

NOUVEAUTÉS DOCUMENTAIRES ADULTES – JUILLET-AOÛT 2026



Comment rester au sec avec une veste mouillée ? : et encore plus d'énigmes scientifiques ébouriffantes

Bucella, Fabrizio

Allary éditions

Dans ce nouvel opus, le professeur explore les phénomènes curieux du quotidien sous l'angle de la physique et des mathématiques. Mêlant rigueur scientifique et humour, il déconstruit les intuitions, révélant les lois fascinantes qui régissent le quotidien.

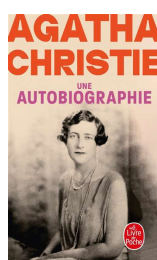


Chez soi : une odyssée de l'espace domestique

Chollet, Mona (1973-....)

La Découverte

Selon l'auteure, la maison est un endroit où l'on peut se protéger, reprendre des forces, résister à l'éparpillement et à la dissolution. Elle montre également comment le monde extérieur pénètre l'espace intime et privé ainsi que la difficulté de profiter pleinement de son intérieur. Prix de l'essai des lecteurs de l'Hebdo 2015.



Une autobiographie

Christie, Agatha (1890-1976)

Le Livre de poche

L'auteure de plus de 60 romans policiers, de plus de 100 nouvelles et d'une vingtaine de pièces de théâtre, a pris une quinzaine d'années pour rédiger ce qu'elle pensait être davantage des souvenirs variés, à ressortir par poignées, qu'une véritable autobiographie avec un classement chronologique des noms, dates et lieux.



Bonjour anxiété : parler des blessures d'enfance : conseils, témoignages, solutions

Coiffard, Marco

Mango

A travers des situations du quotidien, des ressentis intimes et des explications accessibles, un guide pour comprendre comment les blessures de l'enfance laissent une trace dans le système nerveux de l'adulte. L'auteur, créateur du compte Instagram @bonjouranxiete, propose des pistes concrètes vers un chemin de réparation.

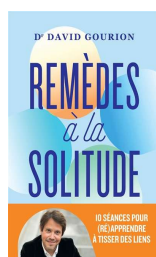


Wallonie-Flandre : par-delà les clichés

Dermine, Thomas

Kennes Editions

Un examen de la perception de la Wallonie et la Flandre d'après les stéréotypes énoncés par les hommes politiques belges. L'auteur souligne la dimension historique de ces clichés et leur impact sur l'imaginaire collectif.



Remèdes à la solitude : 10 séances pour (ré)apprendre à tisser des liens

Gourion, David (1971-....)

Marabout

A travers le récit de dix séances avec sa patiente, Rachel, le psychiatre offre une plongée sensible et scientifique dans les mécanismes de la solitude moderne. Cet échange thérapeutique permet de comprendre pourquoi le cerveau vit le rejet comme une douleur physique, pourquoi certaines blessures d'enfance empêchent de créer des liens ou encore comment réparer le processus relationnel.



Nous les préados

Guiller, Audrey
Milan

Organisées en chapitres thématiques, des informations destinées aux 9-12 ans, illustrées de témoignages et de pages de bande dessinée sur les sujets qui les préoccupent ainsi que des réponses à leurs questions concernant leur personnalité, leurs goûts, la famille, les amis, l'école et le monde.



Histoire d'un mensonge : enquête sur l'expérience de Stanford

Le Texier, Thibault (1980-....)
Zones

Une enquête sur l'expérience dite de Stanford, conduite en 1971 par le professeur P. Zimbardo. 22 étudiants confinés dans une fausse prison devaient jouer le rôle de gardiens ou de détenus. Le test fut arrêté prématurément parce que, selon son organisateur, il perturbait trop les participants. L'auteur en souligne le caractère non scientifique et la supercherie.



De sève et de sang : l'histoire d'un arbre, d'une femme, et d'un combat pour sauver une forêt de séquoias

Hill, Julia (1974-....)
Editions Libre

En 1997, Julia Hill grimpe dans un séquoia millénaire de Californie pour empêcher Pacific Lumber d'effectuer une nouvelle coupe à blanc dans la forêt, un processus destructeur pour l'environnement et dangereux pour les habitants proches. Elle y reste plus de deux ans. Elle raconte cette action de désobéissance civile, les tempêtes, le harcèlement de la compagnie et partage ses convictions.



Les maîtres chanteurs du IIIe Reich : musiques et musiciens sous le nazisme

Mity, Isabelle (1978-....)
Perrin

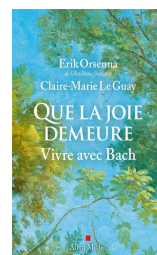
Une analyse de la place centrale de la musique dans la propagande nazie. L'autrice montre comment le régime d'Hitler a instrumentalisé l'art musical pour exalter l'idéologie raciale, glorifier le pouvoir et encadrer la société. Compositeurs, chefs d'orchestre et institutions sont mobilisés, tandis que les musiques jugées dégénérées sont censurées ou interdites.



