

## DOCUMENTAIRES ADULTES – SEPTEMBRE 2018



**ALMANACH... : Almanach des loisirs créatifs : plus de 180 projets à réaliser toute l'année** (Marie-Claire)

Pour toute l'année, des recettes et des idées d'objets à confectionner en tissu, en laine ou encore en métal : doudous, boucles d'oreilles, presse-papiers, sacs, lanternes d'Halloween, etc. (689.3 ALM)



**ANNEQUIN Jean : À ski autour du monde** (Paulsen – Collection Guérin)

Les guides de haute montagne relatent leur expérience de ski de randonnée dans les massifs montagneux du monde entier, de la Turquie au Népal, en passant par le Kamtchatka. (910.4 ANN)



**APPRENDRE... : Apprendre la guitare (tout seul !)** (Larousse)

Une méthode interactive pour apprendre à jouer de la guitare. Avec des conseils pour choisir son instrument et l'entretenir. Le DVD contient les vidéos des leçons. (780 APP)



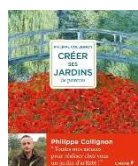
Jacques Attali

Les chemins  
de l'essentiel

TOUT CE QU'IL FAUT AVOIR  
LU, VU, ÉCOUTÉ ET TENTÉ

**ATTALI Jacques : Les chemins de l'essentiel** (Fayard – Documents)

Une liste de romans, d'essais, de films, d'oeuvres musicales, de tableaux, de monuments, de sculptures ou de lieux de toutes les cultures qui constituent, selon l'auteur, les plus grands chefs-d'oeuvre de la création humaine et une aide à la découverte de soi et du bonheur. (001 ATT)



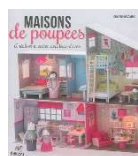
**COLLIGNON Philippe : Créer ses jardins de peintres** (Éditions du Chêne)

Une analyse de la composition de jardins réalisés dans une quarantaine de tableaux par les plus grands peintres tels Manet, Monet, Pissarro, Dürer ou David, mise au service de la création de jardins. (631 COL)



**DE BRUYN Elfi : Happy nails** (Marie Claire)

Une introduction pour découvrir les techniques de base et les outils du nail art, à travers la présentation de 47 dessins d'ongles expliqués et illustrés, à réaliser soi-même. (616 DEB)



**DESCAMPS Ghylenn : Maisons des poupées** (Marie Claire)

Des idées pour fabriquer et décorer soi-même des maisons de poupées : maison traditionnelle, roulotte, loft, boudoir, etc. (689.3 DES)



**DIB Michel : Perte de mémoire ou maladie d'Alzheimer** (J. Lyon – Distinguer pour agir)

Après avoir présenté le fonctionnement de la mémoire et expliqué comment la préserver, l'auteur décrit les différentes causes des troubles de la mémoire, s'attardant plus particulièrement sur la maladie d'Alzheimer, ses symptômes, ses facteurs de risque, son traitement et les moyens de la prévenir. (610 DIB)



**DORET Audrey : Les grands classiques du chocolat** (Marie Claire – Les inventives)

Quarante recettes à base de chocolat noir, blanc, au lait, en éclats ou en pépites : brownie vanille et noix de pécan, bûche aux cacahuètes, clafoutis aux poires, millefeuille, cookies, tiramisu, forêt-noire. (641 DOR)



**GRUNDMANN Emmanuelle : À ± 5m de la surface des océans : les nouveaux enjeux de la planète** (La Martinière – Nature et écologie)

Un recueil de photographies et d'anecdotes sur les animaux et les végétaux vivant près des océans, cinq mètres au-dessus et cinq mètres au-dessous de l'eau. (504 GRU)



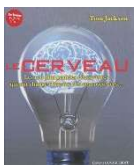
**HOUSTON Kim : Un chat parfait en 21 jours** (Ulmer)

Un ouvrage proposant un programme simple en trois semaines pour inculquer à son chat de nouveaux comportements, quels que soient son âge et son caractère. (636 HOU)



**HUMBEECK Bruno : Dis, c'est quoi le harcèlement scolaire ?** (La Renaissance du Livre – Dis, c'est quoi ?)

Présente le mécanisme du harcèlement scolaire et les moyens d'y répondre, tant du point de vue des enfants que des parents et des acteurs institutionnels. (370 HUM)



