

n° 4198530059 **A table ! La santé au menu : Exposition.**- 2013. ; Paris.- 10 panneaux couleur [80x120cm]. valeur d'assurance 1 000€. - L'activité physique est le complément indissociable d'une bonne alimentation. Elle permet à l'organisme de bien répartir l'utilisation des aliments entre dépense énergétique et entretien des tissus. L'activité physique protège de nombreuses maladies (hypertension, cancer, obésité...). Associé à une alimentation équilibrée, elle allonge la durée et la qualité de vie.

4033760059 / **A table !** / texte Stéphanie Ledu ; illustrations de Thérèse Bonté.- Toulouse : Milan jeunesse, 2010.- 29 p. : illustrations en couleur ; 20 x 20 cm.- (Mes p'tits docs, ISSN 1776-6729). Les textes courts et instructifs sont écrits sur du papier indéchirable. Ils permettent de pouvoir répondre aux questions des enfants autour du thème de la table. Parmi les thématiques abordées, le rituel alimentaire dans le monde, la raison pour laquelle il est nécessaire de manger, ce qu'il y a dans les aliments, ce qu'on mange dans le monde, etc. ISBN 978-2-7459-4283-8 (Cart.)

4213880059 / **Bar à jus de fruits & légumes** : 60 recettes de jus & de smoothies / Vibeke Blomvagnes photographies de Christin Eide ; traduction Marie-Anne Tattevin.- Paris : Marabout, 2014.- 1 vol. (160 p.) : illustrations en couleur ; 27 x 21 cm.- (Les comptoirs Marabout). Index. - 60 recettes à base de fruits, de légumes ou de baies, à réaliser à l'aide d'un blender ou d'une centrifugeuse : jus détox, fortifiants pour le petit déjeuner, smoothies, etc. Electre 2015.

3985070059 / **Bon appétit** : l'alimentation dans tous les sens / Muriel Bastien ; illustrations de Rocco.- Montrouge (Hauts-de-Seine) : Bayard Jeunesse, 2010 ; Paris : Cité des sciences et de l'industrie, 2010.- 121 p. : illustrations en couleur ; 20 x 19 cm.- (Les dossiers Okapi). A l'occasion d'une exposition à la Cité des sciences et de l'industrie sur l'alimentation pour les 9-14 ans, ce documentaire propose une approche moderne, déculpabilisante et ludique de la question de la nutrition. - Bons lecteurs (à partir de 9 ans). ISBN 978-2-7470-3061-8 (Br.)

3538920059 / **D'où vient le poisson pané ?** : poissons, coquillages & crustacés / Anne-Sophie Baumann ; illustrations de Charles Dutertre.- Paris : Tourbillon, 2008.- 44 p. : illustrations en couleur ; 25 x 22 cm.- (Exploradoc). Le lecteur remonte la filière de la pêche aux poissons et aux crustacés pour comprendre d'où viennent les produits disposés sur l'étal du poissonnier, savoir comment et pourquoi sont récoltées les algues mais aussi connaître l'origine du sel. ISBN 978-2-84801-374-9 (Cart.)

3109450059 / **Le sucre à petits pas** / Claude Combet, Thierry Lefèvre ; ill. Eric Héliot.- Arles (Bouches-du-Rhône) : Actes Sud junior, 2003.- 69 p. : ill. en coul. ; 25 x 17 cm.- (A petits pas). Tout l'univers du sucre : son histoire, la canne à sucre et la betterave, le sucre dans tous ses éclats, les mots du sucre, des conseils diététiques, des recettes faciles à réaliser et de nombreuses anecdotes savoureuses. ISBN 2-7427-4542-4 (Br.)

3507530059 / **Les Vérités qui dé-mangent** : les coups de gueule d'une nutritionniste engagée / Béatrice de Reynal ; préface de Jean-Pierre Coffe. Editeur(s) Paris : Vuibert, 2008. Contient Les Coups de gueule d'une nutritionniste engagée. Résumé Abondance et qualité alimentaire n'ont jamais été aussi bonnes. Monde moderne oblige, jamais non plus le consommateur ne s'est autant soucié de ses menus et de sa santé nutritionnelle. Les marketeurs traditionnels l'ont bien compris et

rivalisent d'invention pour faire croire au produit miracle au consommateur. Des conseils pour devenir un consommateur averti en décodant les étiquettes.

3156880059 / **Les Aliments** / texte Charline Zeitoun ; illustrations de Peter Allen. Editeur(s) Paris : Mango-Jeunesse, 2007. Collection(s) (Kézako ?). Résumé Livre pour comprendre les bases de l'alimentation : savoir pourquoi il vaut mieux manger des pâtes que des gâteaux, à quoi servent les vitamines et le calcium, ce que sont les calories, où se cachent les graisses.

4209900059 / **Le guide des aliments** : contre les idées reçues / Sylvain Duval ; préface de Paul Scheffer. Editeur(s) Paris : le Cherche Midi, 2015. Collection(s) (Documents, ISSN 1158-8942) (Santé, ISSN 1774-3109). Résumé Un guide diététique sous forme d'abécédaire, fondé sur des connaissances scientifiques, pour rétablir de nombreuses idées reçues véhiculées par les stratégies marketing des industries agroalimentaires. L'auteur propose de retrouver des aliments vrais, inspirés de la tradition méditerranéenne et des terroirs, afin de concilier une alimentation durable avec une panoplie de saveurs

3879200059 / **Comment bien manger ?** : non à la malbouffe ! / Kate Knighton ; traduit de l'anglais par Claire Lefebvre ; illustrations de Adam Lakrum. Editeur(s) Londres : Usborne, 2009. Résumé Ce guide décrit les conséquences d'une alimentation exclusivement industrielle, qui contient de nombreux produits transformés. Avec des idées de recettes saines, des conseils sportifs, le détail de ce qu'il faut manger et à quel moment, des explications pour la lecture des étiquettes et les modes de culture, les rations journalières, les problèmes de surpoids et les troubles alimentaires. - Bons lecteurs (à partir de 9 ans).

3837250059 / **Le grand livre des aliments santé** / Patricia Bargis ; avec la collaboration du docteur Laurence Lévy-Dutel ; préface de Jean-Michel Cohen. Editeur(s) Paris : Eyrolles, 2012. Collection(s) (Le grand livre). Résumé Plus de 500 aliments passés au crible, plus de 1.000 tableaux nutritifs et 50 recettes de chefs étoilés.