



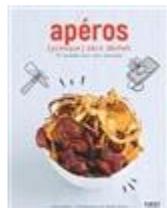
Bibliothèque Communale de Hannut
Nouveautés Documentaires Adultes
2e trimestre 2020



Anne Herbauts, la tête dans la haie : dialogue avec Frédérique Dolphijn

Herbauts, Anne
 Dolphijn, Frédérique
 Esperluète

Dans cet entretien, l'auteure et illustratrice de jeunesse évoque sa façon de travailler notamment par l'assemblage de mots et d'images proposant divers niveaux de lecture pour décrire le monde. Hors du jardin bien organisé, elle décrit la vie qui fourmille, illustrant la nécessité des assonances, du sauvage et mettant en abîme la question du réel, celui de l'histoire, de l'auteur et du lecteur.



Apéros (preque) zéro déchet : 70 recettes pour tout valoriser

Knudsen, Lene
 First Editions

70 recettes originales et saines qui utilisent toutes les parties des aliments afin d'éviter le gaspillage : chips d'épluchures, crackers aromatiques, fromages végans, entre autres.



Des arbres dans la ville : l'urbanisme végétal

Mollie, Caroline
 Actes Sud

Cet ouvrage est destiné à faciliter le dialogue entre les différents interlocuteurs concernés par la question du végétal urbain : élus et habitants, concepteurs de l'espace urbain, techniciens et gestionnaires. Il aborde l'embellissement, le décor, l'ombrage, la qualité de l'air, les habitats écologiques, le choix des espèces, à fleurs, à fruits, à feuilles caduques, entre autres.



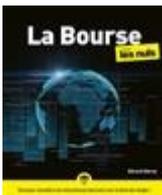
Au coeur du bitcoin : programmer la blockchain

Antonopoulos, Andreas M.

O'Reilly

First interactive

Une synthèse des connaissances sur le bitcoin à travers sa définition, son fonctionnement, sa conception publique et prise en charge collectivement, la gestion des transactions, ses propriétés et applications notamment les paiements électroniques, les transactions sécurisées par cryptographie et les transferts d'argent rapides et peu onéreux.



La Bourse pour les nuls

Horny, Gérard

First Editions

Des informations pour découvrir les intérêts de la Bourse et les mécanismes boursiers de base, pour accéder au marché et identifier les actions qui rapportent, ainsi que pour maîtriser les techniques courantes de gestion d'un portefeuille et maximiser les profits.



Contagions

Giordano, Paolo

Seuil

Témoignage et réflexion littéraires autour de la crise sanitaire mondiale, suite à la pandémie provoquée par la Covid-19. Si l'homme est responsable du désordre écologique qui conduit à ces catastrophes, il peut aussi prendre conscience que son comportement envers la nature peut influencer sur la survie de la collectivité humaine.



Le craving : pourquoi on devient accro et comment s'en libérer

Brewer, Judson

Les Arènes

Le craving désigne le besoin irrésistible de surconsommer un produit psychoactif (alcool, tabac ou sucre) ou d'adopter un comportement de dépendance (portable, amour, entre autres). Expliquant les mécanismes à l'oeuvre dans les addictions, le psychiatre J. Brewer explique, à travers des cas cliniques, comment la pleine conscience permet de s'en libérer.



Cultiver des fruits et légumes en pots insolites

Mikolajski, Andrew

Marabout

Des conseils et des méthodes de semence et d'entretien des fruits et des légumes tout en recyclant ses bouteilles en plastique et ses boîtes de conserve.



Downton Abbey, le livre de cuisine : les 100 recettes officielles

Gray, Annie

Marabout

Cent recettes traditionnelles issues de l'univers de la série télévisée Downton Abbey, ponctuées de photographies et de dialogues extraits du feuilleton, d'anecdotes et d'informations sur la gastronomie anglaise.



Furoshiki : l'art d'emballer avec du tissu

Le Marec, Aurélie

Néva éd.

