



ALBIN MICHEL

PROGRAMME

NON-FICTION

SEPTEMBRE 2019

ESSAIS / DOCUMENTS

- Airy ROUTIER
et Nadia LE BRUN
- SAINTE ANNE !
- Relations presse : Agnès Olivo
Événementiel et relations libraires : Carine Haffa p. 4
- Denis OLIVENNES
- LE DÉLICIEUX MALHEUR FRANÇAIS
- Relations presse : Agnès Olivo
Événementiel et relations libraires : Carine Haffa p. 5
- Cyprien CINI
- NOS ORDINATEURS SONT TRÈS CONS !
- Relations presse : Agnès Olivo
Événementiel et relations libraires : Carine Haffa p. 6
- Dominique SIGAUD
- LA MALÉDICTION D'ÊTRE FILLE
- Relations presse : Aurélie Delfly
Événementiel et relations libraires : Carine Haffa p. 7
- Isabelle SAINT-MARTIN
- PEUT-ON PARLER DE RELIGIONS À L'ÉCOLE ?
- Relations presse : Agnès Dumortier
Événementiel et relations libraires : Carine Haffa p. 8
- Pier Vincenzo PIAZZA
- HOMO BIOLOGICUS
Comment la biologie explique la nature humaine
- Relations presse : Aurélie Delfly
Événementiel et relations libraires : Carine Haffa p. 9
- Wolfram EILENBERGER
- LE TEMPS DES MAGICIENS
- Relations presse : Agnès Dumortier
Événementiel et relations libraires : Carine Haffa p. 10
- Christelle CEBO
Avec la participation d'Emilie
POYARD
- PAULINE, UN DRAME FAMILIAL
Codéine, tous concernés
- Relations presse : Gaëlle Job
Événementiel et relations libraires : Carine Haffa p. 11
- Cristina CATTANEO
- NAUFRAGÉS SANS VISAGE
Donner un nom aux victimes de la Méditerranée
- Relations presse : Frédérique Pons
Événementiel et relations libraires : Carine Haffa p. 12
- Marcello SIMONETTA
- LES RENARDS ET LES LIONS
Les Médicis, Machiavel et la ruine de l'Italie
- Relations presse : Aurélie Delfly
Événementiel et relations libraires : Carine Haffa p. 13
- Patrick CABANEL
- LA MAISON SUR LA MONTAGNE
Le Coteau fleuri 1942-1945
- Relations presse : Aurélie Delfly
Événementiel et relations libraires : Carine Haffa p. 14

SCIENCES HUMAINES

- Jean-Pierre DEVROEY
Préface de Patrick BOUCHERON
- LA NATURE ET LE ROI
Environnement, pouvoir et société à l'âge de Charlemagne
(740-820)
- Relations presse : Agnès Dumortier
Événementiel et relations libraires : Carine Haffa p. 15

PSYCHOLOGIE

Serge TISSERON

MORT DE HONTE

La BD m'a sauvé

Relations presse : Agnès Olivo

Événementiel et relations libraires : Carine Haffa

p. 16

SPIRITUALITÉ

Pierre FEUGA

L'ART DE LA CONCENTRATION (*poche*)

Relations presse : Frédérique Pons

Événementiel et relations libraires : Carine Haffa

p. 17

BEAUX LIVRES

Nicolas OFFENSTADT

URBEX RDA

L'Allemagne de l'Est racontée par ses lieux abandonnés

Relations presse : Agnès Olivo

Événementiel et relations libraires : Carine Haffa

p. 18

PRATIQUE

Dr Olivia ANSELLEM,
Dr Gilles GRANGÉ,
Aude DERRIER-SANLAVILLE
et Julie MARTORY

IL ÉTAIT 9 MOIS

Le guide essentiel de votre grossesse

Avec des experts de la maternité Port-Royal

Relations presse : Agnès Séverin

Événementiel et relations libraires : Carine Haffa

p. 19

Nathalie de BOISGROLLIER

ÉLEVER SON ADO SANS BAISSER LES BRAS

Guide pratique de l'éducation positive

Relations presse : Chantal Mamou-Mani

Événementiel et relations libraires : Carine Haffa

p. 20

Dr Jean-Michel LECERF et
Sylvie ROY

NUTRITION DES ENFANTS

Arrêtons de faire n'importe quoi !

Relations presse : Aurélie Delfly

Événementiel et relations libraires : Carine Haffa

p. 21

Dr Réginald ALLOUCHE

LA MÉTHODE HÉPATO-DÉTOX

Mincir durablement et sans danger grâce au foie

Relations presse : Chantal Mamou-Mani

Événementiel et relations libraires : Carine Haffa

p. 22

Coordonnées des attachées de presse

National, Régions, Belgique et Suisse :

Agnès Dumortier (01 42 79 10 05) assistée par Raphaëlle Gourvat (01 42 79 18 95)

Aurélie Delfly (01 42 79 18 98) assistée par Mona Logerot (01 42 79 10 02)

Agnès Olivo (01 42 79 10 03) assistée par Philippine Bacquart (01 42 79 10 53)

Frédérique Pons (01 42 79 10 93) assistée par Mona Logerot (01 42 79 10 02)

Gaëlle Job (07 61 18 70 41)

Agnès Séverin (06 10 37 45 04)

Chantal Mamou-Mani (06 60 63 58 79)

Coordonnées du service événementiel et relations libraires

Rémy Verne (01 42 79 18 93) assisté par Juliette Zaoui (01 42 79 10 82)

Carine Haffa (01 42 79 18 90)



SAINTE ANNE !

**Airy ROUTIER
Nadia LE BRUN**

En librairie en septembre 2019

LE LIVRE

Notre Drame de Paris, la suite.

