



Bibliographie

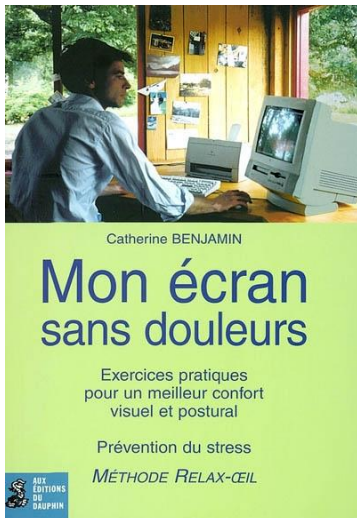
La santé de nos yeux

CHARLEROI
BIBLIOTHÈQUES



Décembre 2021

Documentaires Adultes



BENJAMIN Catherine

Mon écran sans douleurs : exercices pratiques pour un meilleur confort visuel et corporel; prévention du stress : méthode relax-œil

Editions du Dauphin, 2002

ISBN : 9782716312332

« Une orthoptiste apprend à contrôler, par des exercices simples et efficaces, les fatigues visuelles, à gérer les tensions musculaires et à comprendre par un travail de relaxation, les réactions de détente. Cette méthode est basée sur la libération des tensions par l'acquisition de réflexes utiles pour un meilleur confort visuel et postural.»

→ Bibliothèque de Couillet

MOREAU Yves, GIACOMETTI Marie-Anne

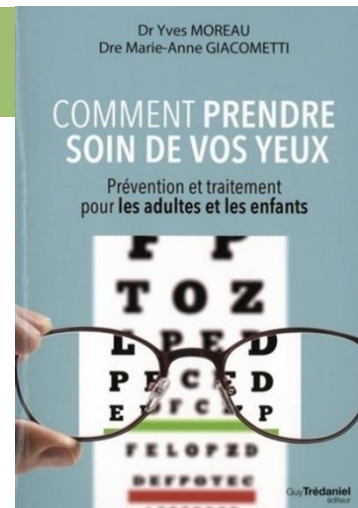
Comment prendre soin de vos yeux : prévention et traitement pour les adultes et les enfants

Editions Guy Trédaniel, 2019

ISBN : 9782813220837

« Des conseils et des règles à respecter sous forme de questions et de réponses pour préserver son capital vue. Au moyen de nombreux schémas, les ophtalmologistes expliquent le fonctionnement de l'œil, décrivent ses principales maladies et présentent les différentes voies thérapeutiques pour les guérir.»

→ Bibliothèque Langlois



BAUDOIN Christophe, FELIX Didier

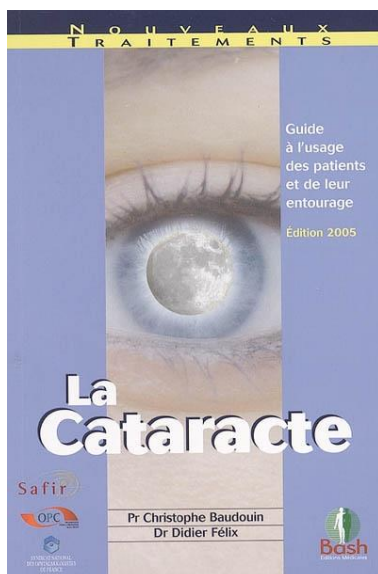
La cataracte : guide à l'usage des patients et de leur entourage

Editions BASH (Nouveaux traitements), 2005

ISBN : 9782845040304

« Donne des éléments pour mieux connaître la cataracte, gérer ses traitements et se préparer à une intervention chirurgicale.»

→ Bibliothèque Rimbaud



MARX Christophe

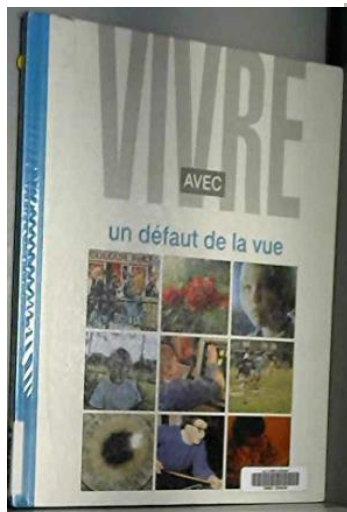
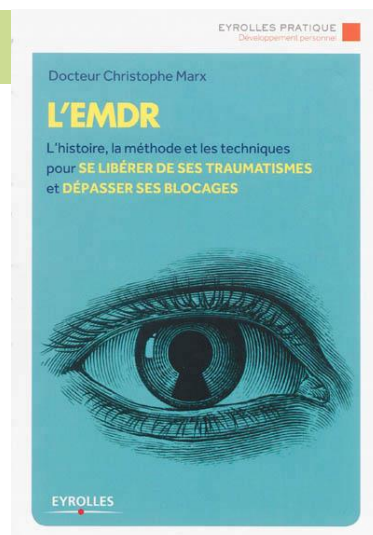
L'EMDR

