

DIVULGACIÓ

Recomanacions de lectures
Estiu 2017



Biblioteques
de L'Hospitalet

Col·lecció SIN FRONTERAS

Barcelona : Ediciones B



Aquesta col·lecció que us proposem és un nou concepte de guies de viatge de les principals ciutats arreu del món. Cadascuna de les guies presenta un recorregut per la ciutat, barri a barri, a través de plànols desplegable en els que apareixen els principals punts d'interès turístic.

Bauman, Zygmunt

Retrotopía

Barcelona : Paidós, 2017

Zygmunt Bauman

Retrotopía



PAIDÓS Estado y Sociedad

En aquest assaig pòstum, Bauman planteja si és possible millorar la condició humana en el futur. I per fer-ho analitza la situació actual, contraposant la pèrdua del pensament utòpic amb la retrotopia, la recuperació de grans idees del passat.

Trivers, Robert

Vida indòmita: aventuras de un biólogo evolutivo

Barcelona : Antoni Bosch DL, 2016



Trivers ens parla de la vida indòmita que hi ha després de la ciència revolucionària i comparteix aquí opinions sobre els temes mes dispars, des del racisme en Nord-amèrica fins a la història de la psiquiatria, passant per qui va matar a Peter Tosh, l'hereu musical de Bob Marley.

Missé, Andreu

La gran estafa de las preferentes : abusos e impunidad de la banca durante la crisis financiera en España

Barcelona: Alternativas Económicas, 2016.

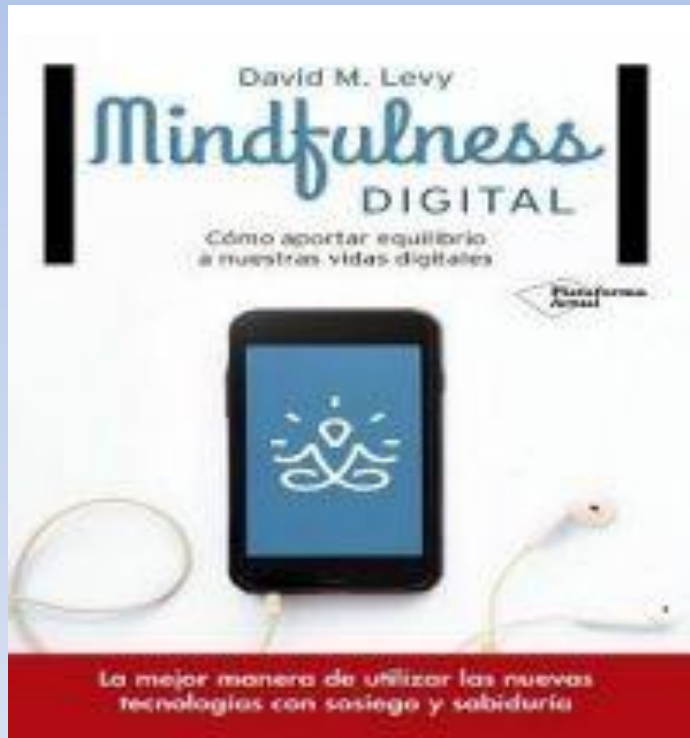


La banca mai no perd. La història de la major estafa que va afectar a quasi un milió de persones. L'autor explica l'estafa de les preferents des de la perspectiva dels perdedors. La relació entre la banca, els paradisos fiscals, unes autoritats que van vigilar i una legislació que no protegeix als estalviadors. Aquest relat destaca les enormes mobilitzacions que van servir per recuperar una part del diner perdut.

Levy, David M.

