

NOUVEAUTÉS DOCUMENTAIRES ADULTES – SEPTEMBRE 2019



BÈGUE Jean-François : La Réunion (Glénat – Les clés pour bien voyager)

Un panorama des sites naturels et historiques de l'île (volcans, tunnels de lave, remparts, forêts, rivières, etc.), avec des conseils pour organiser son voyage et pratiquer des activités : randonnées, balades, spéléologie, etc. (REU REU)



BERTHELOT Benoît : Le monde selon Amazon (Le Cherche Midi)

Une enquête sur les coulisses de cette multinationale qui a révolutionné en vingt ans le monde de la librairie en ligne. L'auteur décrypte les techniques brutales de fabrication et de management : secret imposé aux employés, pression psychologique, productivité à l'extrême. Les méthodes de lobbying et d'évasion fiscale sont également mises au jour.

(330 BER)



BOURGNE Florence – CARRÉ Jacques – GARCIAS Jean-Claude : Londres (Citadelles & Mazenod – L'art et les grandes civilisations)

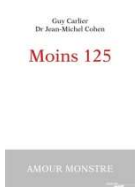
Monographie érudite de la ville de Londres proposant une approche historique et esthétique, du XIe siècle à l'époque contemporaine. Elle renouvelle l'iconographie de la ville en privilégiant des illustrations d'édifices et d'oeuvres moins traditionnellement représentés.

(7.03 BOU)



BRAC DE LA PERRIÈRE Coco : Déconnecte si tu oses (Dunod)

Après avoir recensé les conséquences de l'hyperconnexion et de l'addiction au smartphone sur la santé, les facultés intellectuelles, la vie quotidienne, la sociabilité, l'éducation ou encore la politique, la coach propose des pistes permettant de prendre conscience de la dépendance qu'induisent ces technologies et d'apprendre à s'en déconnecter afin de se reconnecter à soi. (611 BRA)



CARLIER Guy – COHEN Jean-Michel : Moins 125 (Le Cherche Midi – Documents)

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. (92V CAR)



CHEVALIER-PRUVO Mathilde : L'atelier des émotions (Eyrolles)

Fondées sur les principes des pédagogies actives telles que Montessori, Steiner-Waldorf et Reggio Emilia, 35 activités créatives pour aider les enfants à exprimer leurs émotions et à renforcer leur estime de soi. Avec des croquis en pas à pas et des photos.



CHOLLET Mona : Sorcières : la puissance invaincue des femmes (Zones)

La journaliste interroge le lien entre la figure de la sorcière dans l'Europe de la Renaissance et les représentations et préjugés contemporains sur la femme indépendante, âgée ou sans enfant. Elle aborde la relation de cause à effet entre la chasse aux sorcières et le rapport guerrier qui s'est développé à l'égard des femmes et de la nature. Prix de l'essai Psychologies-Fnac 2019. (396 CHO)



CORLESS Ian : Ultra-trails de légende (Glénat)

Ultra trail, skyrunning, epic ultra, kilomètre vertical (KV)... Certaines épreuves extrêmes sont désormais mythiques et représentent le Graal pour les coureurs en montagne. Des photographies de trails célèbres ou emblématiques, du Grand Canyon aux Dolomites en passant par les plaines du Maroc, ponctuées d'entretiens avec des sportifs.



DY Benjamin : Québec (Glénat – Les clés pour bien voyager)

Une présentation de la plus grande province du Québec, de son patrimoine naturel et de ses attraits touristiques. Avec des informations pour préparer son voyage : périodes à privilégier, pièges à éviter, conseils pour observer les animaux, suggestions d'activités sportives, entre autres. (CAN QUE)



FUNG Jason : Les lois du diabète : prévenir et faire régresser le diabète de type 2 naturellement (Eyrolles)

Le médecin explique comment le diabète de type 2 peut être combattu non pas avec des médicaments mais avec une forte réduction du sucre dans son alimentation et avec des jeûnes intermittents.



HENKENS Gaëlle – JOB Roger : Soleil noir : Camargue, le peuple du taureau (Éditions du Chêne)

Un reportage photographique à la rencontre des éleveurs de taureaux en Camargue. (910.4 HEN)



KEEGAN John : Histoire de la guerre (Perrin – Tempus)

Une synthèse historique sur la manière dont les hommes ont combattu à travers les âges qui met au jour trois traditions guerrières différentes. En analysant son évolution et ses mutations, l'auteur étudie la guerre depuis la préhistoire et ses rapports avec la nature humaine. (930 KEE)



RHBALI Hanane : Faire face au diabète de type 1 (Ellipses – Faire face)

Guide décryptant toutes les facettes de cette maladie (symptômes, diagnostic et traitement) afin de mieux l'appréhender et de faciliter le quotidien des patients et de leur entourage. (610 RHB)



WIDMER Aurore : La magie des cristaux (Solar)

Ce guide présente 70 cristaux avec leurs caractéristiques, leur personnalité, les applications privilégiées et la posologie. L'auteure explique comment les associer aux chakras et réaliser des rituels avant de proposer dix matrices thématiques. (615 WID)