, gratin d'égopode, etc.

---



### ***Les plus grands succès du rock : 90 morceaux de légende***

Brackett, Nathan

Editions de l'Imprévu

Présentation d'un choix de chansons parmi les plus légendaires de l'histoire du rock de Hound dog d'Elvis à Volutes de Bashung en passant par Bohemian rhapsody de Queen et Enter Sandman de Metallica. Avec des anecdotes, des témoignages ainsi que de nombreuses reproductions de pochettes d'albums et des photographies de concerts mythiques depuis les origines du rock jusqu'à la fin des années 2010.

---



### **Portugal**

Lonely planet

Le guide présente des activités à faire le soir, en ville ou en plein air. Un index éco-touristique permet de tenir compte du développement durable. Avec une invitation à découvrir les saveurs et les traditions de la cuisine portugaise.

---



### **Pourquoi les spaghetti bolognese n'existent pas ? : et 700 autres questions impertinentes et ludiques sur la cuisine !**

Le Caisne, Arthur

Marabout

Les réponses à 700 questions sur la cuisine expliquant notamment la formation d'une peau sur le lait chauffé, l'origine des trous dans l'emmental ou les raisons de la mue du homard.

---



### **Le quatrième trimestre de la grossesse**

Bayot, Ingrid

Erès

Une synthèse sur les besoins biologiques et psychiques des femmes, des hommes et du couple lors de l'accouchement et des premières semaines qui suivent. L'histoire sociale de la maternité, ainsi que le vécu de la gestation et de la post-natalité par les parents et les accompagnements possibles sont présentés.

---



### **Rapiécer et raccommoder**

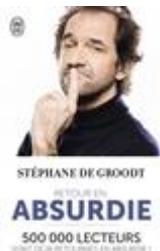
Neumüller, Kerstin

la Plage

Des techniques et des astuces de raccommodage et d'empiècement à la main ou à la machine : coudre un bouton, empiéter un jean, entretenir un cuir et rapiécer

un trou de façon discrète ou de manière décorative. Avec un chapitre sur l'art du sashiko, une méthode de réparation et de broderie japonaise.

---



### ***Retour en absurdie***

De Groodt, Stéphane

J'ai lu

Recueil des meilleures chroniques de l'auteur, qui joue avec les mots selon une absurdité revendiquée et sur un ton burlesque et décalé. Prix de l'esprit (Forêt des livres 2015).

---



### ***Rome***

Garwood, Duncan

Averback, Alexis

Maxwell, Virginia

Lonely planet

Guide complet de la capitale italienne, comportant des éclairages sur l'art et la culture romains, des adresses d'hôtels, de restaurants, de pensions et d'institutions religieuses pouvant héberger, les monuments et les musées à visiter, une sélection de boutiques. Avec des propositions d'excursions dans les alentours, à Ostia Antica, Tivoli, Orvieto, les Collini Romani, Cerveteri et Tarquinia.

---



### ***La Russie et la France : de Pierre le Grand à Lénine***

Carrère d'Encausse, Hélène

Fayard

Présentation de 3 siècles de relations franco-russes, depuis Louis XIV et Pierre le Grand jusqu'à la Première Guerre mondiale et la révolution bolchevik, en passant par les Romanov. Malgré l'admiration des tsars pour la France, cette dernière fut longtemps méfiante à l'encontre de la Russie avant de s'y allier pour faire face à l'émergence de l'Empire allemand.

---



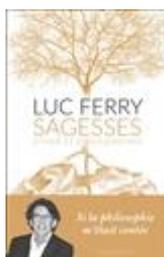
### ***La saga des Farnèse***

La Sablière, Jean-Marc de

R. Laffont

L'histoire de la famille Farnèse, enracinée au Moyen Age dans la région du lac de Bolsena, qui développe son pouvoir dès le XVe siècle. Nombre de ses descendants ont des destins remarquables jusqu'à Elisabeth, qui clôture la lignée. L'auteur évoque la vie sous la Renaissance, les guerres ou le rôle de plusieurs de ses membres, dont Paul III dans l'évolution de l'Eglise face au protestantisme.

---



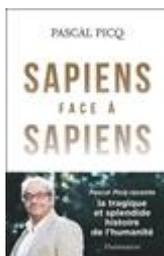
### ***Sagesses d'hier et d'aujourd'hui***

Ferry, Luc

Flammarion

L'auteur revisite l'histoire des sagesses et des pensées depuis l'Antiquité jusqu'à nos jours : Homère, Bouddha, Descartes, Kant, Marx, Freud, Sartre, etc.

---



### ***Sapiens face à sapiens : la splendide et tragique histoire de l'humanité***

Picq, Pascal

Flammarion

Le paléoanthropologue explique comment Homo sapiens s'est imposé au détriment des espèces concurrentes et s'interroge sur son évolution ainsi que sur son avenir face aux dérèglements climatiques ou à l'intelligence artificielle.

