

NOUVEAUTÉS DOCUMENTAIRES ADULTES – AVRIL 2021



AIM Philippe : Harcèlement scolaire : le guide pratique pour aider nos enfants à s'en sortir (Plon – L'esprit d'ouverture)

Le psychothérapeute propose une méthode afin d'aider les enfants et les adolescents à faire face aux diverses formes de harcèlement à l'école à travers des mises en situation et des jeux de rôle. (402 AIM)



BAZIN Sylvain : La France des GR (Glénat – Trekking)

Une sélection d'une cinquantaine de GR et de GR de pays à travers la France sont présentés dans cet ouvrage, qui met en lumière le maillage territorial exceptionnel que constituent ces sentiers balisés couvrant l'ensemble des régions et toute la variété d'environnements naturels et de villages qu'ils traversent. (FRA FRA)



BRAQUEHAIS Stéphanie : Jour zéro (L'Iconoclaste)

L'auteure partage le récit de son sevrage sous la forme d'un journal intime. Elle détaille les ressorts de l'addiction à l'alcool et ses effets puis questionne son rapport à la boisson. (92V BRA)



BREDEL Thierry : Le grand livre des exercices de musculation (Amphora)

Guide de musculation à domicile ou en salle présentant les principes de la discipline pour adapter son entraînement à ses besoins et 200 exercices classés par groupe musculaire à réaliser avec des charges libres, des charges guidées ou sans matériel. (796.6 BRE)



COKELAER Jean-Baptiste : Des cueillettes et des hommes (La Martinière – Cuisine gastronomie)

Une découverte des usages traditionnels des plantes et des champignons. J.-B. Cokelaer présente ses lieux préférés de cueillette en Hauts-de-France, le matériel à utiliser et les techniques à employer. Quatre chefs proposent également une quarantaine de recettes à réaliser à partir des produits récoltés. (641 COK)



D. Lionel : Chasseur de terroristes (Racine)

Inspecteur principal au sein de l'Escadron spécial d'intervention, Lionel D. raconte le quotidien dans cette unité spéciale de la police fédérale en Belgique. Il explique la difficile formation, le travail en équipe et la lutte contre le terrorisme, particulièrement l'arrestation de Salah Abdeslam en 2016. Il souligne l'importance du soutien de sa famille. (323 D)



DAVID Bruno : A l'aube de la 6^e extinction : comment habiter la Terre (Grasset – Document)

Alors que les effets du réchauffement climatique se font désormais ressentir, l'auteur expose les dangers moins visibles menaçant la vie sur Terre, comme la disparition de nombreuses espèces qui signe le commencement d'une sixième extinction. Il met en cause la surconsommation croissante d'espace et d'énergie par l'homme dont la survie dépend aussi de l'équilibre des écosystèmes. (504 DAV)



DELORE Michel : Running : du jogging au marathon (Amphora)

Des informations et des conseils accompagnées d'anecdotes pour pratiquer la course à pied sur bitume ou dans la nature, de la courte distance jusqu'à l'ultra-fond, avec une présentation des nouvelles techniques et technologies et des plans d'entraînement. (796 DEL)



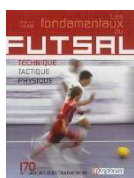
FAURE-ALDERSON Martine : Le cerveau : le fabuleux trésor de l'humanité (G. Trédaniel)

Une présentation des connaissances sur le cerveau, depuis les neurosciences jusqu'aux émotions, en passant par la spiritualité ou les rêves. La structure organique des différents éléments de l'encéphale et les aspects fonctionnels sont décrits et illustrés de planches anatomiques détaillées. (610 FAU)



FUNG Jason – MEYER Eve – RAMOS Megan : La vie dans le jeûne ! (Eyrolles)

Guide pratique et personnalisable pour profiter des bienfaits du jeûne intermittent qui consiste à diminuer l'apport calorique pendant des heures voire des jours. Ce régime est bénéfique pour la santé, du diabète aux troubles métaboliques en passant par l'amélioration des fonctions cognitives. La planification des repas, la concentration au travail ou encore la faim sont abordées. (613 FUN)