Mindfulness digital : cómo aportar equilibrio a nuestras vidas digitales

Barcelona : Plataforma, 2016

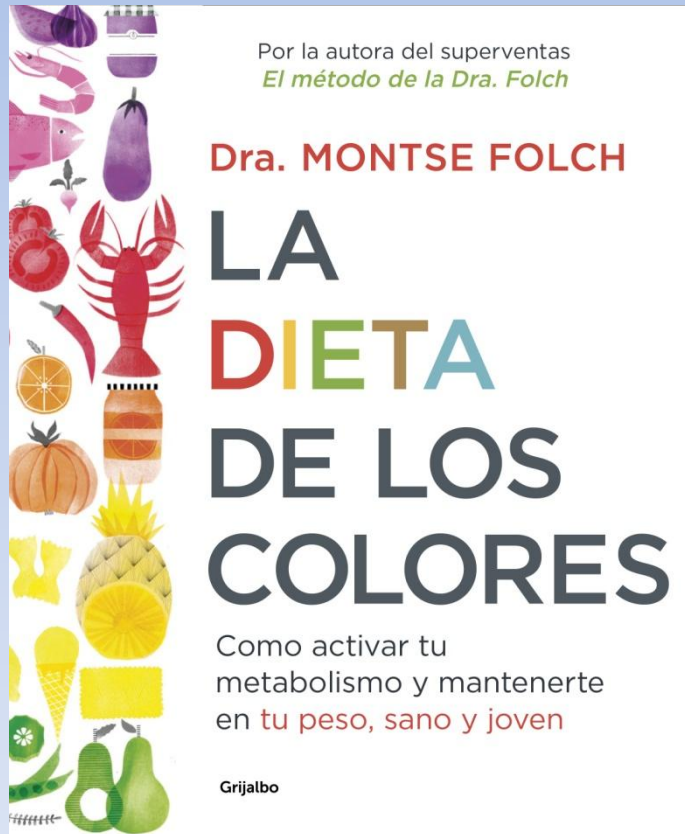


Com fer servir les tecnologies però sense que això es converteixi en una addicció. Avui dia és normal veure la gent caminar sense veure el que hi ha davant, o asseguts a la taula cadascú amb la seva història al mòbil. L'autor ens invita a reflexionar entre la rapidesa del nostre món y la contemplació. Disposa d'exercicis pràctics per col·locar les tecnologies en un lloc més equilibrat.

Folch, Montse

La dieta de los colores: cómo activar tu metabolismo y mantenerte en tu peso, sano y joven

Barcelona : Grijalbo, 2017

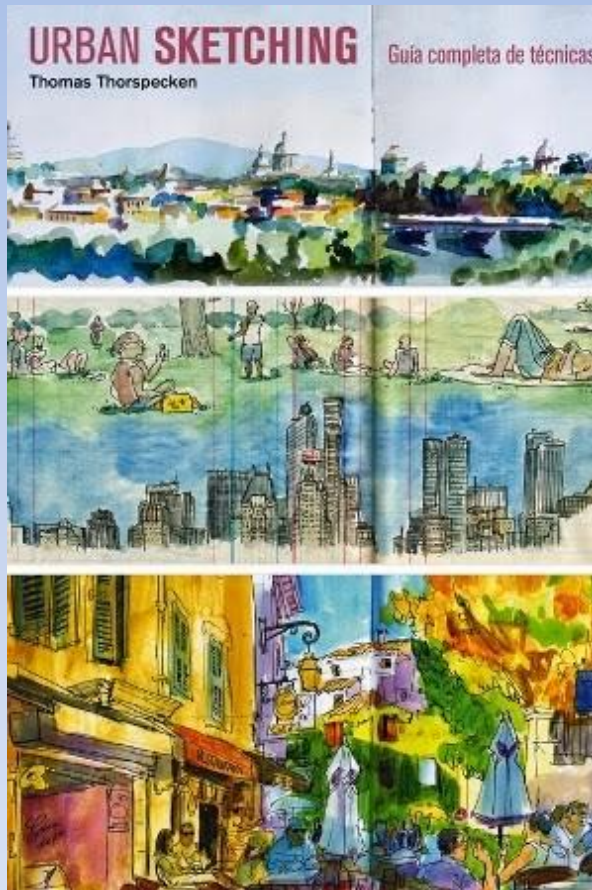


Salut, bellesa, comoditat, sentir-nos millor amb el nostre cos. Són els principals objectius de la metgessa Montse Folch. Com fer una dieta sense que la falta de temps i l'alta exigència que solen tenir-ne ens faci abandonar-la. És una combinació àgil i gratificant de proteïnes, vegetals, hidrats de carbons i líquids.

