



du produit à l'assiette

NOTRE ALIMENTATION

Une sélection du réseau
Bibliobus

"Que mangeaient les hommes il y a dix mille ans ? Comment et où sont apparus le feu, l'agriculture, l'élevage ? Que mangeaient les rois ? Comment mangeaient leurs peuples ?

Comment s'expliquent les interdits alimentaires de chaque religion ? Qui mange des insectes ? Pourra-t-on nourrir sainement dix milliards d'humains ? Cette vaste fresque révèle comment nous sommes passés d'une nourriture variée, naturelle et abondante à des produits alimentaires industriels, poisons pour l'homme et la nature. Elle nous dévoile la puissance immense de l'industrie agroalimentaire. Elle nous raconte aussi les liens méconnus entre la nourriture et la conversation, entre l'alimentation et le pouvoir, entre ce que nous mangeons et la géopolitique. Comprendre cette histoire est fondamental, si l'on veut prendre en main sa propre alimentation, manger sain et bon ; et sauver la nature, dont dépend la survie de l'humanité".

Histoires de l'alimentation, Jacques Attali



Revue

National Geographic, 244 : les secrets de l'intestin, notre deuxième cerveau ; 2020

Documentaire

338.922 Agronomisation

L'alimentation en otage / José Bové et Gilles Luneau ; cartogr. Hugues Piolet ; 154 p. : ill. ; 21 cm ; Paris : Autrement, 2015

339.4 Utilisation des richesses. Consommation

Le guide du locavore : pour mieux consommer local / Anne-Sophie Novel ; ; Paris : Eyrolles, 2010

595.7 Insectes. Hexapodes

Les insectes nourrissent-ils la planète? : essai / Jean-Baptiste de Panafieu ; 149 p. ; 18 cm ; Arles : Actes Sud, 2020

612.3 Alimentation. Digestion. Nutrition

Manger tous et bien / Bruno Parmentier ; 331 p. ; 22 cm ; Paris : Seuil, 2011

613 Santé et hygiène privées

Prévenir cancers, Alzheimer, infarctus et vivre en forme plus longtemps / Philippe Presles, Catherine Solano ; 506 p. ; 18 cm ; Paris : R. Laffont, 2008

La grande détox : comment éviter les poisons du quotidien? / Patrice Halimi ; avec la collab. de Marine Lamoureux ; 212 p. ; 21 cm ; Paris : Calmann-Lévy, 2015

613.2 Hygiène de la nutrition

L'équilibre acido-basique : identifier les troubles..., corriger son alimentation, purifier son organisme / Eva-Maria Kraske ; 96 p. : ill. ; 22 cm ; Paris : Vigot, 2001

Mincir sur mesure : grâce à la chrono-nutrition / Alain Delabos ; avec la collab. de Jean-Robert Rapin ; 372 p. ; 24 cm ; Paris : A. Michel, 2009

Les carottes rendent aimable? : 313 idées reçues sur la nutrition passées au crible! / Anne-Marie Adine, Jean-Paul Blanc ; avec les ill. de Piem ; 286 p. : ill. ; 23 cm ; Paris : First, 2009



Ecoute et mange : stop au contrôle! / Lise Bourbeau ; 266 p. ; 19 cm ; Saint-Jérôme : E.T.C, 2009

Les secrets de l'alimentation anti-inflammatoire / Catherine Serfaty-Lacrosnière, avec la collab. de Marie-Christine Deprund ; 283 p. ; 24 cm ; Paris : A. Michel, 2010

Vous reprendrez bien un peu de pesticides? : [ces fruits et légumes qui nous empoisonnent] / Gérard Pouradier ; préf. de Dominique Belpomme ; 227 p. ; 23 cm ; [Paris] : L'Archipel, 2010

Alimentation sans gluten ni laitages : sauvez votre santé! / Marion Kaplan ; préf. de Bruno Donatini ; 223 p. ; 22 cm ; Genève : Jouvence, 2010