LES AUTEURS

Airy Routier est journaliste, spécialiste de l'investigation, éditorialiste à *Challenges*. Il est l'auteur de plusieurs best-sellers dont *Le flambeur : la vraie vie de Bernard Tapie*, *Vie et mort du banquier Stern*.

Nadia Le Brun est journaliste et a écrit *La dame de pique*, biographie de Valérie Trierweiler.

Leur best-seller, *Notre-Drame de Paris*, est paru en 2017 aux éditions Albin Michel.

Agnès Olivo ☎ 01 42 79 10 03 / 10 53
agnes.olivo@albin-michel.fr



LE DÉLICIEUX MALHEUR FRANÇAIS

Denis OLIVENNES

En librairie en septembre 2019

LE LIVRE

La France est devenue une association de détestation mutuelle : alternances électorales permanentes, polémiques à répétition, incivilités, violences, émeutes... Pourquoi ? Parce que ce pays « *est un paradis peuplé de gens qui se croient en enfer* », nous dit Sylvain Tesson. C'est peut-être tout simplement la fin du modèle français. Les bien-pensants vont crier au blasphème. Mais pourtant comment expliquer que nous ayons les dépenses sociales du Danemark et le bonheur du Mexique ?

Ce modèle permettait l'ascension des classes moyennes. C'est fini. Le système enrichit les « rentiers » et soutient les « assistés » mais il maltraite les Français moyens. Il y a désormais trois France qui ne se parlent plus.

L'égalité était au centre de tout. C'est fini. Avec ses 300 niches fiscales, ses 40 régimes de retraite et ses 500 mécanismes d'assurance maladie, le système attise les jalousies et favorise une féroce bataille des lobbies.

Le modèle français c'était le sentiment puissant d'une identité culturelle commune. C'est fini aussi. Place à la dictature des minorités rivales et des individus souverains.

La bombe à fragmentation est enclenchée. On n'en sortira pas en bricolant. Il faut tout repenser.

L'AUTEUR

Denis Olivennes, chef d'entreprise et essayiste, est notamment l'auteur de *L'impuissance publique* (1988), *La préférence française pour le chômage* (1994) et *Mortelle transparence* (2017) avec Mathias Chichportich.

Agnès Olivo ☎ 01 42 79 10 03 / 10 53
agnes.olivo@albin-michel.fr



NOS ORDINATEURS SONT TRÈS CONS !

Cyprien CINI

En librairie en septembre 2019

LE LIVRE

C'est l'objet divin.

Restaurants, rendez-vous médicaux, drague, shopping, impôts, itinéraires, l'ordinateur s'est glissé partout et surtout désormais dans notre vie quotidienne.

Et pourtant qu'est-ce qu'il est con ! Oui, ces ordinateurs, smartphones, tablettes et autres logiciels vendus comme « intelligents » pour nous simplifier la vie peuvent en réalité avoir une fâcheuse tendance à nous la compliquer. Un grain de sable dans le système et vous atterrissez au pays de Kafka 2.0. Entre Pôle Emploi qui envoie des convocations par mail à des gens qui n'ont pas accès à internet, Waze qui pour nous faire éviter les bouchons en crée de nouveaux, la voiture autonome qui confond un piéton avec un sac plastique et les générations d'hypocondriaques biberonnés aux sites de santé, vous êtes cernés !

C'est sur cette planète que nous embarque Cyprien Cini, chroniqueur dans la Matinale de RTL et geek revenu du virtuel.

Ce livre jubilatoire est un guide indispensable pour apprendre la survie en milieu hostile. Après l'avoir lu, vous ne regarderez plus jamais votre smartphone comme avant.

L'AUTEUR

Cyprien Cini est journaliste chroniqueur dans la matinale de RTL et y anime chaque matin pas moins de trois chroniques.

Agnès Olivo ☎ 01 42 79 10 03 / 10 53
agnes.olivo@albin-michel.fr



LA MALÉDICTION D'ÊTRE FILLE

Dominique SIGAUD

En librairie le 5 septembre 2019

**Être une fille : les trois mots les plus meurtriers du monde.
Plus qu'un document choc, un véritable cri.**

LE LIVRE

« Nommer, même crûment, est parfois la seule façon correcte de contrevenir aux désastres. Les violences faites aux filles sont des désastres individuels et collectifs. Pour que nous y mettions fin, encore devons-nous les désigner. C'est à quoi humblement, je m'attelle, avec d'autres, pour qu'on ne puisse pas dire à leur sujet "je ne savais pas". » Dominique Sigaud

Une fille sur 5, dans le monde, subit des violences sexuelles avant 18 ans.

En France, 40% des viols et tentatives de viol déclarés concerneraient des mineures de moins de 15 ans.

Au Royaume-Uni, 21% des filles de moins de 16 ans ont été victimes d'abus sexuel.

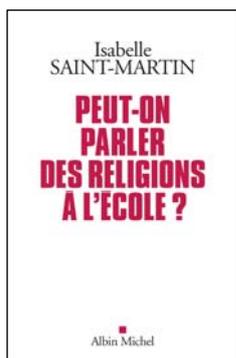
Pourquoi ? Sinon en raison de cet ordre reposant sur la domination masculine, qui écarte le légitime désir des filles de ne pas être violées, mutilées, et ne leur reconnaît pas le droit à leur propre désir ?

Loin de recenser des faits dans toute leur brutalité, Dominique Sigaud en révèle et en dénonce les origines profondes dans une enquête exceptionnelle de terrain. Ce sont à la fois des chiffres obtenus avec le concours de nombreuses associations internationales et des interviews de terrain, des rencontres de femmes et de filles en France, aux Etats-Unis, en Inde et en Egypte qui constituent le matériau bouleversant de ce livre coup de poing.