Thorspecken, Thomas

Urban Sketching. Guía Completa de técnicas de dibujo urbano

Barcelona : Editorial Gustavo Gili, 2014

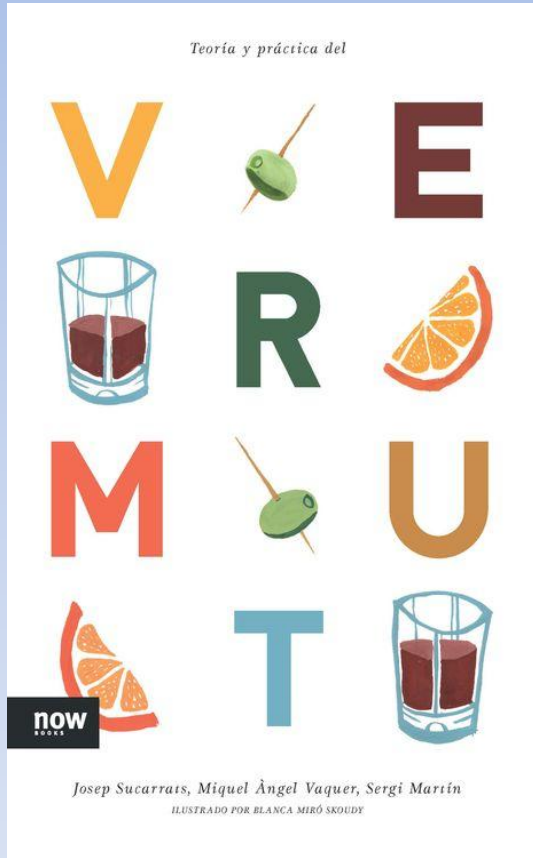


Cada cop són més les persones que s'uneixen a aquest moviment creatiu i es llencen al carrer a captar la realitat del dia dia mitjançant el dibuix. Amb aquesta guia plena de trucs, consells i tècniques podràs endinsar-te en el món de l'Urban Sketching

Sucarrats, Josep, Vaquer, Miguel Ángel i Martín, Sergi

Teoria i pràctica del vermut

Ara Llibres, 2015

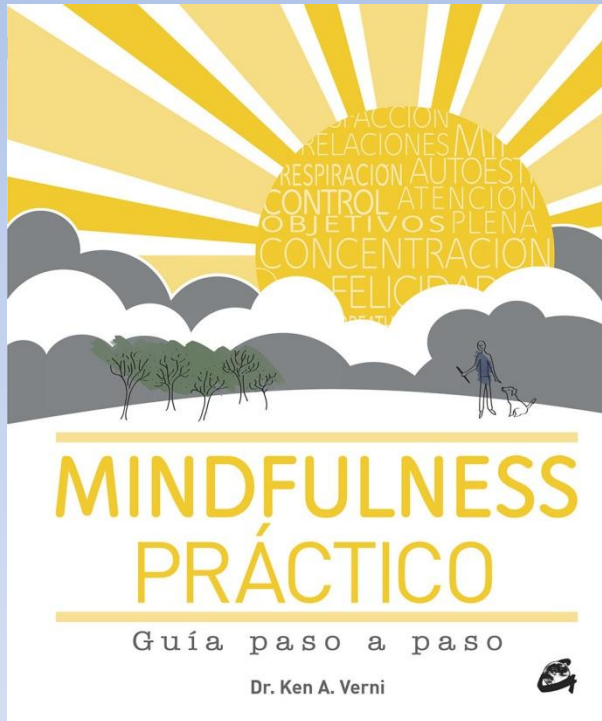


Arriba l'estiu i les vacances... que millor que gaudir de l'hora del vermut sense presses! Aquest llibre és una proposta plena d'humor amb consells enginyosos, receptes sorprenents i anècdotes curioses... Un llibre per llegir de glop a glop!!