Cinquante idées de pliages de furoshiki (carré de tissu) illustrées pas à pas : sacs, emballages cadeau, décorations ou dos-nus.



Génération offensée : de la police de la culture à la police de la pensée

Fourest, Caroline

Grasset



La question de l'appropriation culturelle fait débat dans le monde. La parole est confisquée selon l'origine géographique ou sociale, selon le genre et la couleur de peau, ainsi que selon l'histoire personnelle d'un individu. L'auteure affirme que la France serait également touchée par ce phénomène, déplorant l'action des groupes de pression pour faire interdire des expositions ou des pièces.



Les grandes théories économiques pour les nuls en 50 notions clés : l'essentiel pour tout comprendre

Musolino, Michel

First Editions

Cinquante notions expliquées pour comprendre la pensée des grands économistes : la courbe Laffer, l'inflation, le libéralisme, la théorie malthusienne, le théorème HOS, la loi des débouchés ou encore l'asymétrie de l'information.



Guide des mélanges de couleurs pour l'aquarelle

Collins, Julie

Vigot

Un guide théorique et pratique pour apprendre à mélanger les couleurs et réaliser des compositions harmonieuses. L'artiste dévoile le rendu des couleurs à partir de treize pigments de base et livre les clés pour réaliser son propre nuancier. Des photographies illustrent pas à pas les étapes de réalisation. Avec des conseils pour le choix du matériel.



Le guide du géologue amateur

Foucault, Alain

Dunod

Les clés pour réussir une excursion géologique : utilisation des cartes, la géologie de la France et les principaux sites géologiques, le point sur les minéraux, les roches, les fossiles, le relief et les structures géologiques.



Le hérisson d'Europe : description, comportement, vie sociale, mythologie, observation

Jourde, Philippe

Delachaux et Niestlé

LPO Touraine

Présentation de ce mammifère nocturne, notamment de son mode de vie et de reproduction, de son habitat ainsi que de son régime alimentaire. Prix Jacques Lacroix 2009.



Il est où, le bonheur

Ruffin, François

Les Liens qui libèrent

Le député lance un cri d'alarme face à l'urgence climatique et sociale de ce début de XXIe siècle. Selon lui, seul un véritable front populaire écologique serait capable de défendre l'intérêt général face aux multinationales dont les ramifications s'étendent jusqu'au sommet des Etats.



J'aime pas courir : mon guide pour bouger sans m'abîmer

Gasquet, Bernadette de
Rocher

Alertant sur les risques du running, dont la pratique n'est pas adaptée à tous, l'auteure présente des alternatives pour faire du sport : yoga, vélo, marche, danse ou gymnastique à la maison. Elle propose plus d'une centaine d'exercices illustrés et accompagnés de nombreux conseils.



Libérez-vous du mal de dos ! : 55 exercices simples et efficaces pour améliorer votre quotidien

Sinfield, Nick
Amphora

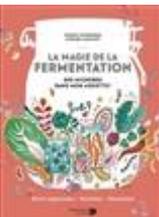
Le physiothérapeute décrit les principales sources de douleurs dorsales, délivre des conseils pour s'en prémunir et propose des exercices avec ou sans matériel permettant de les réduire ainsi que des techniques pour gérer le stress qui accompagne souvent les maux de dos.



Lucidité de l'art : animaux et environnement dans l'art depuis le paléolithique supérieur

Grosos, Philippe
Cerf

Une réflexion sur le rapport de l'homme à la nature et aux animaux à la lumière de l'art pariétal. Les fondamentaux de la pensée écologique sont ainsi analysés à partir des schèmes mis en place par les pratiques picturales depuis le paléolithique supérieur.



La magie de la fermentation : des microbes dans mon assiette ! : micro-organismes, nutrition, révolution

Courouble, Sophie
Ameloot, Cyprien
La Renaissance du livre

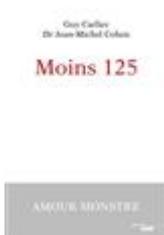
Présentation du processus de fermentation et conseils pour l'appliquer : recettes, techniques, matériel de base.