L'AUTEUR

Grand reporter, écrivain, essayiste, **Dominique Sigaud**, est l'auteur d'une quinzaine d'ouvrages salués par la critique. Elle a reçu le Prix AFJ 1996 pour son travail sur le Rwanda et le Grand prix de la SGDL 2018 pour l'ensemble de son œuvre.

Aurélie Delfly ☎ 01 42 79 18 98 / 10 02
aurelie.delfly@albin-michel.fr



PEUT-ON PARLER DES RELIGIONS À L'ÉCOLE ?

Isabelle SAINT-MARTIN

En librairie le 5 septembre 2019

LE LIVRE

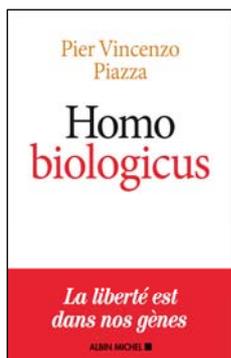
En 2002, le rapport Debray affirmait l'importance de reconnaître et d'enseigner les faits religieux. Pourtant, plus de quinze ans après, alors que la question a resurgi avec les attentats de 2015, le sujet revient à échéance régulière dans les discours politiques et l'on s'affronte encore sur les manières de s'y prendre ou sur le risque d'une atteinte à la laïcité.

Au-delà de la chronique du débat sur l'enseignement des faits religieux, l'ouvrage propose une lecture distanciée des résistances et des difficultés mais aussi des efforts réalisés au fil des réformes successives des programmes. Que signifie l'expression « faits religieux » et en quoi est-il laïque de les aborder en classe ? Comment respecter le principe de neutralité sans esquiver le sujet ? Si l'histoire est souvent en première ligne, un plaidoyer particulier est consacré ici à l'approche par les arts, tant leur étude donne accès aux univers symboliques des religions, en favorisant tout à la fois une fine contextualisation et la sensibilité du regard.

L'AUTEUR

Isabelle Saint-Martin, docteur en Histoire de l'art et directrice d'études à l'EPHE (École Pratique des Hautes Études), a été jusqu'à fin 2018 la sous-directrice puis la directrice de l'Institut Européen en Sciences des Religions. Cet IESR, créé par Régis Debray après son célèbre rapport sur l'enseignement du fait religieux à l'école laïque (2002), est l'organisme de référence sur la question.

Agnès Dumortier ☎ 01 42 79 10 05 / 18 95
agnes.dumortier@albin-michel.fr



HOMO BIOLOGICUS

Comment la biologie explique la nature humaine

Pier Vincenzo PIAZZA
En collaboration avec Anne Jeanblanc

En librairie le 5 septembre 2019

LE LIVRE

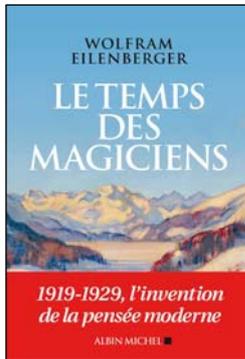
Depuis l'apparition d'*homo sapiens* et la révolution cognitive il y a 50 000 ans, les capacités qu'a notre espèce de comprendre et de modifier son environnement paraissent sans limites. Un seul mystère reste inviolé : celui de la nature humaine et de sa civilisation. Ce que nous sommes vraiment, pourquoi notre espèce fait ce qu'elle fait, défie toute explication rationnelle.

En nous plongeant au cœur des révolutions de la biologie, Pier Vincenzo Piazza nous propose une lecture totalement inédite de l'humain, de ses aspirations et de ses excès. Et montre comment cet *homo biologicus* en décalage avec son époque pourrait enfin évoluer pour le meilleur.

L'AUTEUR

Pier Vincenzo Piazza, médecin, psychiatre, directeur de recherche Inserm et ancien directeur du Neurocentre Magendie de l'Inserm à Bordeaux, dirige aujourd'hui une entreprise de biotechnologie. Il a reçu le grand prix Inserm et le grand prix de neurologie de l'Académie des sciences en 2015.

Aurélie Delfly ☎ 01 42 79 18 98 / 10 02
aurelie.delfly@albin-michel.fr



LE TEMPS DES MAGICIENS *1919-1929, l'invention de la pensée moderne*

Wolfram EILENBERGER
Traduit de l'allemand (Allemagne) par Corinna Gepner

En librairie le 5 septembre 2019

LE LIVRE

Au lendemain de la première guerre mondiale, un élan de créativité sans précédent se produit dans l'histoire de la philosophie. Les ouvrages majeurs de Ludwig Wittgenstein, Martin Heidegger, Ernst Cassirer et Walter Benjamin, marquent un tournant de la pensée occidentale qui va façonner la philosophie moderne. Critique de la technologie, crise de la démocratie, fondamentalisme religieux, développement durable : pour comprendre et interpréter les grandes questions contemporaines, il faut revenir sur les traces de ces quatre grands penseurs.

De l'Autriche à la Forêt noire en passant par Paris et Berlin, entre biographie et analyse philosophique, Wolfram Eilenberger retrace de manière très vivante les chemins de réflexion de ces quatre philosophes essentiels.

L'AUTEUR

Né en 1972, **Wolfram Eilenberger** a étudié la philosophie, la psychologie et la philologie. Après avoir été journaliste, notamment pour *Die Zeit* et rédacteur en chef de *Philosophie Magazine* en Allemagne, il est maintenant directeur des programmes du festival de philosophie Phil. Cologne, et depuis 2017, directeur éditorial de la maison d'édition berlinoise Nicolai Verlag.