Dr. Ken A. Verni

Mindfulness práctico. Guía paso a paso.

Móstoles : Gaia, 2016



Amb el mindfulness podeu potenciar la vostra autoestima, crear relacions més satisfactòries, millorar la concentració, arribar a objectius, gaudir al màxim.... I amb aquesta guia trobareu el camí més senzill per poder arribar a aplicar aquesta tècnica a la vostra vida diària.

Fernando Blasco, Juan Medina
Tu hijo puede ser un genio de las mates
Madrid: Temas de hoy, 2013

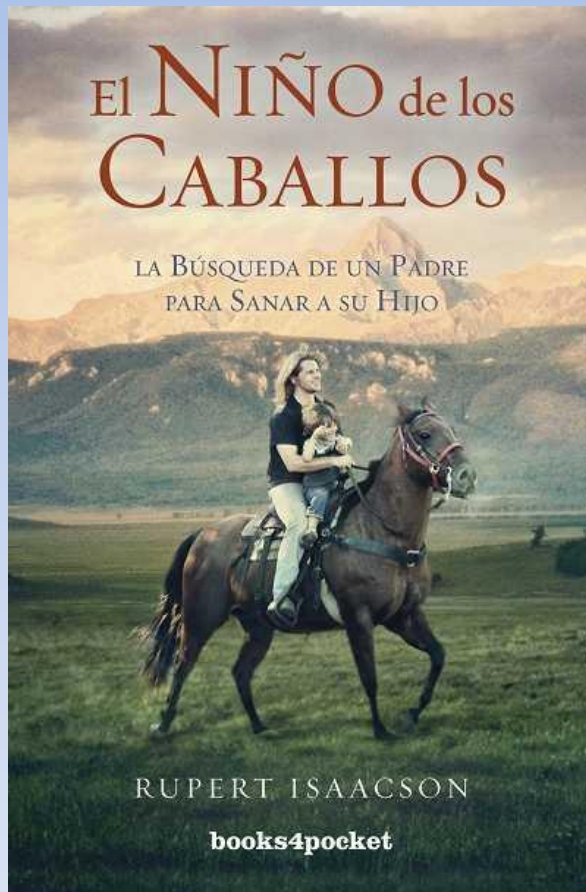


Sabies que per ser un gran matemàtic no cal memoritzar gairebé res? I que pots ajudar als teus fills amb l'aritmètica, càlcul o geometria mentre aneu al mercat? Aquest llibre us ensenya com...

Rupert Isaacson

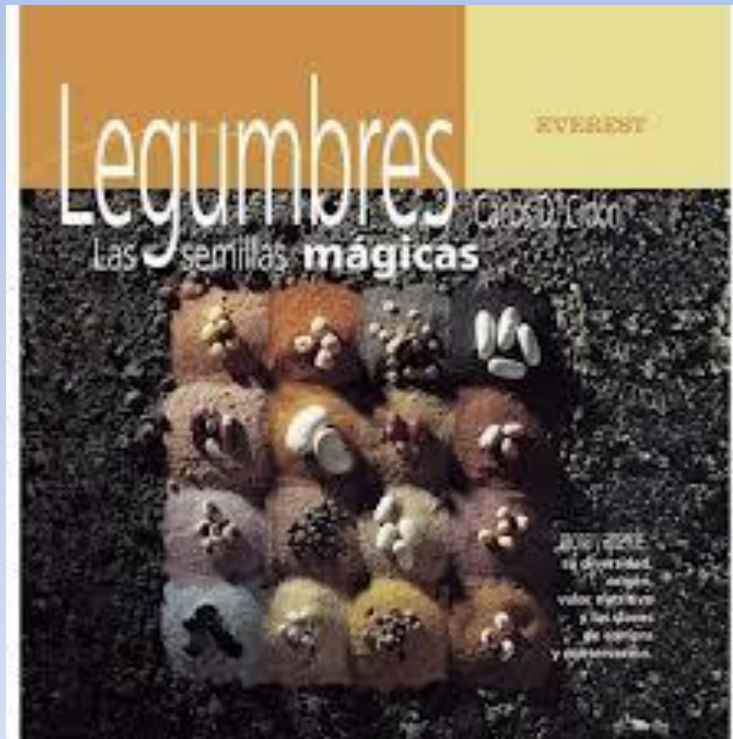
El niño de los caballos. La búsqueda de un padre para sanar a su hijo