Eyrolles (Eyrolles pratique. Développement personnel), 2013

ISBN : 9782212557954

« Une histoire des techniques et des pratiques de l'EMDR, méthode thérapeutique de désensibilisation et reprogrammation par mouvement des yeux. Cette méthode, découverte en 1987 par F. Shapiro, est fondée sur la stimulation bilatérale alternée par des mouvements oculaires, ou un toucher, ou un son, en même temps que le patient revit son problème. »

→ Bibliothèque Rimbaud ; Bibliothèque de Marchienne-au-Pont



PARKER Steve

Vivre avec un défaut de la vue

Gamma (Vivre avec), 1991

ISBN : 9782713011719

« Les causes, les traitements et la prévention des problèmes visuels sont expliqués en termes médicaux simples. Des conseils aideront les handicapés à s'accommoder le mieux possible de leur situation particulière. »

→ Bibliothèque Langlois

CUVELLIER Dominique

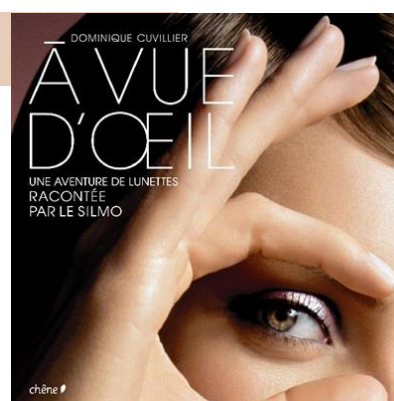
A vue d'œil : une aventure de lunettes

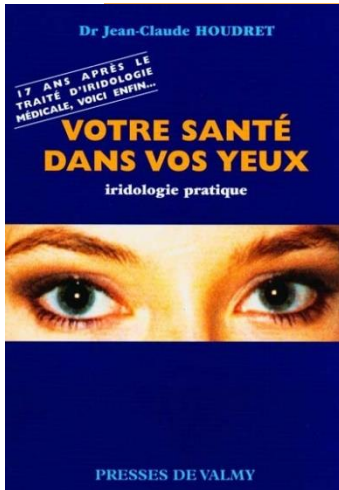
Editions du Chêne, 2007

ISBN : 9782842777470

« Cet ouvrage retrace l'histoire des lunettes des origines à aujourd'hui, avec un développement important consacré aux quarante dernières années, période de foisonnement créatif. Il montre comment cet objet familier, conçu pour rectifier la vue, est devenu un accessoire fashion, notamment pour les lunettes solaires. »

→ Bibliothèque Rimbaud ; Bibliothèque Langlois





HOUDRET Jean-Claude

Votre santé dans vos yeux : iridologie pratique

Presses de Valmy, 2001

ISBN : 9782910733711

« L'auteur, phytothérapeute et homéopathe, explique les possibilités de la technique de l'iridologie et ses applications dans la prévention des maladies. Il explique aussi comment utiliser toutes les possibilités des médecines naturelles pour être et se maintenir en bonne santé. »

→ Bibliothèque Langlois

PENICHOT Alain

Yoga des yeux : améliorez votre vision, diminuez votre fatigue oculaire

Editions Marie-Claire (Santé, bien-être), 2018

ISBN : 9791032303368

« Des exercices à pratiquer cinq minutes par jour pour retrouver ou améliorer sa vue abîmée par le travail sur ordinateur, la pollution, les ondes ou le stress. »

→ Bibliothèque Langlois



A. et J. Passebecq

La santé de vos yeux

Rééducation visuelle et régénération oculaire par les méthodes naturelles.

Comment soigner sans lunettes, sans médicaments ni opération les troubles de l'accommodation et les maladies des yeux.



