

Les adolescents :

(La) boulimie, sortir de l'engrenage

SHANKLAND, R. et VAN LERBERGHE, C. - De la Martinière, 2004. – Livre jeunesse

La boulimie, trouble du comportement alimentaire, touche de plus en plus de jeunes gens. Ingurgiter des aliments jusqu'à n'en plus pouvoir, pour mieux se faire vomir ensuite : voici ce qu'est une crise de boulimie. Mais derrière ce comportement se cache un problème psychologique à identifier pour pouvoir vaincre la maladie. Pourquoi devient-on boulimique ? Quels sont les signes précurseurs et les risques encourus ? Quelles sont les solutions pour surmonter cette maladie ?

Marre des kilos en trop

BOUTAUDOU, S. - De la Martinière jeunesse, 2006. – Documentaire pour adolescent

Le problème des adolescents ayant des kilos en trop est abordé en fonction de différents critères : les moqueries quotidiennes, le problème du choix des vêtements, les relations amoureuses difficiles, etc. L'objectif de l'ouvrage est d'identifier l'origine du surpoids et d'y remédier, en déterminant tout d'abord si le problème est réel ou imaginaire.

Mincir, oui mais comment ?

BELOUZE-STORM, M. – De la Martinière jeunesse, 2003. – Documentaire pour adolescent

« La fermeture éclair de votre jean ne veut plus fermer ? Vous ne rentrez plus dans votre maillot de bain de l'été dernier ? Que faire quand on a effectivement quelques kilos en trop et qu'on a constaté que le énième régime à la mode ne tient pas ses promesses. Dans ce livre, pas de régime à la va-vite, mais seulement des conseils pour maigrir avec efficacité et sérieux. Un guide bourré d'idées et de trucs simples, astucieux et efficaces pour vous aider à prendre une fois pour toutes le taureau par les cornes ! »