Barcelona: Urano, 2009



Es el conmovedor testimonio de un padre que, llevado por una inexplicable intuición y un inmeso amor, parte a caballo con su mujer e hijo por las montañas de Mongolia tratando de ayudar al niño diagnosticado de autismo.

Carlos D. Cidón
Legumbres: las semillas mágicas
León: Everest DL, 2005

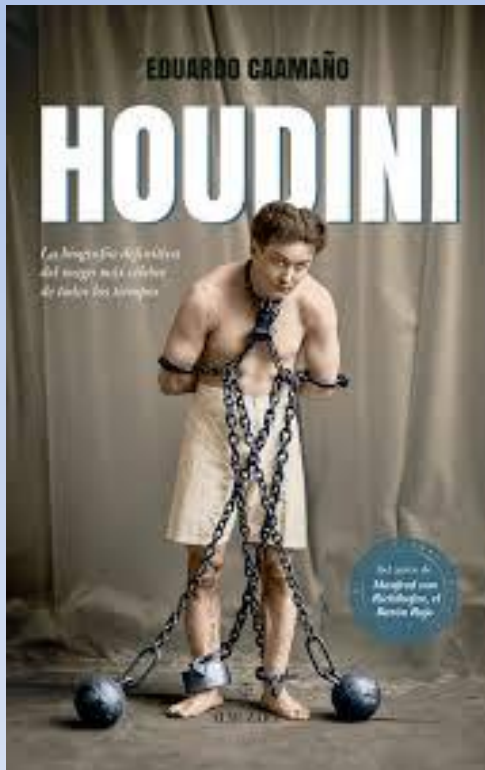


Las legumbres forman parte de la dieta humana desde hace miles de años y su consumo frecuente consigue efectos beneficiosos que se atribuyen a diversas sustancias. En este libro se ofrecen datos sobre los distintas legumbres, su origen diversidad, valor nutritivo, además de un recetario.

Caamaño, Eduardo

Houdini

Córdoba : Editorial Almuzara, 2016



Noranta anys després de la seva mort Houdini continua sent l'il·lusionista per excel·lència. Aquesta biografia, feta amb documentació exhaustiva, explica al detall la seva evolució personal, el secret dels seus trucs, trenca alguns mites i dona llum sobre la seva sobtada i misteriosa mort.

Muñoz Páez, Adela

Sabias. La cara oculta de la ciencia.