Dangles

PASSEBECQ André, PASSEBECQ Jeanine

La Santé de vos yeux : rééducation visuelle et régénération oculaire par les méthodes naturelles

Dangles (Santé naturelle), 1995

ISBN : 9782703302056

« Les troubles de la vue et les maladies des yeux sont de plus en plus fréquents et durables malgré l'importance croissante des moyens médicaux et chirurgicaux mis en œuvre. »

→ Bibliothèque Langlois

BOKOBZA Yves

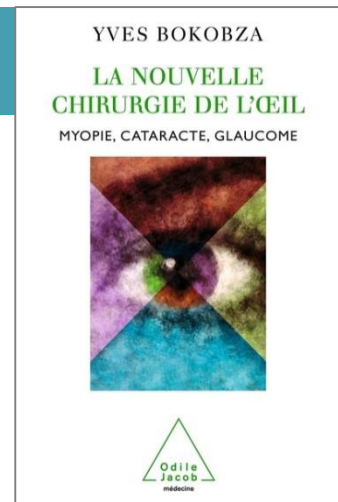
La nouvelle chirurgie de l'œil : myopie, cataracte, glaucome

Editions O. Jacob, 2005

ISBN : 9782738115812

« Fait le point sur les dernières avancées en ophtalmologie et plus précisément en chirurgie de l'œil, notamment les techniques de microchirurgie et de chirurgie au laser. Décrit le diagnostic et le traitement de l'ensemble des pathologies oculaires. »

→ Bibliothèque Rimbaud



PENICHOT Alain

Yoga du visage et Yoga des yeux : techniques de bien-être associés

Marie-Claire, 2019

ISBN : 9791032304747

« Des exercices d'automassage à pratiquer au quotidien en vue de réduire sa fatigue oculaire, de garder un visage souple et tonique ou de lutter contre les effets du stress et de la pollution. »

→ Bibliothèque de Gilly

NGATCHA-RIBERT Laëtitia

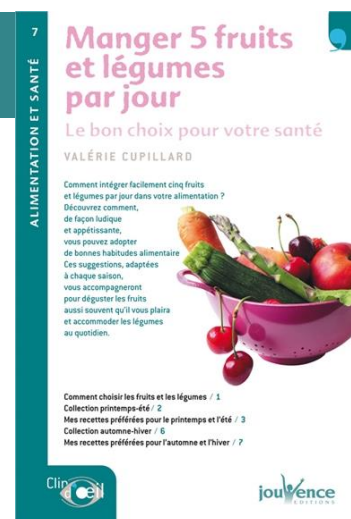
Manger 5 fruits et légumes par jour : le bon choix pour votre santé

Jouvence, 2009

ISBN : 9782940420063

« Des conseils sur une journée pour manger des fruits frais, secs ou pressés avec des indications sur le choix des fruits, les moyens de les acheter moins cher, la manière dont ils peuvent remplacer certains éléments du repas, etc. »

→ Bibliothèque de Jumet



FEELEY Helen

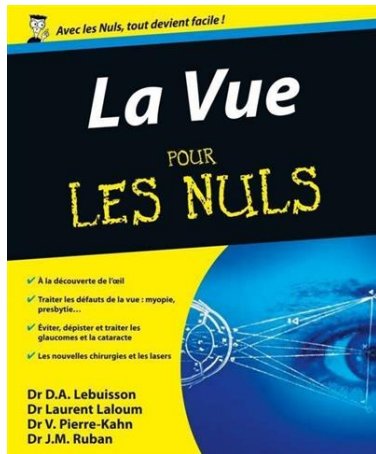
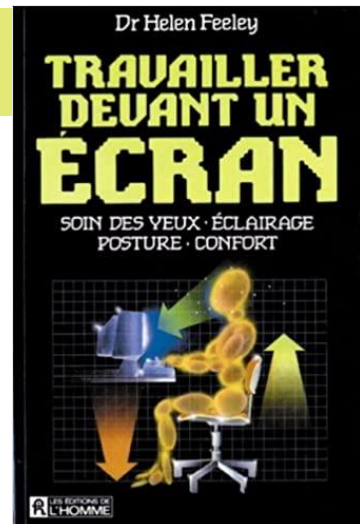
Travailler devant un écran : soin des yeux, éclairage, posture

Les éditions de l'Homme, 1985

ISBN : 9782761905367

« Travailler devant un écran s'adresse aux personnes qui utilisent quotidiennement un écran cathodique et qui se soucient de leur confort et de leur santé. Ce guide nous renseigne au sujet des effets sur l'organisme, et en particulier sur les yeux, qu'entraîne souvent le travail devant un écran cathodique. Il aborde un grand nombre de questions, depuis la fatigue et le stress jusqu'à la posture et au type d'éclairage requis.»