Il a écrit plusieurs ouvrages de philosophie dont *Finnen von Sinnen*, resté pendant 17 semaines sur la liste des best-sellers du *Spiegel*. Son premier livre traduit en français, *Une vie meilleure* (Flammarion, 2012) a reçu en 2011 le Prix de philosophie Mindelheimer, décerné par un jury de lycéens.

Agnès Dumortier ☎ 01 42 79 10 05 / 18 95
agnes.dumortier@albin-michel.fr



PAULINE, UN DRAME FAMILIAL ***Codéine, tous concernés***

Christelle CEBO

En librairie le 12 septembre 2019

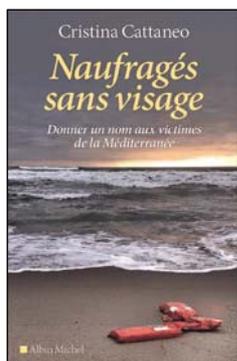
LE LIVRE

« “Il y a un ogre dans la chambre de Pauline ! ” Derrière la porte, on entendait des ronflements si forts qu’ils faisaient penser aux grognements d’un monstre. J’ai éloigné les petites pour qu’elles laissent dormir leur grande soeur. La grasse matinée du samedi, c’est précieux, surtout pour une ado de seize ans. J’apprendrai plus tard que ces bruits étaient des laryngospasmes, des inspirations très bruyantes, suivies par des mouvements respiratoires de plus en plus courts. Un dernier sursaut du corps pour grappiller un peu d’oxygène... Si j’avais réveillé Pauline à cet instant, peut-être qu’il n’aurait pas été trop tard. Je ne le saurai jamais. J’étais loin d’imaginer ce qui nous attendait. »

Pauline, 16 ans, adolescente sans problème, excellente élève en classe de première, succombe le 22 avril 2017 à une overdose de codéine. Pour affronter cette réalité insoutenable, Christelle, sa mère, veut comprendre. C’est en découvrant le journal intime de sa fille qu’elle remonte le fil du drame qui s’est joué en silence et prend conscience du cauchemar que Pauline, comme tant d’autres, a vécu dans l’ignorance la plus totale.

Un drame devenu cause nationale pour la ministre de la Santé tant les ravages de la codéine s’étendent à tous les âges, tous les milieux. Christelle Cebo s’est battue pour faire interdire par le ministère de la Santé la délivrance de ces médicaments sans ordonnance.

Gaëlle Job ☎ 07 61 18 70 41
gaelle.job@gmail.com



NAUFRAGÉS SANS VISAGE

Cristina CATTANEO

Traduit de l'italien par Pauline Colonna d'Istria

En librairie le 5 septembre 2019

Cristina Cattaneo parle français et sera à Paris du 3 au 6 septembre 2019 pour le lancement de son livre.

LE LIVRE

Un sac contenant un peu de terre d'Érythrée, une carte de bibliothèque, un bulletin scolaire..., autant de vestiges des vies brisées de ces hommes, femmes et enfants qui ont tout risqué pour un avenir meilleur. Les naufrages tragiques en Méditerranée ponctuent désormais l'actualité et ont fait de cette mer un véritable cimetière, mais un cimetière d'anonymes.

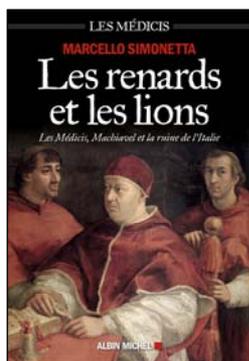
En Italie, une femme médecin légiste, **Cristina Cattaneo**, s'est donné pour mission d'identifier chaque disparu. Elle raconte son travail d'enquête, au cours des mois passés notamment à Melilli, en Sicile, après le naufrage du *Barcone* qui transportait près de 1 000 personnes. Une tâche qui n'a pas de fin heureuse, un travail solitaire, patient, humble et acharné, dont personne ne veut se charger et qui doit donc, toujours, justifier sa nécessité : identifier des naufragés dont on ne sait d'où ils viennent et dont on peine à trouver ceux qui pourraient les réclamer... L'auteure nous rappelle que c'est pourtant ce travail, ce combat pour rendre justice aux morts sans nom, qui fonde notre humanité.

L'AUTEURE

Auteure de plusieurs ouvrages récompensés par des prix prestigieux en Italie (*Naufragés sans visage* a notamment reçu en mai 2019 le Prix « Galilée » en Italie), **Cristina Cattaneo** est médecin légiste. Son visage est familier aux Italiens qui la voient à l'œuvre aussi bien après une catastrophe naturelle qu'un assassinat mafieux, ou encore lorsqu'elle pratique, comme tout récemment à Milan, une autopsie à partir des reliques de saint Ambroise.

Elle est aussi et surtout à l'origine d'une loi votée par le Parlement italien, la première en Europe, prévoyant la mise en place d'une base de données (**RISC**) qui permet de réunir les informations sur les personnes disparues et les « morts sans nom ». C'est notamment grâce à l'action de Cristina Cattaneo que nous connaissons aujourd'hui l'histoire tragique qui a ému l'Italie et le reste du monde, celle d'un jeune migrant malien âgé de 14 ans retrouvé mort avec son bulletin de notes, lors d'un naufrage au large de la Lybie en 2015.

Frédérique Pons ☎ 01 42 79 10 93 / 10 02
frederique.pons@albin-michel.fr



LES RENARDS ET LES LIONS ***Les Médicis, Machiavel et la ruine de l'Italie***

Marcello SIMONETTA
Traduit de l'italien par **Pauline Colonna d'Istria**

En librairie le 5 septembre 2019

Cette fresque aux allures de roman policier sur les mystères de la Renaissance nous révèle que, si les Borgia ont été de fiers serviteurs du mal, les Médicis, eux, furent d'hypocrites apôtres du bien.