---



### ***Les secrets de la photo de mariage : démarche, pratique, inspiration***

Gozard, Annie

Poron, Marine

Torrieri, Lea

Eyrolles

Les auteures partagent leur expérience professionnelle en tant que photographes de mariage. Elles décrivent les nombreuses contraintes techniques auxquelles elles sont confrontées ainsi que la richesse des émotions et des relations humaines de cet événement unique. Avec des conseils pour réaliser des reportages de qualité.

---



### ***Les secrets de la photo lifestyle : portraits spontanés, lumière, composition***

Dulac, Baptiste

Eyrolles

Un guide pour s'initier à la photographie lifestyle, une technique pour saisir les meilleurs moments de la vie quotidienne dans un cadre naturel tout en mettant en exergue les émotions. Divers aspects sont abordés tels que l'équipement, la composition de l'image, la lumière, la relation avec les modèles ou encore la direction de séance.

---



### ***Les secrets du yoga***

Erpicum, Clémentine

Cäät

la Plage

Sous forme de bandes dessinées, huit yogis apportent des réponses documentées à 35 questions amusantes sur leur us et coutumes, sur l'histoire du yoga ou encore sur les concepts philosophiques qui y sont liés.

---



### ***Sex'traordinaire : 1.001 faits incroyables et hilarants sur la sexualité et l'amour***

Dillen, Didier

La Boîte à Pandore

Des anecdotes étonnantes pour découvrir des choses inattendues sur le sexe et la sexualité : goût et composition du sperme, ses vertus réelles ou supposées, le sexe dans l'espace, les orgasmes involontaires, les caractéristiques insolites des organes génitaux, des artistes qui dessinent avec leur verge, etc.

---



### ***Slow train : 30 échappées ferroviaires pour citadins en mal de nature***

Labaronne, Juliette

Arthaud

Un guide présentant trente voyages à effectuer sur les lignes de train secondaires françaises.

---



### ***Les sorcières : une histoire de femmes***

Du Chéné, Céline

France-Culture

M. Lafon

Une exploration de la figure de la sorcière à travers le temps. L'auteure est allée à la rencontre d'anthropologues, d'historiens et d'artistes pour reconstituer le fil conducteur qui unit la sorcière d'autrefois, traquée et brûlée, à la femme de savoir, puissante et indépendante, d'aujourd'hui.

---



### ***La source de l'amour-propre : essais choisis, discours et méditations***

Morrison, Toni

Bourgois

Recueil d'essais et de méditations divisé en trois parties traitant de questions sociétales et culturelles telles que l'émancipation des femmes, les droits de l'homme, la présence afro-américaine dans la littérature ou encore le pouvoir du langage.

---



### ***Sous les mers : au delà de l'image***

Doubilet, David

Nicklen, Paul

National Geographic

Musée Mer marine

Une invitation photographique à découvrir les fonds marins qui rend aussi compte des évolutions techniques de la prise de vue aquatique depuis le milieu du XXe siècle. Publié à l'occasion d'une exposition au Musée Mer Marine de Bordeaux.

---



### ***La Terre vue du coeur***

Reeves, Hubert

Cadrin-Rossignol, Iolande

Seuil

S'adressant aux générations futures, des scientifiques alertent sur les menaces qui pèsent sur la biodiversité et évoquent les actions entreprises pour y apporter des solutions, invitant les humains à retrouver une certaine humilité devant la nature et à repenser leur place en son sein. Avec un documentaire présentant l'engagement de H. Reeves pour la sauvegarde de la biodiversité.



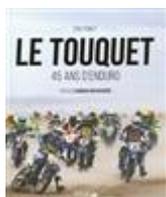
---

### ***Tir à l'arc : les clés de la progression : démarche fédérale d'enseignement***

Fédération française de tir à l'arc

Amphora

Un guide présentant les caractéristiques de la pratique du tir à l'arc, les principes de l'entraînement et l'organisation de la progression, du niveau débutant jusqu'aux compétitions nationales. Les situations permettant de développer les différentes habiletés, technique, physique, mentale ou tactique, sont abordées de manière détaillée.



---

### ***Le Touquet : 45 ans d'enduro***

Poiret, Eric

Solar

Créé en 1975 par Thierry Sabine, l'Enduro du Touquet est devenu la plus grande course de motos sur sable du monde, rassemblant chaque année près de 300.000 spectateurs sur les plages du Pas-de-Calais. Son origine ainsi que toutes ses éditions sont ici retracées en faisant la part belle aux pilotes et aux constructeurs.