La maternelle, une école de littérature : des progressions pour surmonter les obstacles de compréhension : mobiliser le langage dans toutes ses dimensions, cycle 1

Lécullée, Christophe
Canopé éditions

Des conseils pour aborder la littérature en maternelle. L'auteur explique comment surmonter les obstacles culturels, sociaux, affectifs ou psychologiques, propose à l'enseignant différentes démarches, notamment dans le choix des oeuvres ou les manières d'intéresser les enfants, puis différentes séquences pour permettre à l'élève de progresser sur l'année.



Moins 125

Carlier, Guy
Cohen, Jean-Michel
Cherche Midi

G. Carlier raconte comment il est parvenu à perdre 125 kilos, soit la moitié de son poids, en mettant un terme à ses crises compulsives quotidiennes de boulimie et en ayant recours à la chirurgie bariatrique. Il explique comment sa rencontre avec le nutritionniste J.-M. Cohen l'a aidé dans ce parcours. Le médecin livre ensuite ses réflexions sur l'obésité et l'alimentation.



Peindre à l'aquarelle pour les nuls

Pitcher, Colette
First Editions

Un guide pour apprendre la technique de l'aquarelle, travailler les couleurs et les textures, composer ses tableaux et réussir ses dégradés. Chaque chapitre propose un projet pratique présenté étape par étape, où la théorie et les techniques utilisées sont intégrées, pour réaliser des natures mortes, des paysages, des marines ou encore des animaux.



Un potager très chou(x) : cabus, kales, brocolis, pe-tsaï...

Thorez, Jean-Paul
Terre vivante

Des conseils pour cultiver vingt types de choux, avec des informations sur leur histoire ou la façon de les cuisiner.



Pourquoi le foot se joue à 11 contre 11 ? : toutes les questions que vous vous posez sur le foot, même les plus improbables

Wernicke, Luciano

Amphora

Pour tout savoir sur le football grâce à des points d'histoire, des anecdotes, des précisions sur des règles mal connues et d'autres thématiques diverses.



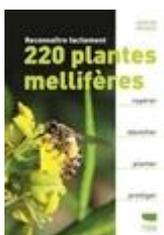
Produire ses semences potagères

Dudouet, Christian

Renaud, Victor

Campagne et compagnie

Des conseils pour produire et conserver ses propres semences de variétés potagères et médicinales. Sous forme de fiches, le guide présente 80 espèces végétales classées par famille botanique, avec pour chacune une description de la plante, des informations sur son origine, sa pollinisation, la dormance de ses semences, leur germination, leur récolte, entre autres.

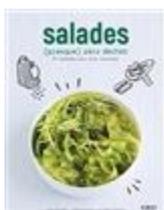


Reconnaître facilement 220 plantes mellifères

Pritsch, Günter

Delachaux et Niestlé

Une présentation de 220 plantes, appartenant à 61 familles, reconnues pour leurs qualités mellifères. Pour chacune d'elles, l'auteur détaille ses avantages, ses implantations, son aspect, ses besoins, ses dates de floraison ainsi que sa production de pollen et de nectar.



Salades (presque) zéro déchet : 70 recettes pour tout valoriser

Knudsen, Lene

First Editions

70 recettes pour réaliser des salades originales et saines en utilisant toutes les parties des fruits et des légumes, telles que les fanes de carottes et les épluchures, afin d'éviter le gaspillage.



Savoir tout faire au potager : gestes et techniques de base

Leclerc, Blaise

Terre vivante

Présentation des six techniques de base pour un potager sain et productif : préparer la terre, composter, compléter les apports de compost, cultiver des

engrais verts, pailler et créer un équilibre écologique. L'auteur explique aussi le lien entre ces techniques et le fonctionnement des plantes au sol.