LE LIVRE

Ce livre retrace les vies des trois fils de Laurent de Médicis : Pierre dit le Fou, Julien le Bon (qui fut peut-être l'amant de Mona Lisa), et Jean le Sage ou le Renard, qui devint le pape Léon X et dont la réputation de sagesse et de générosité dissimulait en réalité une soif de pouvoir et une férocité sans bornes.

Exhumant, après des années de recherche, d'obscures archives, Marcello Simonetta nous fait pénétrer dans les coulisses de la célèbre dynastie florentine, depuis la mort de Laurent le Magnifique en 1492 jusqu'au sac de Rome par Charles Quint en 1527, depuis l'apogée de cette génération de grands mécènes et d'habiles politiciens jusqu'à sa faillite finale.

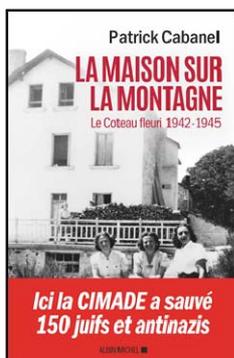
À travers une galerie de portraits pittoresques de ducs et de cardinaux, de banquiers et d'aventuriers, de politiciens et de philosophes, de courtisans et de bouffons, Marcello Simonetta dresse le tableau d'une Italie renaissante qui, sous le vernis étincelant des arts, du faste et de la religion, est le théâtre d'une vie politique orageuse et corrompue, où s'affrontent les personnages les plus rusés et les plus léonins.

Devant le spectacle du triomphe de l'injustice déguisée en justice, l'idéal vertueux de Machiavel, témoin d'exception de la cour florentine, rappelle pourtant que « l'antique valeur dans le cœur des Italiens n'est pas encore morte ».

L'AUTEUR

Né à Pavie en 1968, **Marcello Simonetta** est un historien italien très réputé. Il vit à Paris où il enseigne l'histoire et les sciences politiques, entre l'American University of Paris et Sciences Po. Il est l'auteur de la trilogie des Médicis *L'Énigme Montefeltro* (paru en France en 2018), *Les Renards et les Lions* (à paraître en 2019) et *Catherine de Médicis* (à paraître en 2020) ; et de *Lucien Bonaparte. Mémoires secrets*, texte établi et annoté avec L. Cirrincione d'Amelio (Édition SPM, 2017).

Aurélié Delfly ☎ 01 42 79 18 98 / 10 02
aurelie.delfly@albin-michel.fr



LA MAISON SUR LA MONTAGNE *Le Coteau fleuri 1942-1945*

Patrick CABANEL

En librairie le 5 septembre 2019

La chronique quotidienne d'un refuge qui vit 150 juifs et antinazis échapper à la déportation et à la mort

LE LIVRE

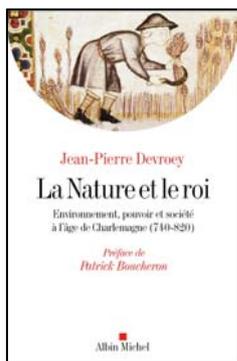
C'est une maison sur la montagne, à 1000 mètres d'altitude, qui domine de ses trois bâtiments alignés une « plaine » verdoyante de prés. À quatre kilomètres sur sa droite, le bourg du Chambon-sur-Lignon, en Haute-Loire, où transitèrent des milliers de Juifs en fuite durant la Seconde guerre mondiale. Le Coteau fleuri est à l'origine une simple pension de famille, dans laquelle la CIMADE, association protestante d'aide aux réfugiés qui célèbre en 2019 ses 80 ans, accueille les personnes qu'elle a réussi à faire sortir de Gurs, Rivesaltes, et autres camps d'internement du régime de Vichy.

Dans ce livre, Patrick Cabanel fait revivre, de 1942 à 1945, le quotidien de cette maison et de ses quelques 180 résidents. Il raconte, au jour le jour, les espoirs, les défaites, les peurs et les rencontres de personnes recluses dans l'angoisse et l'espérance. Une histoire d'héroïsme au quotidien et de résistance spirituelle qui n'est pas exempte d'ambiguïtés voire de frictions entre des personnalités et des croyances diverses, mais que le Coteau fleuri va unir à jamais.

L'AUTEUR

Patrick Cabanel est le grand spécialiste de l'histoire des Cévennes protestantes, et de leurs nombreuses actions de sauvetage des Juifs persécutés. Il a notamment publié *Juifs et protestants en France, XVIe-XXIe siècle* (Fayard, 2004), et co-dirigé en 2013 chez Albin Michel *La Montagne refuge. Accueil et sauvetage des juifs autour du Chambon-sur-Lignon*.

Aurélié Delfly ☎ 01 42 79 18 98 / 10 02
aurelie.delfly@albin-michel.fr



LA NATURE ET LE ROI *Environnement, pouvoir et société à l'âge de Charlemagne* (740-820)

Jean-Pierre DEVROEY
Préface de Patrick BOUCHERON

En librairie le 5 septembre 2019

LE LIVRE

Le règne de Charlemagne est un moment politique fondateur, qui évoque pour nous la construction des institutions légales de l'Europe chrétienne. Revenant sur cet épisode clé de l'histoire européenne, Jean-Pierre Devroey en tire des réflexions très actuelles : Et si la réinvention carolingienne du pouvoir et le désir de refonder les lois avaient eu affaire avant tout avec la croissance démographique et la menace de la faim ? Et si cette histoire vieille de douze siècles pouvait éclairer le monde d'aujourd'hui ?