L'arbre aux oiseaux : abondance et réciprocité dans le monde naturel

Kimmerer, Robin Wall (1953-....)
Actes Sud

La botaniste propose de repenser l'économie du don à partir du monde végétal et de la sagesse autochtone. La relation de l'amélanchier, surnommé l'arbre aux oiseaux, avec le monde naturel est une incarnation de la réciprocité, de l'interdépendance et de la gratitude. Il distribue sa richesse, ses fruits, pour répondre aux besoins de sa communauté et cette distribution assure sa propre survie.



Que la joie demeure : vivre avec Bach

Orsenna, Erik (1947-....)
Albin Michel

Un voyage au cœur de la musique et de la joie qu'elle procure, à travers la vie et l'œuvre de Bach. Les auteurs expliquent comment construire une vie harmonieuse et accordée au monde selon l'exemple du compositeur.



Avec eux, la vie sans école : la liberté d'apprendre autrement

Oudin-Gasquet, Chloé
Mama éditions

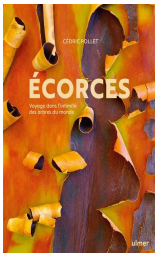
Le témoignage d'une mère et psychologue qui a choisi de déscolariser ses enfants pour une parentalité présente, une enfance respectée et la liberté d'apprendre. Elle partage ses doutes, ses joies et les bouleversements intimes de ce choix de diversité éducative.



Pardonner à nos mères

Richard, Claire (1985-....)
Les renversantes

Une analyse de la peur des femmes de devenir comme leur mère. Combinant témoignages et réflexions personnelles, l'autrice décrit les enjeux des relations mère-fille. Elle aborde des thèmes comme le pardon, la santé mentale et le féminisme à partir d'une enquête menée auprès de 120 femmes, et propose des pistes de réflexion sur ce lien complexe et fondamental.



Ecorces : voyage dans l'intimité des arbres du monde

Pollet, Cédric (1976-....)
Ulmer

Photographies d'écorces d'arbres, sélectionnées parmi les recherches effectuées par le photographe au cours de dix ans de voyages à travers le monde. Pour chacune d'elles, l'arbre est également photographié dans son environnement naturel, avec des indications sur son implantation géographique, sa découverte, ses particularités, ses usages passés et actuels, l'origine de son nom, entre autres.



Propagande officielle et pensée libre

Russell, Bertrand (1872-1970)
Zones

Au début des années 1920, le philosophe expose les techniques naissantes de la propagande moderne et réfléchit aux moyens d'y résister.



La boussole céleste du papillon : et autres récits de l'imagination vertigineuse de l'Univers

Prospero, Benoit
Tana

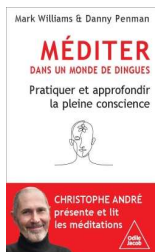
Une invitation à découvrir les merveilles invisibles de la planète. A partir d'entretiens avec des scientifiques, l'auteur propose, en quatre étapes, de mieux comprendre le monde vivant et de célébrer les secrets de la nature : les papillons Bogong qui se guident grâce aux étoiles, les pieuvres qui changent de couleur, les pieds de tomates qui communiquent entre eux, entre autres.



Dépasser la mort : l'agir de la littérature : essai

Watthee-Delmotte, Myriam (1954-....)
Actes Sud

Une réflexion sur ce que la littérature peut opposer à la mort dans l'accomplissement des différentes étapes du deuil, depuis la possibilité de résister à la sidération, au choc, jusqu'à la commémoration sereine avec le recul des années. Prix Espiègle de l'essai en langue française 2023.



Méditer dans un monde de dingue : pratiquer et approfondir la pleine conscience

Williams, Mark

O. Jacob

Guide de pratique et d'approfondissement de la méditation de pleine conscience afin d'apprendre à rétablir ses équilibres intérieurs, à cultiver ses sources de bonheur et à affronter les adversités du quotidien. Les médiations lues sont accessibles par QR codes.



L'autisme de mon enfant : du diagnostic à l'accompagnement : guide à l'usage des parents

Racine

Cinquante questions-réponses issues de situations vécues par des parents d'enfants autistes, élaborées selon une approche pluridisciplinaire mêlant psychiatrie, pédiatrie ou encore kinésithérapie, afin de soutenir l'épanouissement de son enfant tout en préservant l'équilibre familial. Les auteurs livrent des conseils pour préparer les consultations médicales, accompagner la scolarité, etc.



Je jardine au printemps : travaux de saison et bons gestes

Terre vivante

Un guide pour connaître les activités à réaliser au jardin au printemps et apprendre les bons gestes du jardinage : réaliser un faux semis, aménager une serre bioclimatique, accueillir les hérissons, faire grimper les concombres, entre autres.