➔ Bibliothèque Langlois



LALOUM Laurent, PIERRE-KAHN Vincent, RUBAN Jean-Marc

La vue pour les nuls

First, 2013

ISBN : 9782754040921

« A jour des dernières découvertes de la médecine et de la chirurgie, ce livre répond à toutes les questions posées sur la vue et rectifie les idées reçues.»

➔ Bibliothèque de Gilly ; Bibliothèque de Monceau-sur-Sambre ; Bibliothèque Langlois

Articles de périodiques

Outre cette sélection d'ouvrages, nous vous invitons à poursuivre votre recherche sur la base de données Périoclic.

Il s'agit d'un répertoire des revues et articles disponibles dans les bibliothèques publiques de la Fédération Wallonie-Bruxelles. Certaines bibliothèques publiques de la FWB et leurs partenaires y détaillent leurs états de collection.

A la suite de votre recherche, demandez gratuitement par mail une copie des articles qui vous intéressent aux bibliothèques reprises dans la liste de résultats.

PerioClic

disponible à l'adresse suivante : <https://www.webopac.cfwb.be/periodic/search/simple>

Documentaires, Albums et Romans Jeunesse

PERETTI Paola

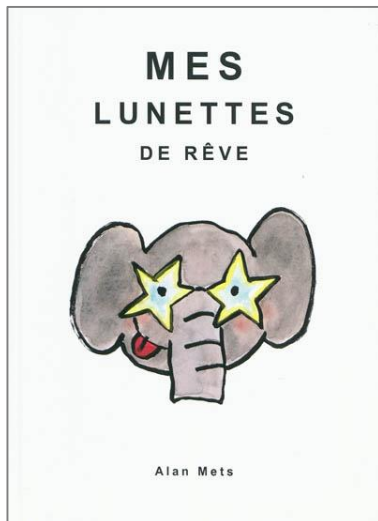
Du haut de mon cerisier

Gallimard Jeunesse, 2019

ISBN : 9782075106948

« Mafalda a 9 ans, elle aime jouer au foot, s'occuper de son chat, lire et regarder les étoiles. Mais sa vue se dégrade rapidement et elle sera bientôt dans le noir. Pour faire face à l'obscurité, elle doit affronter ses peurs, établir de nouveaux repères et ne jamais baisser les bras en faisant confiance aux autres et à soi-même. Inspiré par la propre histoire de l'auteure.»

- ➔ Bibliothèque Rimbaud ; Bibliothèque de Couillet ; Bibliothèque de Marcinelle ; Bibliothèque Langlois



METS Alan

Mes lunettes de rêve

L'École des Loisirs, 2009

ISBN : 9782211097734

« Un petit éléphant doit porter des lunettes car il ne voit pas ce qui est écrit au tableau. Sa mère les choisit rondes alors qu'il les voulait en forme d'étoiles. A l'école, Julien se moque de ses lunettes et celles-ci se retrouvent cassées pendant la bagarre.»

- ➔ Bibliothèque Rimbaud ; Bibliothèque de Couillet ; Bibliothèque de Gosselies ; Bibliothèque de Goutroux ; Bibliothèque de Jumet ; Bibliothèque de Marchienne-au-Pont ; Bibliothèque de Marcinelle ; Bibliothèque de Monceau-sur-Sambre ; Bibliothèque de Mont-sur-Marchienne ; Bibliothèque de Ransart

DENOYER Alexandre, ROSTENE William

L'œil à la loupe

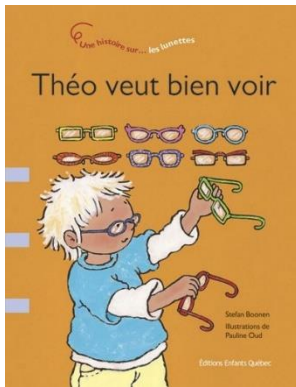
Le Pommier, 2016

ISBN : 9782746511163

« Adrien, Gaspard, Violette et Charlotte visitent un zoo en compagnie de leur chat Vanille. Ils découvrent la vision de certains animaux (aigles, girafes, lynx, etc.) et la comparent avec celles des hommes.»

- ➔ Bibliothèque Rimbaud





BOONEN Stefan

Théo veut bien voir : une histoire sur ... les lunettes

Editions Enfants Québec, 2007

ISBN : 9782923347653

« " On joue à la balle? " demande Léa."Ah non! répond Théo. Je préfère jouer à autre chose. " Théo n'aime pas jouer à la balle. Souvent, il la lance trop loin ou il n'arrive pas à l'attraper. Quand il joue avec ses amis, certains se fâchent contre lui. Théo a un problème de vision.»