Des décennies durant, les sociétés européennes eurent en effet à affronter des calamités naturelles meurtrières. Confrontant les textes anciens et les découvertes de l'archéologie à l'immense bibliographie récente sur les dynamiques environnementales, qu'il s'agisse de climatologie, de biologie ou de paléocologie, Jean-Pierre Devroey parvient à faire revivre la peur de l'effondrement qui hanta les sociétés européennes du haut Moyen Âge, et l'extraordinaire effort créatif qui permit leur résilience. À l'heure où notre société est en proie à l'inquiétude environnementale, il offre une leçon de prudence et d'optimisme.

L'AUTEUR

Professeur émérite à l'Université libre de Bruxelles, **Jean-Pierre Devroey** est un éminent spécialiste Haut Moyen Âge. On lui doit notamment *Économie rurale et société dans l'Europe franque (VIe-IXe siècles)* (2003) et *Puissants et misérables. Système social et monde paysan dans l'Europe des Francs (VIe-IXe siècles)* (2006).

Agnès Dumortier ☎ 01 42 79 10 05 / 18 95
agnes.dumortier@albin-michel.fr



MORT DE HONTE **La BD m'a sauvé**

Serge TISSERON

En librairie en septembre 2019

LE LIVRE

Pour sortir de la honte, il faut accepter d'en passer par la rage. Sans elle, impossible de se reconstruire. Tel est le sens de ce récit autobiographique dans lequel Serge Tisseron évoque les hontes qui ont marqué son histoire : celle de ses origines sociales, d'une maladie vécue comme stigmatisante, d'un père écrasé par la faillite familiale.

Car longtemps il a vécu avec ce sentiment sans en comprendre les causes réelles. Jusqu'à ce jour récent où, retrouvant une BD qu'il avait créée dans sa jeunesse, un secret enfoui se révèle à lui et lui donne la clé du mystère qui a nourri tout son travail. Le dessin l'a enfin sauvé de la honte.

Dans la veine de *Comment Hitchcock m'a guéri*, ce récit-confiance dévoile la source inattendue des écrits de Serge Tisseron.

L'AUTEUR

Serge Tisseron, psychiatre, psychanalyste, a publié une trentaine d'ouvrages dont, parus aux éditions Albin Michel : *Comment Hitchcock m'a guéri* (2003), *Vérités et mensonges de nos émotions* (2005), *Virtuel mon amour* (2008), *L'empathie au cœur du jeu social* (2010), *Fragments d'une psychanalyse empathique* (2013), *Le jour où mon robot m'aimera* (2015), *Empathie et manipulations* (2017).

Agnès Olivo ☎ 01 42 79 10 03 / 10 53
agnes.olivo@albin-michel.fr



L'ART DE LA CONCENTRATION *Nouvelle édition*

Pierre FEUGA

Collection poche « *Espaces libres* »

En librairie le 5 septembre 2019

LE LIVRE

Le plus souvent, nous ne pensons pas, nous sommes « pensés ». C'est à peine si nous nous rendons compte de ce qui nous occupe, et les projets, les souvenirs, les mots et les images se succèdent dans notre esprit, se chevauchent, s'entrecroisent comme s'ils vivaient une vie autonome.

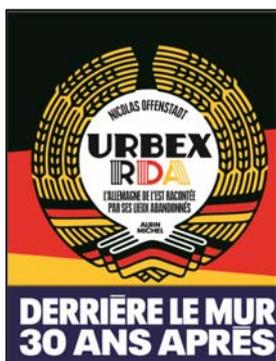
Dans ces conditions, comment espérer atteindre un quelconque état d'éveil et goûter à la contemplation sans s'être préalablement exercé à l'art de la concentration, qui vise à la maîtrise du mental ? Lieu et instrument de notre activité psychique consciente et inconsciente, le mental est en effet une ressource sans laquelle on ne peut atteindre la concentration ; il est la condition même de l'expérience spirituelle.

Pierre Feuga nous livre ici les principes fondamentaux d'une concentration calme et active, et les conseils pratiques pour y accéder progressivement.

L'AUTEUR

Pierre Feuga (1942–2008), écrivain et traducteur français (du sanskrit et du latin), était spécialiste du vedānta, des cultes de la Shakti et du tantrisme. Il a enseigné le yoga pendant vingt-sept ans dans la tradition shivaïte du Cachemire. Il a notamment écrit *Cent douze méditations tantriques*, Accarias, 1988 ; *Le Yoga*, en collaboration avec Tara Michaël, PUF, Que sais-je ?, 1998 et *Pour l'éveil*, Almora, 2005.

Frédérique Pons ☎ 01 42 79 10 93 / 10 02
frederique.pons@albin-michel.fr



URBEX RDA *L'Allemagne de l'Est racontée par ses lieux abandonnés*

Nicolas OFFENSTADT

En librairie en septembre 2019

LE LIVRE

Grâce à l'urbex (activité consistant à visiter des lieux abandonnés), l'histoire fascinante de l'ex RDA racontée à travers ses ruines et ses lieux abandonnés encore visibles 30 ans après la chute du mur.

L'ancienne RDA fascine, tant par son histoire méconnue que par son esthétique. Le nombre et l'ampleur des bâtiments à l'abandon en ex-Allemagne de l'Est frappe le promeneur. Combinats, cités d'habitation, maisons de la Culture... Alors qu'on va fêter les 30 ans de la chute du mur de Berlin, ce paysage fantôme est à lui seul digne d'intérêt tant il raconte d'histoires passées. Mais lorsqu'on pénètre à l'intérieur de ces lieux, c'est tout un monde disparu qui apparaît, où les traces semblent résister à une fin définitive.