GALIEN Clément : Les fondamentaux du futsal (Amphora)

Cet ouvrage permet aux entraîneurs de football en salle, à travers des situations illustrées, de concevoir leurs séances en ciblant différents objectifs de travail, et de perfectionner la stratégie de leur équipe. (796.2 GAL)



HALTER Marek : Un monde sans prophètes (Hugo Doc – Alerte)

Une réflexion autour de la figure du prophète, considéré comme un lanceur d'alerte et un élément de contre-pouvoir permettant de critiquer les organes du pouvoir. L'auteur examine le monde contemporain et ses faux prophètes pour définir la notion de courage et ses effets dans la société.



HUC Benoît : Accueillir les oiseaux au jardin (Ulmer)

Un guide pour choisir les végétaux nécessaires aux oiseaux, leur distribuer de la nourriture, assurer le gîte en toute protection. Avec plusieurs plans de nichoirs, mangeoires et une présentation des cinquante espèces les plus fréquentes. (634 HUC)



HUMBEECK Bruno : Quelles pédagogies pour mon enfant ? (Mardaga – Psychologie)

L'auteur montre les avantages et les inconvénients de différentes pédagogies, traditionnelles ou actives, et fournit des cas pratiques et des exemples concrets afin de guider les parents et les enseignants. (370 HUM)



KECK Frédéric : Signaux d'alerte (Desclée De Brouwer)

L'anthropologue défend l'idée que la valeur des signaux d'alerte émis face aux risques de catastrophe dépend avant tout de leur capacité à susciter l'attention, ce dont témoignent les relations de compétition et de collaboration instaurées face à la Covid-19 dans des Etats comme Hong Kong, Singapour et Taïwan. Pour le démontrer, il s'appuie sur des sources théoriques, historiques et artistiques. (304 KEC)



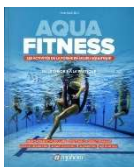
KOUCHNER Camille : La familia grande (Seuil – Cadre rouge)

A travers l'histoire de Victor, adolescent abusé sexuellement par son beau-père à partir de la fin des années 1980, l'auteure relate l'histoire de sa propre famille et de l'inceste subi par son frère jumeau. (92V KOU)



MAGRÉ Nelly – RONCATI Jeanine : Du télétravail de crise au télétravail durable (First éditions)

Les auteures livrent des conseils aux managers et aux télétravailleurs pour s'adapter à ce nouveau mode de fonctionnement professionnel : travail en équipe, organisation, communication, conditions logistiques ou encore motivations. (331 MAG)



MATHIEU Yann : Aqua-fitness : les activités de la forme en milieu aquatique (Amphora)

Les fondamentaux de l'aérobic aquatique sont détaillés, ainsi que le matériel nécessaire selon la discipline, l'organisation d'une séance et de nombreux exercices et chorégraphies. (797.1 MAT)



PATOU-MATHIS Marylène : L'homme préhistorique est aussi une femme (Allary éditions)

L'auteure critique la vision patriarcale de la préhistoire. Lorsque la discipline naît au XIXe siècle, elle n'est conduite que par des hommes qui projettent sur ces temps anciens leur vision d'une femme procréatrice au rôle social limité à l'éducation des enfants et aux tâches domestiques. Or, les récentes découvertes archéologiques montrent les femmes moins soumises, plus robustes et inventives. (396 PAT)



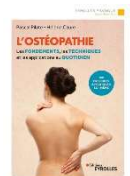
PAU Mathilde : Tracer ses patrons (CréaPassions – Facile !)

