



Culture Santé



Lire notre monde

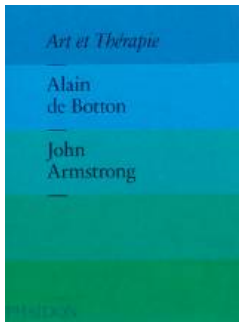


Strasbourg
CAPITALE MONDIALE DU LIVRE
UNESCO 2024

Ces livres sont empruntables
dans nos médiathèques :

www.mediatheques.strasbourg.eu

Médiathèques

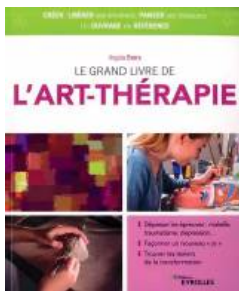


ART ET THÉRAPIE

Alain de Botton et John Armstrong

Phaidon

150 œuvres d'art, d'architecture et de design, réparties dans des chapitres sur l'amour, la nature, l'argent et la politique, illustrent la manière dont l'art peut aider à surmonter les difficultés de la vie.



LE GRAND LIVRE DE L'ART-THÉRAPIE

Angela Evers

Eyrolles

Un ouvrage de synthèse sur l'art-thérapie : définition, histoire, concepts, indications et contre-indications, atouts, pratique, etc. Il s'appuie sur de nombreux témoignages, est illustré de reproductions de travaux réalisés par les patients et un guide pédagogique pour animer un atelier achève l'ouvrage. Cette nouvelle édition est enrichie d'un chapitre sur l'art-thérapie et le cancer.



L'ART QUI GUÉRIT

Pierre Lemarquis

Fernand Hazan

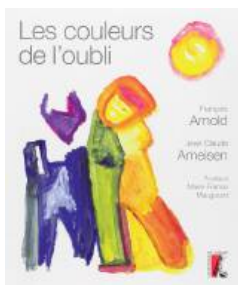
À travers une exposition imaginaire présentant des œuvres de la préhistoire jusqu'au XXe siècle, l'auteur montre le pouvoir bénéfique de l'art sur la santé, tant physique que mentale. Il évoque Michel-Ange, Jérôme Bosch, Niki de Saint Phalle, Henri Matisse, le facteur Cheval ou encore Charlotte Salomon.



LES 20 GRANDES QUESTIONS POUR COMPRENDRE LES ART-THÉRAPIES : MÉDECINES COMPLÉMENTAIRES ET ALTERNATIVES

Véronique Suissa, Serge Guérin et Dr Philippe Denormandie Michalon

Sous forme de questions-réponses, une présentation des bénéfices pour la santé de l'art-thérapie et de ses diverses déclinaisons selon les activités artistiques envisagées.



LES COULEURS DE L'OUBLI

François Arnold et Jean-Claude Ameisen

Atelier

Ce texte sur la création, l'oubli et l'humanité est le résultat de la rencontre de J.-C. Ameisen, chercheur en médecine, avec le plasticien François Arnold, animateur d'un atelier de peinture au sein d'un hôpital avec des personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer. Il accompagne quarante peintures aux couleurs éclatantes de ces malades.

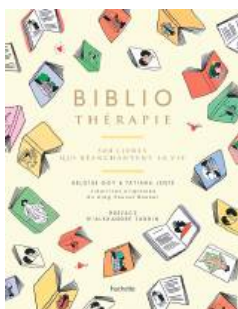


100 IDÉES POUR PRATIQUER LA BIBLIOTHÉRAPIE : DÉCOUVRIR LES BIENFAITS DES LIVRES, ACCOMPAGNER ENFANTS ET ADULTES VERS UN MIEUX-ÊTRE GRÂCE À LA LECTURE

Marine Nina Denis

Éditions Tom Pousse

Des idées et des outils pratiques pour utiliser la lecture afin de diminuer le stress, améliorer l'humeur ou développer l'empathie, faire du livre un outil de médiation bibliothérapeutique, réconcilier avec la lecture les publics qui s'en sont éloignés ou en difficulté ou encore animer des ateliers de bibliothérapie créative.



BIBLIOTHÉRAPIE : 500 LIVRES QUI RÉENCHARENT LA VIE

Héloïse Goy et Tatiana Lenté

Hachette

Une sélection de 500 romans, pièces de théâtre, bandes dessinées ou essais pour soigner ses chagrins, ses blessures ou ses deuils, commentés et répartis en quinze thématiques. Avec les choix personnels de vingt personnalités.



LIRE POUR RELIER : LA BIBLIOTHÉRAPIE À PLEINE VOIX : ESSAI

Régine Detambel

Actes Sud

L'écrivaine recense quelques-unes de ses sources théoriques et les grandes lignes de sa pratique de bibliothérapie créative. Elle explicite les effets produits par la lecture, raconte l'expérience du groupe Lire & relier créé en plein confinement pour accompagner les personnes anxieuses ou isolées et développe les points forts de sa méthode qui privilégie la lecture à voix haute.



LES BIENFAITS DE L'ÉCRITURE, LES BIENFAITS DES MOTS : UN ATELIER D'ÉCRITURE

Nayla Chidiac

Odile Jacob

26 exercices pour s'initier à l'écriture thérapeutique ou intime et en découvrir les bienfaits, notamment pour comprendre des événements personnels, structurer sa pensée et mettre à distance ses émotions positives ou négatives. L'auteure propose d'expérimenter diverses formes d'écriture (lettre, journal, fable, conte ou encore haïku) en s'appuyant sur des extraits de textes d'auteurs inspirants.

Jacques de Coulon

Exercices pratiques de poésie-thérapie

pour retrouver son calme,
récupérer de l'énergie,
libérer sa créativité



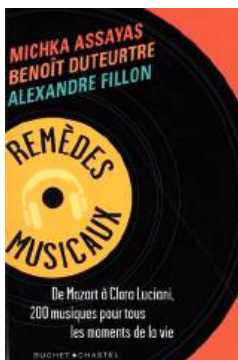
PETITE BIBLIOTHÈQUE PAYOT

EXERCICES PRATIQUES DE POÉSIE-THÉRAPIE : POUR RETROUVER LE CALME, RÉCUPÉRER DE L'ÉNERGIE, LIBÉRER SA CRÉATIVITÉ

Jacques de Coulon

Petite Bibliothèque Payot

Ces exercices pratiques permettent de découvrir le pouvoir de transfiguration du quotidien de la poésie, d'apprendre à cultiver la poésie comme un art de vivre, de sortir du conformisme et de la monotonie, de lutter contre le stress.



REMÈDES MUSICAUX : DE MOZART À CLARA LUCIANI, 200 MUSIQUES POUR TOUS LES MOMENTS DE LA VIE

Michka Assayas, Benoît Duteurtre et Alexandre Fillon

Buchet Chastel

En 200 entrées correspondant à des états d'âme ou à des maladies, des recommandations de musique à écouter pour vaincre ses maux et ses tourments : rock, classique, chanson française. Avec des encarts sur de grands compositeurs et interprètes persuadés des effets bénéfiques de la musique sur la santé.



LA MUSICOTHÉRAPIE : DÉCOUVRIR LES VERTUS THÉRAPEUTIQUES DE LA MUSIQUE

Édith Lecourt

Éditions Eyrolles

Les principes théoriques, les différentes écoles et les pratiques de la discipline sont présentés et accompagnés de tests et d'exercices. L'ouvrage constitue une introduction à cette forme de psychothérapie.