Se mettre à courir quand on est vieux, gros, (sympa) et pas sportif : pour vivre mieux et plus longtemps : 24 semaines planifiées pour débuter la course à pied

Charlat, Nadine

Amphora

Un guide d'initiation à la pratique de la course à pied destiné aux personnes de plus de 60 ans, aux quarantenaires n'ayant jamais fait de sport ou aux individus en surpoids. Entraîneuse et marathonnienne, l'auteure explique comment se perfectionner sans se blesser grâce des plans d'entraînement progressifs en 24 semaines. Avec des conseils de nutrition en fin d'ouvrage.



Stop aux agressions ! : l'art de la self-défense

Hoffer, Bruno

Vignon, Michel

Amphora

Une méthode de self-défense à destination des pratiquants de tous niveaux qui présente les bases de la discipline en s'appuyant sur les techniques employées dans les arts martiaux traditionnels. Les auteurs décrivent les mouvements permettant de réagir en cas d'agression selon différents contextes, au cours des entraînements en dojo ou en salle et en situation réelle, sur le terrain.



Terra Migra

Pef

Gallimard-Jeunesse

La planète, surnommée Terra Migra, s'adresse à deux personnages, Cétainsy et Folespoir, l'un fataliste, l'autre optimiste. Un album sensible qui évoque le racisme, les guerres et les migrations. L'oeuvre chorale est une création commandée par Radio France.



Thérapies non médicamenteuses dans la maladie d'Alzheimer et syndromes apparentés

De Boeck supérieur

Les conseils de 62 experts pour mettre en oeuvre des ateliers thérapeutiques (moteurs, cognitifs, musicaux, sensoriels, entre autres) destinés aux patients présentant une maladie neurodégénérative. Leurs fondements scientifiques

sont explicités et les indications selon l'état du patient, les résultats attendus et un bilan de l'efficacité sont précisés. Des compléments sont accessibles en ligne.



Véronique Sanson : l'amour qui bat : biographie

Wodrascka, Alain

Archipel

S'appuyant sur une enquête menée auprès de ses proches et de ses collaborateurs, cette biographie révèle la face cachée de cette musicienne au talent reconnu : sa relation avec son père, la vraie nature de sa liaison avec Michel Berger, sa vie sentimentale tumultueuse, son addiction à l'alcool, les dessous de l'affaire Allah ou encore sa rivalité avec France Gall.



La vie simple : renouer avec la nature, l'authenticité et le lien à l'autre

Khelifa, Ismaël

First Editions

Le journaliste évoque ses nombreux voyages et les rencontres qui l'ont marqué, de l'Antarctique à la Polynésie en passant par la Mauritanie et la France. Il invite le lecteur à réfléchir à sa place dans le monde, à abandonner ses ambitions surdimensionnées ou encore à respecter la nature en s'inspirant de ces destins empreints d'humanisme et de simplicité.

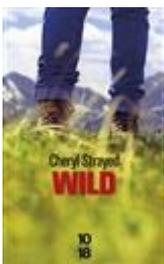


Vous n'aurez pas les enfants : document

Portheret, Valérie

XO

Le 26 août 1942, le gouvernement de Vichy ordonne la rafle des Juifs étrangers dans la région de Lyon. 1.016 personnes sont arrêtées puis rassemblées au camp de Vénissieux. Parmi elles, 108 enfants sont sauvés de la déportation grâce à l'association Amitié chrétienne qui organise leur exfiltration puis les cache dans un ancien couvent.



Wild

Strayed, Cheryl

10-18

Ancienne toxicomane ayant vécu la disparition précoce de sa mère et une séparation compliquée, Cheryl a décidé de parcourir seule le chemin des crêtes du Pacifique, long de 1.700 km et réputé difficile.



Woman : le livre du film

Mikova, Anastasia

Arthus-Bertrand, Yann

La Martinière

Sept thèmes, la condition féminine, le rapport au corps, la sexualité, la maternité, le couple, les violences et l'émancipation, sont traités à travers les témoignages de femmes interviewées dans le film *Woman*. Chaque entretien est contextualisé et complété de données statistiques sur les conditions de vie des femmes dans le monde.
