

NOUVEAUTÉS DOCUMENTAIRES – JUIN 2026



Sortir du deuil : surmonter son chagrin et réapprendre à vivre

Ancelin Schützenberger, Anne (1919-2018)

Payot

Conseils pour apprendre à se reconstruire après la perte d'un proche, d'une partie de son corps, mais aussi de son travail ou de sa maison, et aider à retrouver son équilibre affectif en redonnant un sens à sa vie.

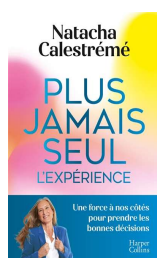


Italia cosmica : en quête de beauté dans les montagnes italiennes

Bortoletto, Linda

Payot

Pendant une année, l'exploratrice a parcouru à pied les plus de 7.000 kilomètres du Sentiero Italia, le plus long sentier du monde, qui traverse la totalité des montagnes italiennes. Dans son récit, se croisent Vénus, Déméter et Perséphone, des madones et des pizzas napolitaines, des pierres qui parlent, des bidets dans des dortoirs, des chants de sirènes, de la sagesse et de la beauté.



Plus jamais seul, l'expérience : une force à nos côtés pour prendre les bonnes décisions

Calestrémé, Natacha

HarperCollins

Un guide dans lequel l'auteure propose de s'appuyer sur l'expérience pour se reconstruire après une épreuve ou avancer sur le chemin de la libération émotionnelle.



Endormir son enfant sans s'épuiser : de 6 mois à 6 ans, comment instaurer de bonnes habitudes en famille : la méthode infaillible issue de la recherche scientifique par un pédiatre spécialiste du sommeil !

Canapari, Craig

Solar

Des outils pratiques pour instaurer un bon rythme de sommeil à son enfant, avec des conseils adaptés selon les âges.

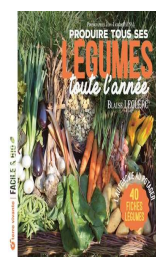


Zone rouge : un grand reporter face à l'enfer des guerres

Lamfalussy, Christophe

Racine

Une plongée dans les coulisses du grand reportage de guerre. De la chute du mur de Berlin aux guerres du Moyen-Orient, l'auteur, grand reporter à La Libre, raconte les coulisses de conflits majeurs : Bosnie, Kosovo, Afghanistan, Irak, Haut-Karabakh, entre autres. A travers son expérience, il décrit les différentes facettes de son métier.



Produire tous ses légumes toute l'année : l'autonomie au potager : 40 fiches légumes

Leclerc, Blaise

Terre vivante

Des conseils pratiques pour cultiver les légumes selon la saison, comme les carottes d'hiver ou de printemps, le concombre en été ou les radis en automne, afin d'atteindre l'autonomie alimentaire. L'auteur fait le point sur les méthodes visant à optimiser le rendement du potager, les surfaces cultivables selon les variétés et les apports nutritionnels. Avec un répertoire alphabétique des légumes.

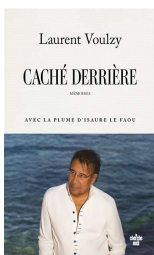


Le temps de l'obsolescence humaine

Patino, Bruno (1965-....)

Grasset

Alors que la révolution numérique atteint son apogée, l'auteur ne peut que constater le manque de liberté que cette dernière a laissé aux humains : déficit de repos, corps épuisé, cerveaux saturés, entre autres. Il livre des conseils et des lectures afin de se détacher au maximum de cet envahissement constant et quotidien, tout en se questionnant sur l'arrivée d'une nouvelle civilisation.



Caché derrière : mémoires

Voulzy, Laurent (1948-....)

Cherche Midi

Les mémoires de l'auteur-compositeur-interprète, de son placement auprès d'une nourrice à l'âge de 3 ans à ses Victoires de la musique. Il relate ses amours de vacances, sa première guitare, ses premiers groupes avec des copains d'école ou encore sa rencontre avec Alain Souchon, parmi de multiples autres anecdotes.