



# MÉDIATHÈQUE JOSEPH SCHAEFER

Découvrir les

Décembre 2021

## NOUVEAUTÉS DOCUMENTAIRES



©Données Electre



### **Aider l'enfant à se sortir du harcèlement scolaire : une méthode progressive et participative pour y mettre fin**

*Aïm, Philippe*

**Résumé :** Le psychothérapeute propose une méthode afin d'aider les enfants et les adolescents à faire face aux diverses formes de harcèlement à l'école.

EX.1026483089

371.7 AÏM



### **Anorexie, boulimie : conseils pratiques pour mieux vivre**

*Dubel, Corinne*

*Zrihen, Pascale*

**Résumé :** Des explications et des conseils pour venir à bout des troubles alimentaires compulsifs, centrés sur l'anorexie et la boulimie. Deux personnages sont mis en scène, Emilie, 16 ans et anorexique ainsi que Juliette, 21 ans et boulimique, afin de comprendre les difficultés liées à ces maladies et de trouver des moyens concrets d'y faire face. Avec des adresses utiles et des témoignages.

EX.1026483089

616.85 DUB



EX.1026494089  
333.7 BAR

## Atlas des énergies mondiales : vers un monde plus vert ?

*Barré, Bertrand*

*Mérenne-Schoumaker, Bernadette*

**Résumé :** 150 cartes et schémas qui présentent les enjeux techniques, économiques et géopolitiques de l'énergie. Les spécialistes détaillent les différentes énergies, les caractéristiques de consommation et présentent notamment le modèle énergétique allemand. Cette édition intègre la nécessité de profonds changements contraints par les problèmes environnementaux.



EX.1026490089  
646.4 HOR

## Créez vos sacs indispensables en trois tutos !

*Hornain, Jennifer*

**Résumé :** Des tutoriels pour créer trois modèles de sacs (un sac besace, une pochette sac et un cabas), avec deux variantes, un rabat brodé ou en patchwork et pour le cabas la possibilité d'ajouter une pochette variante avec poche aimantée. Avec des gammes de tissus et de matières variées pour les modèles proposés.



EX.1026492089  
644.3 GAL

## Electricité : réaliser son installation par soi-même

*Gallauziaux, Thierry*

*Fedullo, David*

**Résumé :** Présentation des techniques pour concevoir et réaliser une installation électrique domestique fonctionnelle et adaptée aux normes, sans avoir recours à un professionnel. Avec des informations sur les solutions domotiques connectées. A jour des modifications induites par les amendements et décrets de 2015 et 2016 dans la norme NF C 15-100.



EX.1026498089  
641.5 BET

## Le goût de nos mères : 70 déclarations d'amour à la cuisine maternelle

*Bettan, Eva*

Stock

**Résumé :** L'auteure est partie à la rencontre de personnalités qui évoquent leurs souvenirs d'enfance, heureux ou douloureux, liés à la cuisine maternelle : J. Debbouze, D. Blanc, S. Bouajila, K. Tuil, A. Khan, L. Adler, E. Morin, entre autres. Chacune d'elles partagent également une recette.



EX.1026487089  
302.23 LAU

## J'ai vu naître le monstre : Twitter va-t-il tuer la #démocratie ?

Laurent, Samuel

**Résumé :** L'auteur, créateur des Décodeurs du journal Le Monde, un service de vérification factuelle des informations, partage son expérience personnelle du réseau social Twitter, à la fois outil démocratique, source de mouvements socio-politiques mais aussi lieu propice à la violence numérique.



EX.1026497089  
306.73 NEU

## J'y vais... ou j'y vais pas ? : les questions à se poser avant de se mettre en couple

Neuburger, Robert

**Résumé :** Dans la suite de On arrête ?... On continue ?, des pistes de réflexions à prendre en considération avant d'entamer une relation amoureuse.



EX.1026493089  
641.6 PHI

## Je réussis ma détox sucre : 80 recettes faciles et rapides

Philippon, Bérengère

**Résumé :** La créatrice du compte Instagram @Osucre\_et\_igbas propose 80 recettes à IG (indice glycémique) bas à base d'aliments complets et peu transformés. Elles sont précédées d'explications, de témoignages ou d'astuces pour bien comprendre ce qu'est l'alimentation à IG bas.



EX.1026485089  
618.2 ASC

## Les mémos illustrés de l'accouchement : 170 fiches pratiques

Aschour, Eve

**Résumé :** Guide pratique composé de mémos afin d'aider les futurs parents à se préparer à l'arrivée de leur bébé. En mêlant informations documentaires et expérience personnelle, l'auteure explique ce qu'est la péridurale, la mise en place de l'allaitement ou comment vivre le post-partum en douceur.



EX.1026489089  
649.9 ANT

## Mon enfant en pleine santé : de 0 à 6 ans : des habitudes de vie pour optimiser son développement et favoriser son immunité

Antier, Edwige  
Dewavrin, Marie

**Résumé** : Guide sur la santé des nourrissons et des enfants, fondé sur les recherches récentes en neurosciences et épigénétique. Les habitudes, telles que l'alimentation, le sommeil ou encore la sociabilité, jouent un rôle important sur la longévité et influent grandement sur le capital santé. Les auteurs donnent des conseils pour adopter les bonnes habitudes en fonction des besoins de l'enfant.



EX.1026499089  
347.2 JUL

## Saisir les juridictions européennes et la Cour européenne des droits de l'homme : guide pratique

Julien, Frédéric

**Résumé** : Un guide pratique du recours au contentieux européen. Enrichi de modèles de requêtes et de tableaux récapitulatifs, il passe en revue les différents types de recours et de procédures, ainsi que les modes alternatifs de règlement des litiges.



EX.1026496089  
780.9 MAN

## Sur les routes de la musique

Manoukian, André

**Résumé** : Quarante chroniques dans lesquelles A. Manoukian partage sa vision de l'histoire de la musique, des premiers instruments préhistoriques à la découverte du chant des planètes par la Nasa. Il décrit les influences orientales de la musique classique européenne, ainsi que les personnages extraordinaires qui ont marqué son histoire, qu'ils soient musiciens, penseurs, religieux ou scientifiques.



## Tout pour se défendre ! : mes droits, mode d'emploi

Cousi, Olivier

Saldmann, Sarah

**Résumé :** Des outils et des conseils juridiques, illustrés d'exemples concrets, pour se défendre dans les situations courantes de la vie quotidienne : troubles du voisinage, retrait du permis de conduire, divorce, cambriolage, entre autres.

EX.1026495089

346 COU

## RETROUVEZ NOUS SUR

<https://www.facebook.com/mediathequedepartementale.josephschaefer/>

<http://www.mediatheque-josephschaefer.fr/>



## POUR RESERVER VOS DOCUMENTS

Rendez-vous sur le catalogue en ligne

<https://mediatheque-josephschaefer.c3rb.org/>.

©Données Electre



# toutapprendre

## A vous de jouer !

Disponible en LIGNE GRATUITEMENT  
dans votre Médiathèque Joseph SCHAEFER

Se divertir, découvrir, s'amuser... Accessible partout depuis votre ordinateur, tablette et smartphone, 24h/24 et 7j/7.

<http://biblio.toutapprendre.com>

Votre identifiant : votre numéro de carte

Votre mot de passe : votre nom de famille (*en minuscule*)