---

### ***Tous écoresponsables ? : capitalisme vert et responsabilité inconsciente***

Aumercier, Sandrine

Libre & Solidaire

Une réflexion sur le désastre écologique autour de la notion de responsabilité, collective et individuelle. Selon l'auteure, l'homme prend conscience de la pollution générée par son activité mais conserve une fidélité inconsciente pour le système dont il est issu, rendant sa démarche pour assumer les conséquences de ses actes d'autant plus complexe.



---

### ***Tout sur la mode : panorama des mouvements et des chefs-d'oeuvre***

Flammarion

Histoire mondiale de la mode, de l'Antiquité au XXIe siècle. 150 vêtements ou accessoires emblématiques sont abordés à travers des entrées thématiques en suivant six grandes sections chronologiques.

---



### ***Tout sur la photo : panorama des chefs-d'oeuvre et des techniques***

Flammarion

Histoire de la photographie de 1826 à nos jours détaillant les grands courants et les photographes du monde entier. Avec 130 oeuvres incontournables décryptées et une chronologie permettant de situer chaque oeuvre et chaque artiste dans leur contexte.

---



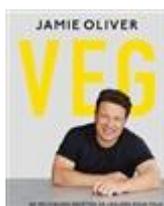
### ***Traité d'humanité durable : les 7 racines du bien-être pour goûter au bonheur***

Bultheel, Marie-Cassandra

Plon

Une réflexion humaniste sur le champ des possibles pour relever les défis de l'humanité au XXIe siècle. L'auteure, coach et consultante en bien-être, propose de développer sept capacités capables de penser des solutions optimistes au réchauffement climatique, aux inégalités de richesse ou encore à la faim dans le monde.

---



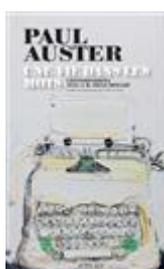
### ***Veg : de délicieuses recettes de légumes pour tous***

Oliver, Jamie

Hachette Pratique

120 recettes végétariennes variées : currys, tartes, soupes, nouilles, pâtes, salades, burgers, etc.

---



### ***Une vie dans les mots : conversations avec I.B. Siegumfeldt***

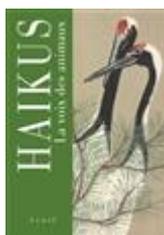
Auster, Paul

Siegumfeldt, Inge Birgitte

Actes Sud

Dans cet entretien, le romancier revisite l'univers de ses fictions. Il en présente des aspects méconnus voire inconnus. Il reste fidèle à la spécificité de ses romans qui fait que chacun est un voyage dans une contrée à explorer tant par lui-même que par son lecteur.

---



### ***La voix des animaux : haïkus***

Seuil

Une sélection de haïkus dédiés au règne animal, agrémentée d'une abondante iconographie.

---



### ***Votre temps est infini : et si votre journée était plus longue que vous ne le pensez ?***

Olicard, Fabien

First Editions

Mentaliste et entrepreneur, l'auteur donne des conseils pour retrouver la maîtrise de son temps face aux sollicitations qui tendent à détourner chacun de ses objectifs quotidiens : mails, téléphone, réseaux sociaux. Il propose des astuces et des mises en garde fondées sur son expérience permettant de modifier ses habitudes et de mieux s'organiser pour réussir dans la vie et profiter de son temps.

---



### ***Les yeux dans les yeux : le pouvoir de la conversation à l'heure du numérique***

Turkle, Sherry

Actes Sud

L'auteur s'intéresse à l'impact des appareils connectés et des objets numériques sur la vie privée, sur la gestion des émotions et sur les relations interpersonnelles. Afin de reprendre place dans le débat public et de redevenir un acteur à part entière de la démocratie, elle propose une solution simple, la réappropriation de la conversation.

---



### ***Zéro déchet : pièce par pièce : astuces, conseils, DIY***

Do, Claire

Mango

Des astuces expliquées pas à pas pour réduire ses déchets quotidiennement.

---



## **Zéro déchet on s'y met ! : 100 objets zéro déchet à avoir chez moi**

Imbault, Pauline

Hachette Pratique

Un abécédaire présentant cent objets de la vie quotidienne et leur impact sur l'environnement afin de trouver des alternatives simples pour remplacer les objets jetables : sac à vrac, shampoing solide, vinaigre blanc, gourde, pailles réutilisables, piles rechargeables, tawashi, entre autres.

---



Pour la rentrée des fourneaux, Pepeat Studio annonce la publication de Zero Waste, un livre de recettes inédites sans gaspillage. Confectionné par une équipe de passionnés de la cuisine, l'ouvrage propose de modifier notre approche des déchets culinaires en les valorisant dans des recettes inventives et goûteuses. Spécialiste des contenus 2.0, Pepeat Studio introduit le concept de réalité augmentée dans ses compositions culinaires, consultables en vidéo grâce à une application gratuite. Le sommelier belge Eric BOSCHMAN est aux commandes des associations mets/vins/bières.

---