L'alimentation vivante : une médecine à part entière, préventive et curative / Pascal Trotta ; 95 p. : ill. ; 21 cm ; Paris : F.-X. de Guibert, 2009

Pourquoi j'ai faim? : de la peur de manquer aux folies des régimes / Marie Thirion ; 326 p. ; 23 cm ; Paris : A. Michel, 2013

Mangez malin : pour maigrir durablement / Isabelle Lauras ;
205 p. : il. ; 18 cm ; Paris : France loisirs, 2014

J'alimente ma santé / Marcel Monnier ; 246 p. ; 22 cm ;
Genève : Ambre, 2006

Changez d'alimentation / Henri Joyeux ; en collab. avec Jean
Joyeux et Luc Joyeux ; 463 p. ; 24 cm ; Monaco : Ed. du
Rocher, 2014

Petite histoire de l'alimentation en Suisse / Yvan Schneider ;
[ill. Marie-Anne Didierjean] ; 71 p. : ill. ; 30 cm ; Le Mont-sur-
Lausanne : LEP Loisirs et Pédagogie, 2014

Comment j'ai décroché du sucre : [plus de 45 recettes low-
sugar ou no-sugar] / Charlotte Debeugny ; ill. Delphine Soucail
; 127 p. : ill. ; 24 cm ; Paris : Marabout, 2015

Vous êtes fous d'avaler ça! : un industriel de l'agroalimentaire
dénonce / Christophe Brusset ; 265 p. ; 22 cm ; [Paris] :
Flammarion, 2015

Pourquoi l'asperge donne-t-elle une odeur au pipi? : 58
questions insolites pour enfin comprendre les secrets de nos



aliments / Andy Brunning ; [trad. française Nathalie Bédrin et Vincent Faye] ; 151 p. : ill. ; 17 x 20 cm ; Lausanne : Presses polytechniques et universitaires romandes, 2016

Dîner avec Darwin : des cavernes aux cuisines, l'évolution de nos assiettes / Jonathan Silvertown ; trad. Viviane Fenter et Lionel Pousaz ; 316 p. ; 21 cm ; Lausanne : Presses polytechniques et universitaires romandes, 2018

Protégez votre cerveau : ou Comment booster votre cerveau, perdre du poids, recouvrer et rester en bonne santé / David Perlmutter, avec Kristin Loberg ; 282 p. : ill. ; 22 cm ; Vanves : Marabout, 2018

Sucre, gras et sel : [ce que contiennent vraiment nos aliments!] / Laurence Plumey ; 271 p. : ill. ; 24 cm ; Paris : Eyrolles, 2017

Pourquoi nous mangeons ce que nous mangeons : notre relation aux aliements expliquée par la science / Rachel Herz ; trad. Elettra Flamigni ; 380 p. ; 21 cm ; Lausanne : Presses polytechniques et universitaires romandes, 2018

Comment perdre du poids : tout le monde peut maigrir : 30 années d'expérience, loin des régimes à la mode / Michel Salvi

; avec la participation de sa fille Julia ; 244 p. : ill. ; 22 cm ;
Genève : Ambre, 2016

Les pensées qui font maigrir / Eudes Séméria ; 263 p. ; 23 cm ;
Paris : A. Michel, 2019

De la terre à l'assiette : 50 questions essentielles sur
l'agriculture et l'alimentation / Marc Dufumier ; 233 p. ; 22 cm
; Paris : Allary, 2020

Le singe cuisinier : comment la cuisine nous a civilisés /
Alexandre Stern ; 239 p. ; 22 cm ; Paris : O. Jacob, 2020

Le charme secret de notre graisse : et son rôle en faveur de
notre santé : essai / Dr Mariëtte Boon et Pr Liesbeth van
Rossum ; trad. du néerlandais par Isabelle Rosselin ; 299 p. ;
22 cm ; Arles : Actes Sud, 2020