Barcelona : Debate, 2016

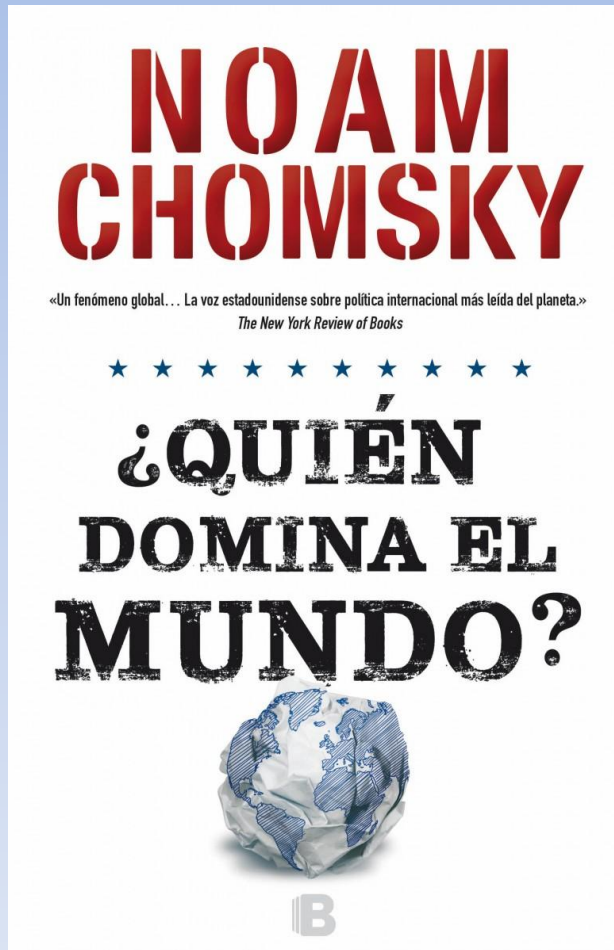


Lectura per a resituar tot allò que coneixem sobre els científics. En aquest llibre es divulguen les històries de grans dones de ciència, molt desconegudes pel gran públic, i es reflexiona sobre les raons per les quals contribucions científiques tan fonamentals resten a la cara oculta de la ciència.

Chomsky, Noam

¿Quién domina el mundo?

Barcelona : Ediciones B, 2016

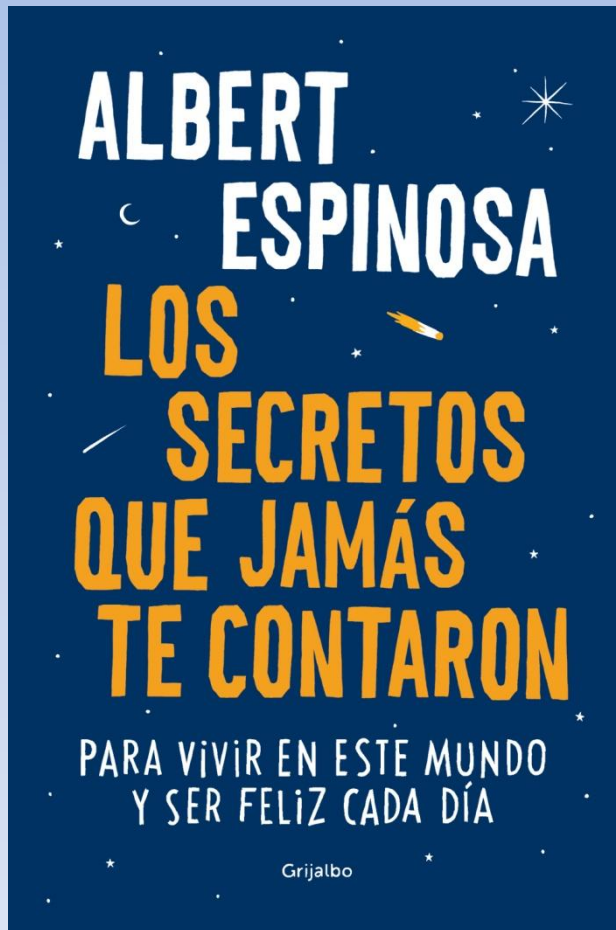


Noam Chomsky ens explica en aquest llibre de divulgació qui domina actualment el planeta, com ho fa i quines conseqüències pot tenir el seu domini. La seva hipòtesi principal és que les polítiques militaristes nord-americanes i la seva vocació per mantenir un imperi d'escala planetària ens apropen cada dia més a una catàstrofe que destruirà els béns comuns del planeta.

Espinosa, Albert

Los secretos que jamás te contaron para vivir en este mundo y ser feliz cada día

Barcelona : Grijalbo, 2016



Quan naixem ningú no ens proporciona un manual per aprendre a viure, ni instruccions per ser feliç. I, tanmateix, trobar la felicitat no és pas tan difícil. En realitat, hi ha uns quants secrets per viure en aquest món que potser ningú no s'ha pres mai la molèstia d'explicar-nos. El llibre està pensat perquè ens inspiri i ens el fem nostre.