L'historien Nicolas Offenstadt a pratiqué une véritable « exploration urbaine » en pénétrant plus de 230 lieux fermés, interdits ou délaissés. Il n'y a là aucun défi mais la volonté d'écrire une histoire de l'abandon : un parcours visuel et intellectuel dans l'histoire de la RDA telle qu'elle se donne à voir aujourd'hui. Chaque lieu présenté est éclairé par une analyse, appuyée sur des recherches de première main, des témoignages des anciens de l'Est et les travaux les plus à jour. En les mettant en perspective, Nicolas Offenstadt fait revivre l'ancienne Allemagne de l'Est et la raconte comme cela n'a jamais été fait auparavant.

L'AUTEUR

Agrégé et docteur en histoire, **Nicolas Offenstadt** est maître de conférences (HDR) à l'Université de Paris I-Panthéon-Sorbonne. Il a conduit des travaux à la fois sur la Grande Guerre (*La Grande Guerre, carnet du Centenaire*, Albin Michel, 2013) et sur la Guerre de Cent ans. Depuis plusieurs années, il travaille sur la construction des mémoires en RDA. Il vient ainsi de publier l'essai *Le Pays disparu. Sur les traces de la RDA* (Stock, 2018).

Agnès Olivo ☎ 01 42 79 10 03 / 10 53
agnes.olivo@albin-michel.fr



IL ÉTAIT 9 MOIS *Le guide essentiel de votre grossesse*

**Dr Olivia ANSELEM, Dr Gilles GRANGÉ,
Aude DERRIER-SANLAVILLE, Julie MARTORY**

En librairie le 12 septembre 2019

LE LIVRE

Il était 9 mois n'est pas un guide de grossesse de plus... C'est un livre nouveau dans son approche, féminin dans son style, efficace dans sa présentation. En un mot : moderne !

Un livre-référence qui se lit mois par mois et semaine après semaine. Au fur et à mesure de leur grossesse, les futures mamans y trouveront l'essentiel des informations à connaître, ainsi que les réponses à leurs nombreuses questions : Comment bien vivre sa grossesse ? Comment se nourrir de manière équilibrée ? Comment communiquer avec son bébé *in utero* ? Comment préparer au mieux son accouchement ? Comment comprendre ses émotions ? Comment parler de sa grossesse au travail ?

Des rubriques récurrentes qui rassurent la lectrice. *Je change dans mon corps, L'évolution de mon bébé, Mon suivi médical, Mes démarches, Mon bien-être au quotidien, Et moi papa...* autant de rendez-vous faciles à repérer.

Le meilleur de l'expertise. Cet ouvrage est écrit sous la direction de deux gynécologues-obstétriciens, une femme et un homme, les Dr Olivia Anselem et Gilles Grangé, qui exercent à la maternité Port Royal de Paris, l'une des plus référentes de France. Avec Aude Derrier-Sanlaville, sage-femme, et Julie Martory, journaliste, ils conjuguent leur expérience d'experts à la pointe des connaissances et pratiques actuelles, avec leur vécu de parents. Ensemble, ils livrent leurs petites et grandes recettes pour aider les femmes à vivre au mieux leur grossesse.

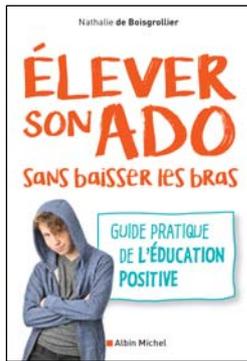
LES AUTEURS

Les **Dr Olivia Anselem** et **Dr Gilles Grangé** sont gynécologues-obstétriciens et praticiens à la maternité Port Royal de Paris 14^e.

Aude Derrier-Sanlaville est sage-femme hospitalière à Lyon.

Julie Martory est journaliste spécialisée dans la santé et la maternité.

Agnès Séverin ☎ 06 10 37 45 04
agnes.severin@orange.fr



ÉLEVER SON ADO SANS BAISSER LES BRAS

Guide pratique de l'éducation positive

Nathalie DE BOISGROLLIER

En librairie en septembre 2019

LE LIVRE

Changeons de regard sur nos ados : et si on faisait mentir l'adage « Grands enfants, gros soucis » ?

Soif d'autonomie, manque de confiance en eux, besoin de sortir du cadre, d'expérimenter, construction de leur identité et de leur système de valeurs... les ados sont en quête d'équilibre. Et en famille... ça tiraille ! Dans cette période se rejoue, de façon parfois douloureuse, ce qui n'a pas été bien mis en place dans l'enfance. Les fragilités des parcours de vie sont avivées (divorce, blessures familiales...). Les parents font face à de nouveaux défis. Nathalie de Boisgrollier les conforte dans leur rôle et les invite en premier lieu à :

- **mieux connaître les besoins et spécificités** de cette tranche d'âge et favoriser un environnement qui réponde à ces besoins spécifiques ;
- **découvrir ce que leur ado leur dit d'eux-mêmes** (de leur propre adolescence, de leur besoin de surcontrôler...) et réfléchir à leurs contradictions et à leurs peurs (notamment en matière d'orientation scolaire, de sexualité...);
- **changer de regard sur leur ado**, lâcher prise, faire confiance ;
- **trouver une nouvelle manière de s'investir** auprès de leur enfant ; etc.

Elle leur donne également des **repères éducatifs** et des **outils efficaces** pour :

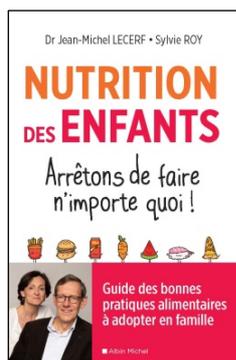
- mieux communiquer avec leur ado, avec bienveillance et fermeté ;
- l'aider à gérer des émotions nouvelles ;
- l'aider à acquérir confiance en lui, à découvrir ses talents et à trouver sa voie, etc.

