

NOUVEAUTÉS DOCUMENTAIRES ADULTES – JUILLET 2023



Bénureau, Arnaud

La Vélomaritime de Roscoff à Dunkerque

Ouest-France (Vélo guide)

Premier guide à présenter l'intégralité du trajet de la Vélomaritime, un périple de 1.500 kilomètres en 36 étapes, entre littoral et bocage, depuis la Normandie jusqu'au Nord. Avec des cartes détaillées, des informations culturelles et touristiques ainsi que des conseils et des renseignements pratiques sur les hébergements ou les loueurs de vélos. (FRA NOR)

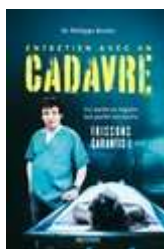


Berrou, Christine

Le jour où j'ai réalisé que la personne toxique c'était moi

First Editions

Ayant réalisé qu'elle pouvait être une personne toxique pour elle-même et ses proches, l'auteure partage son expérience et donne des conseils pour évoluer dans sa relation aux autres. (159 BER)



Boxho, Philippe

Entretien avec un cadavre : un médecin légiste fait parler les morts

Kennes Editions (Société)

Le médecin légiste belge détaille son quotidien à la morgue à travers des histoires tirées de son expérience professionnelle, notamment les affaires d'homicide. Il raconte les cas les plus marquants qui ont jalonné sa carrière : un faux suicide à l'arme à feu, la mort d'un enfant négligé, une famille assassinée par un petit ami éconduit, entre autres. (343 BOX)



Comte-Sponville, André

La clé des champs : et autres impromptus

PUF

Recueil de douze textes brefs abordant des sujets sombres et difficiles tels que le pessimisme, la mort des enfants, l'agonie, le handicap, le suicide, le bain ou encore l'euthanasie. (140 COM)



Courcoux, Damien

Rando bière Hauts-de-France : la façon la plus rafraîchissante de voir les Hauts-de-France

Helvetiq

Quarante randonnées pour parcourir les Hauts-de-France et déguster des bières locales et artisanales. Pour chaque parcours, l'auteur présente la difficulté, la durée, le raccordement aux transports et les sites remarquables. Les bières font également l'objet d'une description détaillée : couleur, nez, goût. (FRA HAU)



D'Haeyer, Aurore

Sortir de la rue : manuel d'accompagnement de la personne sans-abri

Mardaga

Un manuel pratique présentant les méthodes, les outils et les savoirs nécessaires pour accompagner les personnes sans-abri et les soutenir ponctuellement ou sur le long terme. La prise de conscience de soi par l'hygiène de base, la remise en logement et la capacité à se projeter à nouveau en tant qu'individu intégré dans la société font partie des sujets traités. (304 DHA)



Flis-Trèves, Muriel - Ollivry, Maryvonne

Pourquoi viens-tu si tard ? : dans l'intimité des maternités tardives

Calmann-Lévy

Dans son cabinet, M. Flis-Trèves, psychiatre et psychanalyse, reçoit des femmes qui ont retardé, plus ou moins consciemment, le moment de devenir mères. Des questionnements sur la filiation, la maternité, la difficulté de conception surgissent au fil des séances et amènent la patiente à réfléchir à son enfance et ses traumatismes. (400 TRE)



Kaufmann, Jean-Claude

Petites vengeances ou Les trahisons positives dans le couple

Editions de l'Observatoire

Dans son analyse de la vie du couple moderne, Jean-Claude Kaufmann voit dans les petits coups bas, vengeances et mesquineries du quotidien une dimension bénéfique qui permettrait à chacun d'affirmer sa place et son identité en assurant la longévité des relations. (159 KAU)



Lestang, Alexandra

Antoine, mon fils

R. Laffont

Mariée à un homme formidable et mère de trois adorables filles ainsi que d'Antoine, le petit dernier, Alexandra est heureuse de sa vie. Malheureusement, un soir d'été, le gardien sonne à sa porte et lui annonce qu'un enfant est mort en tombant dans la cour. La jeune femme se rend compte qu'il s'agit de son fils. Un témoignage sur le deuil d'un enfant, inspiré de la vie de l'auteure. (92V LES)



Maksymowicz, Lidia

La petite fille qui ne savait pas haïr : une enfance à Auschwitz : mon témoignage

M. Lafon (Témoignage)

A l'âge de 3 ans, l'autrice est envoyée avec sa mère dans le camp d'Auschwitz-Birkenau où elle est choisie pour être le cobaye du docteur Mengele en raison de ses yeux bleus. Un poison lui est injecté après des mois de torture. Libérée, elle est confiée à une famille polonaise, jusqu'à ce qu'elle retrouve enfin la trace de sa mère. (92V MAK)



Sasias, Gérard

Faire ses graines

Artémis (Focus Artémis)

Des conseils et des astuces pour produire et sélectionner ses propres graines, accompagnés de quarante fiches de légumes et plantes aromatiques à multiplier grâce à des semis. (632 SAS)



Seys, Pascale

Le complexe du Sphinx : les mythes grecs, une machine à penser et à vivre

Racine

Une réflexion philosophique sur les mythes grecs, dont l'universalité embrasse des faits divers, parfois sanglants, mettant en scène la jalousie, la corruption, la vengeance, la malédiction ou la rédemption. Ils constituent selon l'auteure de vraies sources d'inspiration pour inventer un présent un peu meilleur. (292 SEY)



Soucail, Julie

I love les planches à partager : 150 recettes

Solar (Cuisine. I love)

150 recettes de planches apéritives rapides et faciles à préparer pour toutes les occasions : mezze, tapas, spéciales fondue, soirée football, brunch du dimanche, goûter d'anniversaire, entre autres. (641 SOU)



Taquet-Assoignons, Annick

Je prends soin des autres sans m'épuiser : à tous les proches aidants, soignants...

Le souffle d'or (Chrysalide)

Psychologue clinicienne, l'auteure décrit le syndrome du sauveur chez les soignants et les aidants, son fonctionnement et ses conséquences, notamment le développement de la fatigue de compassion. Elle propose des exercices ainsi que des points de repère afin de se ressourcer. (159 TAQ)



Virbel Alonso, Christine

Chatons abandonnés : comment en prendre soin ? : les soins d'urgence, la domestication et les gestes d'affection

Jouvence

Les premiers gestes de secours et des clés pour adopter un chaton abandonné, évaluer son état de santé, l'apprivoiser, le sevrer, le nourrir ou encore le stériliser. (636 VIR)



Zeltner, Sandra

Kinésiologie : le grand livre

Leduc.s éditions (Le grand livre de...)

Synthèse sur la kinésiologie, son histoire, ses bienfaits et ses diverses techniques, ainsi que des explications sur le test kinésilogique et un éclairage sur les champs vibratoires ou encore les ondes magnétiques. Plus de trente techniques et mouvements sont détaillés pour apprendre à s'auto-équilibrer quotidiennement. (615 ZEL)