Chapman, Lynne

Dibujando gente en acción: guía práctica para captar gestos y escenas en urban sketching

Barcelona : Gustavo Gili, 2017

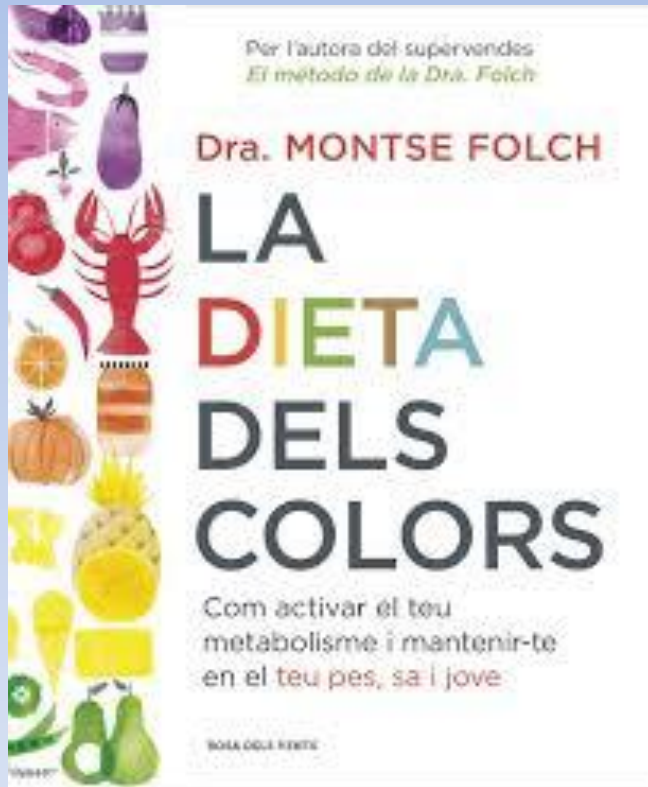


Este libro da una serie de prácticos consejos a quienes les guste dibujar a personas. Con este manual ilustrado aprenderéis a utilizar diferentes técnicas y estilos que os ayudaran a conseguir reforzar vuestras habilidades en el dibujo.

Montse Folch

La Dieta dels colors : com activar el teu metabolisme i mantenir-te en el teu pes, sa i jove

Barcelona : Rosa dels Vents, 2017



La doctora Montserrat Folch, en aquest llibre, ens proposa una dieta saludable que consisteix en una combinació adequada dels aliments i la seva classificació en quatre colors: verd pels vegetals; vermell per a les proteïnes, vegetals i animals; groc per al sucre i marro per als greixos.

text: José T. Gállego i Hortensia Lemaître ; il·lustració: Estela Delgado

El meu primer hort urbà

Barcelona : Grijalbo, 2016



Pels més petits de la casa que vulguin cultivar les seves pròpies hortalisses, aquest llibre il·lustrat explica amb detall com fer-ho. Proposa des d'originals contenidors fins a consells pràctics per plantar les llavors escollides. Només caldrà un petit espai assolellat a l'aire lliure i tenir cura de l'hort.

Molly Brown

Quinoa, semillas y cereales : 68 recetas llenas de vitalidad

Barcelona : Lunwerg, cop. 2017



Aprofita els innegables beneficis nutritius dels cereals, les llavors i les llegums a la teva cuina mentre prepares menjars complets i equilibrats. Una infinitat de suggeriments i idees de receptes que et permetran incorporar sense esforç la quinoa, les lleties, l'ordi, la civada, l'espelta, el blat sarraí o les llavors a smoothies, sopes, amanides, postres ... i molt més.

Bueno, Mariano; Arnau, Jesús

El Huerto con flores : cultivo ecológico en pequeños espacios

Barcelona : Grijalbo, 2016



Esta nueva obra aporta dos novedades fundamentales respecto a los libros existentes sobre agricultura ecológica: por una parte, propone combinar y fusionar el huerto y el jardín ecológicos; por otra, explica cómo desarrollar estas actividades también en espacios reducidos.