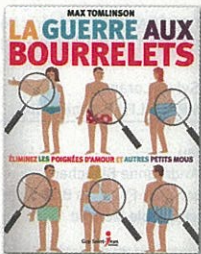


La guerre aux bourrelets

Max Tomlinson – Guy Saint-Jean



L'auteur, nommé parmi les meilleurs thérapeutes en santé holistique du Royaume-Uni, a parmi sa clientèle plusieurs célébrités, dont des membres de la famille royale. Avec ce bouquin, il propose des trucs et astuces pour venir à bout de ces bourrelets, poignées d'amours et autres petits mous qui nous fatiguent. On retrouve d'abord un questionnaire pour identifier notre déséquilibre hormonal. Ensuite, il avance un plan pour mieux intégrer de nouvelles habitudes de vie. Le programme de six semaines pour chacune des six zones à cibler est conçu pour aider à se débarrasser des dépôts de gras et à raffermir le tout. Le livre à avoir en cette période d'après-festivités.

FRANCIS BOLDUC

Les vins du Nouveau Monde: Canada, États-Unis, Mexique

Jacques Orhon – Les Éditions de l'Homme



Après s'être intéressé aux vins d'Afrique du Sud, d'Australie et de Nouvelle-Zélande dans un premier ouvrage, puis à ceux d'Argentine, du Brésil, du Chili et de l'Uruguay dans un deuxième, le sommelier offre le troisième volet de ce tour du monde vinicole, effectué à l'extérieur des Vieux Pays producteurs (comme la France, l'Italie et l'Espagne). Cette fois, en collaboration avec Héléne Dion, il s'arrête en Amérique du Nord, et la préface de ce répertoire est signée par Michael Mondavi, issu d'une famille installée dans la vallée de Nappa (Californie), depuis trois générations. Ainsi, on va découvrir que les pays du Nouveau Monde ont développé des vins de qualité en sachant exploiter les caractéristiques et possibilités de leur propre terroir. À découvrir, les nombreuses régions viticoles et les coups de cœur de l'auteur sur cette route des vins méconnue.

LOUISE JALBERT

Cinquante nuances plus sombres

E.L. James – JC Lattès



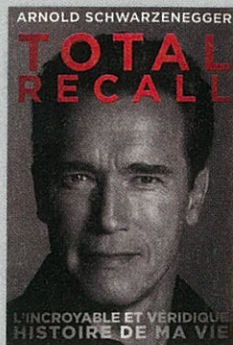
Voilà enfin le deuxième tome de la trilogie érotique la plus tendance de l'heure, écrite par l'Anglaise E.L. James. L'héroïne Ana Steele, dépassée par les sombres secrets de son fameux amant Christian Grey, a mis fin à leur relation, mais comment oublier un soupirent aussi sulfureux? L'homme occupe ses pensées... Renoueront-ils sous la couette? On s'en doute... Cependant, Ana découvrira peu à peu son passé douloureux et elle devra faire un choix. Et patience!

L'ultime volet, *Cinquante nuances plus claires*, est prévu pour le mois de mars.

CAROLYNE MARENGO

Total Recall

Arnold Schwarzenegger – Presses de la cité



Bien des choses ont été écrites sur Arnold Schwarzenegger au cours de ces dernières années. On a parlé de sa carrière de culturiste, de son métier d'acteur, de sa vie politique et de sa vie personnelle qui a été parfois houleuse. Avec humour et intelligence, «le Terminator» parle de tout ceci. Né dans un petit village en Autriche, celui qui est devenu gouverneur de la Californie a immigré aux États-Unis et a connu une carrière fulgurante. En épousant Maria Shriver, il a intégré une des familles les plus célèbres de nos voisins du Sud, les Kennedy. L'autobiographie de 650 pages est abondamment illustrée.

FRANCIS BO

Les meilleures recettes sans produits laitiers

Mini C et Tanya Haffner – Guy Saint-Jean

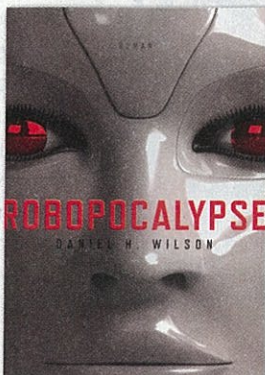


Ces auteures font remarquer que beaucoup de gens sur la planète sont intolérants au lactose. La première est consultante culinaire, la seconde diététiste, et leur livre est destiné à cette clientèle bien ciblée. Les 100 recettes répertoriées excluent donc les produits laitiers. Dans la même collection, on trouve déjà des ouvrages consacrés à des recettes sans gluten, pour les diabétiques, anti-ménopause ou contre l'hypertension. Ici, on donne des informations sur les allergies, des menus types, une liste de tous les substituts des produits laitiers et des conseils pour bien nourrir les bébés et les enfants. Illustré en couleur et fort appétissant.

LOUISE JA

Robopocalypse

Daniel H. Wilson – Fleuve noir



Des robots qui cherchent à nous anéantir, c'est un sujet classique de science-fiction. En voici une version terrestre, dans laquelle les robots qui attaquent sont des objets électroniques familiers comme internet et le GPS. Dans le contexte de l'histoire reste la guerre pour les péripéties pour trouver comment juguler l'ennemi. Le narrateur est un soldat; il nous relate les faits qui ont permis de gagner cette guerre. Le ton est familier, souvent «parlé», et les amateurs de roman d'action y trouveront leur compte.

DANIELLE DES