➔ Bibliothèque Rimbaud

MOUNDLIC Charlotte, DEISS Véronique

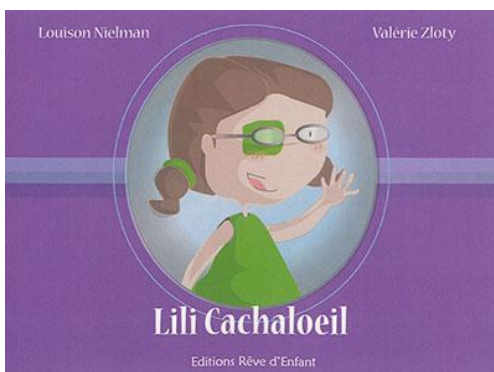
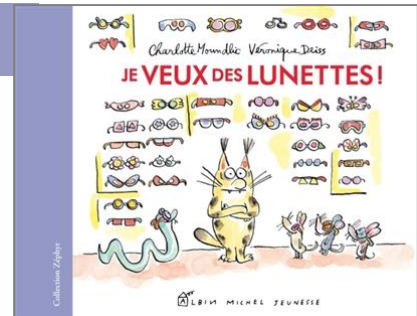
Je veux des lunettes !

Albin Michel Jeunesse (Zéphyr), 2010

ISBN : 9782226207272

« Firmin a pour passion les lunettes. Il faut dire que dans sa famille, on est opticien de père en fils. Malheureusement pour lui, il est doté d'une vue parfaite...»

➔ Bibliothèque Rimbaud



NIELMAN Louison, ZLOTY Valérie

Lili Cachaloeil

Editions Rêve d'enfant, 2015

ISBN : 9791091282901

« Depuis qu'elle est allée voir le docteur Kivoitou, Lili doit porter un cache sur son oeil pour le rééduquer. Si elle rechigne au début, la petite fille découvre bientôt qu'avec un peu de fantaisie, elle peut le rendre joli. L'histoire est suivie de jeux pour aborder de façon ludique la rééducation orthoptique.»

➔ Bibliothèque Langlois

LEDU Stéphanie

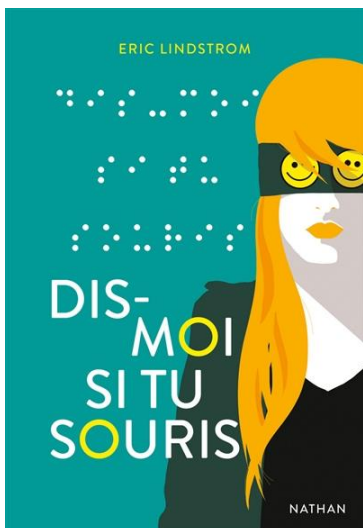
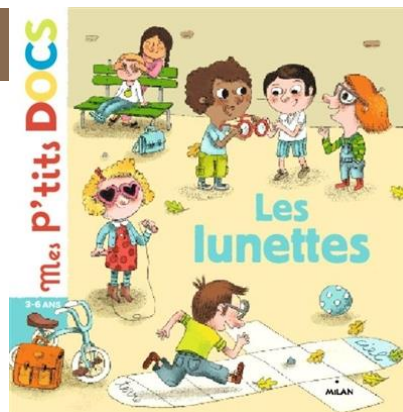
Les lunettes

Milan (Mes p'tits docs), 2013

ISBN : 9782745961709

« Un documentaire qui aborde les lunettes, objets courants pour un grand nombre d'enfants : comment se les approprier et les accepter, à quoi servent-elles, etc.»

- ➔ Bibliothèque Rimbaud ; Bibliothèque Langlois ; Bibliothèque de Gilly ; Bibliothèque de Goutroux ; Bibliothèque de Marcinelle ; Bibliothèque de Mont-sur-Marchienne ; Bibliothèque de Roux



LINDSTROM Eric

Dis-moi si tu souris

Nathan, 2016

ISBN : 9782092563274

« Parker est une jeune fille de 16 ans qui est aveugle. Pour communiquer avec les autres, elle a établi des règles. Depuis la trahison de Scott, son petit copain, elle a du mal à faire confiance aux gens et ne veut plus donner de seconde chance à qui que ce soit. Mais la réapparition de Scott dans sa vie va chambouler tous ses principes. »

- ➔ Bibliothèque Rimbaud