**JACKSON Tom : Le cerveau : les 100 plus grandes découvertes qui ont changé l'histoire des neurosciences** (Contre-Dires)

Présentation des découvertes qui ont fait l'histoire des neurosciences de l'époque antique aux dernières avancées scientifiques, en passant par l'autisme, la lobotomie, le sommeil ou les anesthésies. (610 JAC)



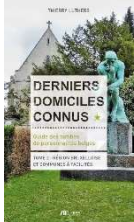
**JORDAN Sarah : Mode d'emploi de mon ado** (Marabout)

Des conseils pour comprendre et gérer ses enfants adolescents, des aléas du quotidien aux grandes questions existentielles qui les bouleversent. (409 JOR)



**LONGO Valter : Le régime de longévité** (Actes Sud – Questions de santé)

L'auteur propose un régime censé prévenir le vieillissement tout en améliorant la santé. (613 LON)



**LUTHERS Thierry : Derniers domiciles connus : guide des tombes de personnalités belges : région bruxelloise et communes à facilités** (Luc Pire)

A travers ce livre de 250 pages, Thierry Luthers est votre guide touristique et vous invite à en apprendre d'avantage sur les personnalités belges, tous secteurs confondus : sport, cinéma, littérature, art, affaires, armée, résistants, etc. Une lecture ludique et didactique, sous forme de jeu de piste pour tenter de retrouver les tombes de ces Belges disparus. (BEL BRU)



**MALLALIEU Nicole : Sacs faciles à coudre** (Marie Claire)

Dix modèles et des explications étape par étape pour coudre soi-même ses sacs, cabas, sacs à dos et sacs week-end. (689.2 MAL)



**MOLLET Céline : Je colore mes cheveux au naturel** (Marie Claire – Beauté & bien-être)

Un guide pour confectionner des colorations naturelles et réparer les cheveux abîmés par les produits artificiels. (616 MOL)



**MOTTE Mathilda : Mochi mochi : douceurs made in Japan** (Éditions de la Martinière)

Présentation de 30 recettes réalisées à partir de mochi, une pâtisserie constituée de farine de riz gluant : daifukus, dangos, nerikiris, sakuras, etc. (641 MOT)



**ROUX-FOUILLET Laurence : J'apprends à gérer le stress pour retrouver mon équilibre** (Le Passer)

Des conseils pour apprendre aux femmes à découvrir et supprimer les sources de stress dans leur vie quotidienne grâce à la sophrologie. Avec des exemples concrets, des exercices pratiques et des conseils d'application. Certains exercices sont disponibles à l'écoute sur Internet. (159 ROU)



**SCHNEIDER Vanessa : Tu t'appelais Maria Schneider** (Grasset)

Evocation de l'actrice qui trouva le succès avec le film Le dernier tango à Paris, succès suivi de fêlures et de douleurs. Sa cousine aborde l'histoire de leur famille, la personnalité de celle qu'elle admire, ses rencontres, les abus de la star et sa descente en enfer. (92 SCH)



**SOCIOLOGUES... : Sociologues : les grandes idées tout simplement (Prisma)**

Présentation sous forme d'infographies des grandes théories sociologiques afin de faciliter la compréhension des concepts clés. Contient également les biographies de grands sociologues : Marx, Durkheim, Weber, Foucault, etc. (300 SOC)



**STROUK Noémie : Desserts aux sucres naturels (Hachette pratique – Fait maison)**

Recettes de crèmes, gâteaux, biscuits, tartelettes, etc. sans sucre raffiné mais aux sucres naturels (sirop d'érable, d'agave, miel, sucre de coco, sève de kitul, etc.) : babas au rhum, madeleines, barres de céréales, crèmes à la patate douce, etc. (641 STR)



**TRICOT... : Tricot spécial débutante (Marie Claire)**

22 modèles à réaliser en dix leçons pour débiter le tricot : étole, bonnet, pull, sac, tunique, mitaines, etc. Les leçons permettent d'apprendre l'assemblage, les pompons et franges, la maille endroit, le point mousse, la maille envers, le point jersey ou encore les côtes. (689.2 TRI)