Son approche éducative positive et bienveillante, illustrée d'exemples concrets, aidera les parents à faire de leur ado un adulte autonome, responsable et épanoui.

L'AUTEURE

Nathalie de Boisgrollier est coach en parentalité depuis plus de vingt ans, formatrice et conférencière. Fondatrice de l'association OZE, qui développe des outils pour une approche éducative bienveillante, elle n'a de cesse d'explorer de nouveaux sujets (rapport des enfants avec les nouvelles technologies, éclairage des neurosciences dans l'approche éducative...). Elle conçoit et anime des ateliers et des formations à destination des parents et des professionnels de l'enfance, par exemple avec la CAF de Paris. Elle a publié *Élever ses enfants sans élever la voix. Guide pratique de l'éducation bienveillante* (2014) et *Heureux à l'école : tout commence à la maison. Le guide pratique des parents bienveillants* (2016)

Chantal Mamou-Mani ☎ 01 47 54 91 28 / 06 60 63 58 79
[**cmamoumani@gmail.com**](mailto:cmamoumani@gmail.com)



NUTRITION DES ENFANTS ***Arrêtons de faire n'importe quoi !***

Dr Jean-Michel LECERF et Sylvie ROY

En librairie le 5 septembre 2019

LE LIVRE

Comment bien nourrir son enfant dès la naissance et lui donner de bonnes habitudes alimentaires qui garantiront son équilibre futur ? Une question essentielle à l'heure où l'obésité touche un enfant sur dix et où les informations les plus farfelues, voire les plus dangereuses, circulent en matière de nutrition.

« **Le** » **livre pour éclairer les parents d'enfants de 0 à 12 ans.** Le Dr Jean-Michel Lecerf, nutritionniste de renom, et Sylvie Roy, docteure en pharmacie, proposent un livre qui tord le cou aux nombreuses idées reçues sur le sujet. Ils s'adressent directement aux parents, qui sont souvent perdus, et répondent précisément à leurs interrogations : Quand diversifier l'alimentation de son bébé ? Comment introduire l'éducation au goût ? Tous les sucres se valent-ils ? Le régime végétarien est-il bon pour l'enfant ? Le surpoids est-il héréditaire ? Peut-on exclure le lait ?

Un guide complet et pratique. Cet ouvrage, fondé sur les dernières études scientifiques, ne parle pas que d'alimentation mais du mode de vie de l'enfant dans son ensemble : sommeil, organisation des repas, activité physique... Il propose une approche globale, adaptée aux contraintes d'aujourd'hui.

50 recettes faciles pour tous les jours. En plus des conseils et explications, les auteurs ont concocté un cahier de recettes saines, rapides et faciles à réaliser : bien nourrir son enfant devient un plaisir à partager en famille !

LES AUTEURS



Le **Dr Jean-Michel Lecerf** est directeur du service de Nutrition de l'Institut Pasteur de Lille. Il est l'un des meilleurs experts mondiaux dans le domaine de la nutrition.

Sylvie Roy est docteure en pharmacie. Elle a travaillé au Ministère de la Santé sur les politiques de prévention.

Aurélie Delfly ☎ 01 42 79 18 98
aurelie.delfly@albin-michel.fr



LA MÉTHODE HÉPATO-DÉTOX

Mincir durablement et sans danger grâce au foie

Dr Réginald ALLOUCHE

En librairie le 19 septembre 2019

LE LIVRE

**Le foie, notre véritable allié minceur
Une méthode nouvelle très efficace**

Une approche totalement inédite de la perte de poids

Problèmes de poids, de santé ? Normal, notre foie étouffe !

La faute à qui ? À nos modes de vie : trop de sel, de sucre, de pesticides, d'additifs, d'alcool, de tabac, de sédentarité... Trop de trop.

Tout ce que l'on absorbe passe par le foie. Véritable usine de traitement chimique, le foie élimine les toxiques et toxines, mobilise les graisses, régule le taux de sucre dans le sang... et plus encore. Mais ce grand nettoyeur a besoin d'être lui-même dépollué pour faire son travail, nous aider à vivre en bonne santé et retrouver notre poids de forme.

Après l'intestin et le microbiote, c'est au tour de cet organe discret mais pourtant essentiel de faire son « *coming out* ». Le Dr Allouche nous propose ici un programme précis pour « détoxifier » le foie sans s'épuiser, booster l'organisme et mincir durablement et sans danger grâce à :

- des tests et des bilans personnels ;
- des journées types (y compris pour végétariens, intolérants au lactose ou au gluten, etc.) ;
- des listes d'aliments à privilégier ou à éviter, et pourquoi ;
- des recettes (hépatocompatibles) ;
- un tableau de suivi de programme ;
- quelques exercices pour tonifier le corps, etc.

Dans ce livre, tous les aliments proposés sont hépatocompatibles

L'AUTEUR



Le **Dr Réginald Allouche** est médecin, ingénieur biomédical et chercheur dans le domaine de la prévention du diabète et du surpoids. Il est l'auteur de nombreux articles scientifiques portant sur la prévention du diabète de type 2, de l'addiction au sucre, et de plusieurs livres parmi lesquels *La Méthode Antidiabète* (2015, Flammarion, 2017, J'ai lu) et *Le Plaisir du sucre au risque du prédiabète* (2013, Odile Jacob).

Chantal Mamou-Mani ☎ 01 47 54 91 28 / 06 60 63 58 79

cmamoumani@gmail.com