Maigrir de plaisir en charmant ses bactéries : [rééquilibrez
votre microbiote en 4 semaines et retrouvez la ligne] /
Martine Cotinat ; 271 p. : ill. ; 23 cm ; Vergèze : T. Souccar,
2020



La nouvelle révolution alimentaire : ce dont l'homme a réellement besoin / Cyril Laporte, Pierre Joyeau ; 256 p. : ill. ; 21 cm ; Paris : Mango, 2020

Histoires de l'alimentation : de quoi manger est-il le nom? / Jacques Attali ; 360 p. ; 18 cm ; [Paris] : Pluriel, 2021

Le régime one health (= une seule santé) : [mode d'emploi pour une alimentation 100% durable, spéciale immunité...] / Anne Dufour, Carole Garnier ; 411 p. : ill. ; 21 cm ; Paris : LEDUC, 2021

613.24 Jeûne. Diète. Techniques d'amaigrissement

Le jeûne intermittent : [10 menus pour une détox saine et efficace] / Julie Chenu ; 94 p. : ill. ; 23 cm ; Vanves : Hachette, 2021

Comment jeûner : [perte de poids, santé, vitalité...] / Èvelyne Bourdua-Roy, Sophie Rolland ; 335 p. : ill. ; 26 cm ; Vergèze : T. Souccar, 2021

613.28 Aliments d'origine animale

Bidoche : l'industrie de la viande menace le monde : [essai] / Fabrice Nicolino ; 380 p. ; 18 cm ; Arles : Actes Sud, 2010

Faut-il manger les animaux? / Jonathan Safran Foer ; trad. de l'anglais (Etats-Unis) par Gilles Berton et Raymond Clarinard ; 362 p. ; 22 cm ; [Paris] : Ed. de l'Olivier, 2010

616 Pathologie. Médecine clinique

Comment j'ai vaincu la douleur et l'inflammation chronique par l'alimentation / Jacqueline Lagacé ; 283 p. ; 23 cm ; [Vergèze] : T. Souccar, 2013

635 Plante des jardins. Jardinage

En route pour l'autonomie alimentaire : guide pratique à l'usage des familles, villes et territoires / François Rouillay [et] Sabine Becker ; préf. de Fabien Tournan ; 207 p. : ill. ; 25 cm ; Mens : Terre vivante, 2020

641 Aliments. Cuisine. Plats

Je cultive, je cuisine, je conserve / Guylaine Gouffier ; 255 p. : ill. ; 22 cm ; Rennes : Ouest-France, 2012

Ces [cent] aliments qui nous font du bien / Jean-Michel Cohen ; 239 p. : ill. ; 20 cm ; Paris : First, 2015



La fin de l'alimentation : comment le changement climatique va bouleverser ce que nous mangeons / Wilfried Bommert et Marianne Landzettel ; trad. de l'allemand par Odile Demange ; 345 p. ; 22 cm ; Paris : La Librairie Vuibert, 2019

641.5 Préparation des aliments et des repas. Cuisine

Mes recettes sans gluten : [120 recettes et tous les conseils pour concilier plaisir et santé] / Véronique Liégeois ; avec la participation de Jacques Cosnes, Dominique Turck... [et al.] ; 190 p. ; 19 cm ; Paris : First, 2011

Bien manger au travail : ma lunch box gourmande / [textes Manuella Magnin, Barbara Pfenniger] ; [photos recettes et couv. Corinne Sporrer et Régine Buxtrof] ; 96 p. : ill. ; 24 cm ; Lausanne : Fédération romande des consommateurs ; Planète Santé - Médecine et Hygiène : Genève, 2017

Le régime hypotoxique : sans gluten et sans produits laitiers / Marie-France Thivierge ; 175 p. : ill. ; 24 cm ; Ottawa : Broquet, 2018

Je réussis ma détox sucre : [80 recettes faciles et rapides] / Bérengère Philippon ; photogr. Sophie Dumont ; 143 p. : ill. ; 26 cm ; Paris : Larousse, 2021