Des pas à pas, des astuces et des conseils pour apprendre à faire ses patrons. L'auteure présente le matériel, les tissus et la prise de mesure ainsi que des modèles pour mettre en pratique tous les apprentissages : des jupes, des tops, des chemisiers ou encore des robes. (689.2 PAU)



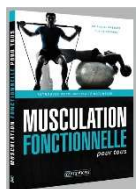
PIERRE Arnaud – ROUSSEAU Pascal : L'abstraction (Citadelles & Mazenod – Les grands mouvements et tendances)

Une histoire de l'abstraction et de ses développements, prenant en compte ses circulations mondiales. Des aquarelles de William Turner aux expérimentations cybernétiques dans l'art contemporain, de l'Europe au Japon en passant par l'Amérique latine et les Etats-Unis, l'ouvrage montre la pluralité des formes, des pratiques et des concepts qui ont nourri cette quête pour émanciper l'art du réel.



PILATE Pascal – CAURE Hélène : L'ostéopathie (Eyrolles – Eyrolles pratique. Santé, bien-être)

Reconnue comme une médecine complémentaire, l'ostéopathie peut soulager les douleurs les plus persistantes. Cet ouvrage illustré aborde cette pratique, des fondements à son application au quotidien. Avec des exercices à pratiquer pour retrouver le confort articulaire. (615 PIL)



PRÉVOST Pascal – LEFEBRE Claire : Musculation fonctionnelle pour tous (Amphora)

Ce guide pratique propose des exercices de musculation adaptés à la motricité de chacun. Il s'appuie sur les dernières avancées en neurosciences et en anatomie fonctionnelle. (796.6 PRE)



PROFIZI Alexandra : Le temps de l'ironie : comment Internet a réinventé l'authenticité (Éditions de l'Aube – Suspension)

Une étude sur l'ironie, devenue un moyen d'expression présent à la fois dans les médias, les séries, la sphère politique ou culturelle. L'humour et le second degré ont également envahi Internet. L'auteure analyse cette nouvelle suprématie de l'ironie et sa corrélation avec l'authenticité. (070 PRO)



PROPRIÉTÉS... : Les propriétés secrètes des arbres (Larousse)

Une étude sur l'ironie, devenue un moyen d'expression présent à la fois dans les médias, les séries, la sphère politique ou culturelle. L'humour et le second degré ont également envahi Internet. L'auteure analyse cette nouvelle suprématie de l'ironie et sa corrélation avec l'authenticité. (580 PRO)



QUAND... : Quand une religion se termine... (EME Éditions – Religion et altérité)

Un panorama des divers facteurs qui entrent en ligne de compte lors de la disparition d'une religion. Les contributeurs s'intéressent à l'importance d'éléments politiques et sociaux dans l'effondrement d'un culte tel que les religions antiques ou le catholicisme en Europe occidentale. (210 QUA)



RIPOLL Thierry : Pourquoi croit-on ? : psychologie des croyances (Sciences humaines éditions – Accent aigu)

L'auteur identifie les processus psychologiques et cérébraux qui conduisent l'être humain à croire en de nombreuses choses : superstitions, spiritualités religieuses, capacités extrasensorielles, théories du complot, etc. Il évoque également les raisons, les bienfaits et les méfaits de ces croyances. (159 RIP)



SALVADORI Françoise : Antivax : la résistance aux vaccins du XVIIIe siècle à nos jours (Vendémiaire – Chroniques)

Alors qu'une vague de méfiance envers la vaccination ne cesse de grandir en Occident, les auteurs montrent que les courants anti-vaccins modernes reprennent des arguments nés dès le XVIIIe siècle. Ils retracent l'histoire de cette opposition. (610 SAL)



SOUCAIL Julie : Récolter et semer ses graines potagères (La Plage)

Des conseils pour apprendre à récolter, conserver et semer des graines potagères. (632 SOU)



TOUZARD Claire : Sans alcool (Flammarion – Document)

Journaliste et grand reporter, l'auteure témoigne de son combat pour se libérer de l'emprise de l'alcool. Réalisant que son alcoolisme définit son existence, altère ses pensées et abîme ses relations, elle choisit le sevrage malgré le jugement des autres. (92V TOU)