



## ÉCO-LECTURES

Cette sélection de documents te permettra de te confronter aux défis pressants liés aux changements climatiques. Nous avons choisi des ressources qui pourront t'inspirer, t'informer ou même te révolter. Cette liste s'adresse autant aux personnes très engagées qu'aux personnes moins informées qui souhaitent le devenir davantage. C'est ensemble que nous pourrons faire face à ces défis de taille! Bonne lecture!



**S'INFORMER P.2**



**MERS ET OCÉANS P.7**



**ÉCOANXIÉTÉ P.3**



**APPRÉCIER LA NATURE P.8**



**PISTES D' ACTIONS P.4**



**CHANGER SES HABITUDES P.9**



**RÉVOLUTION ÉCOLOGIQUE P.5**



**POUR ALLER PLUS LOIN P.10**



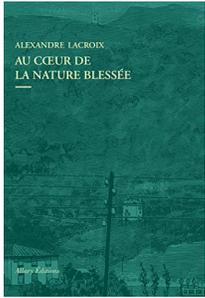
**ÉCOFÉMINISME P.6**





# S'INFORMER

## Pour savoir quoi répondre aux climatosceptiques



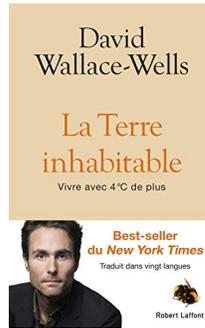
**Au coeur de la nature blessée : essai**  
/ Lacroix, Alexandre.  
**Campus de Charlesbourg**  
Documentaires  
GF90 L147 2022



**L'écologie** / Jacquemot, Pierre.  
**Campus de Québec**  
Collection générale  
QH541 J191 2020



**Nous avons mangé la Terre : l'événement anthropocène** / Bonneuil, Christophe [et al].  
**Campus de Charlesbourg**  
Documentaires  
GF75 B717 2022  
**Campus de Québec**  
Collection générale  
GF75 B717 2022



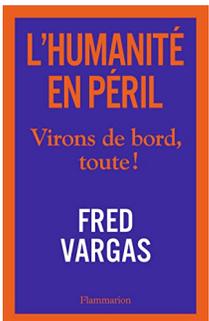
**La Terre inhabitable : vivre avec 4°C de plus** / Wallace-Wells, David & Leclère, Cécile.  
**Campus de Charlesbourg**  
Documentaires  
GF75 W195 2019  
**Campus de Québec**  
Collection générale  
GF75 W195 2019



**Les limites planétaires** / Boutaud, Aurélien & Gondran, Natacha.  
**Campus de Charlesbourg**  
Documentaires  
GE140 B778 2020



**Le grand livre du climat** / Thunberg, Greta [et al].  
**Campus de Québec**  
Collection générale  
QC903 G751 2022



**L'humanité en péril** / Vargas, Fred.  
**Campus de Charlesbourg**  
Documentaires  
GE140 V297 2019 v.1  
GE140 V297 2019 v.2  
**En ligne (livre audio)**  
Application Libby  
[bit.ly/humaniteperil](http://bit.ly/humaniteperil)



**Quand la forêt brûle : penser la nouvelle catastrophe écologique** / Zask, Joëlle.  
**Campus de Charlesbourg**  
Documentaires  
GE146 Z38 2019  
**Campus de Québec**  
Collection générale  
GE146 Z38 2019



**La Terre vue du coeur** / Reeves, Hubert [et al].  
**Campus de Québec**  
Collection générale  
QH 541.15 B56 R332 2019



**Pourquoi détruit-on la planète? : le cerveau d'Homo sapiens est-il capable de préserver la Terre?** / Ripoll, Thierry.  
**Campus de Québec**  
Collection générale  
GF75 R593 2022



# ÉCOANXIÉTÉ

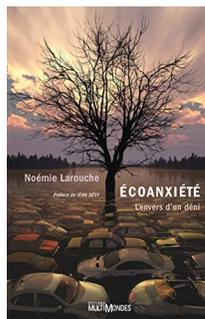
Pour te sentir moins seul.e avec tes émotions

3



**Apprivoiser l'écoanxiété : et faire de ses écoémotions un moteur de changement** / St-Jean, Karine & Waridel, Laure.

**Campus de Charlesbourg**  
Documentaires  
BF575 A6 S774 2020  
**Campus de Québec**  
Collection générale  
BF575 A6 S774 2020



**Écoanxiété : l'envers d'un déni** / Larouche, Noémie & Désy, Jean.

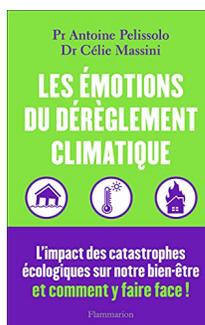
**Campus de Québec**  
Collection générale  
BF575 A6 L332 2021



**L'apocalypse durable : pamphlet à l'usage des écoanxieux pour radicaliser leur famille** / Dubé, Fred.

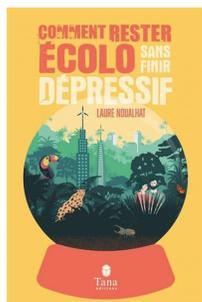
**Campus de Charlesbourg**  
Documentaires  
BF353.5 C55 D814 2021  
**Campus de Québec**  
Collection générale  
BF353.5 C55 D814 2021

**En ligne (livre numérique)**  
Application Libby  
[bit.ly/apocalypsedurable](http://bit.ly/apocalypsedurable)



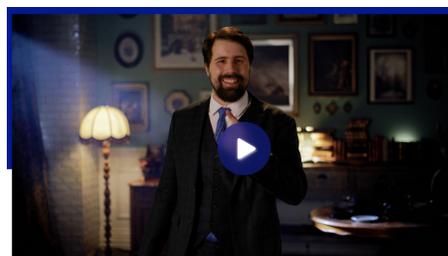
**Les émotions du dérèglement climatique : canicules, inondations, pollution...** / Pelissolo, Antoine & Massini, Célia.

**Campus de Québec**  
Collection générale  
BF353.5 C55 P384 2021



**Comment rester écolo sans finir dépressif** / Noualhat, Laure.

**Campus de Charlesbourg**  
Documentaires  
BF575 N924 2020



**L'environnement** / Philo pop.

**En ligne (vidéo)**  
Télé-Québec en classe  
[bit.ly/envirotqc](http://bit.ly/envirotqc)



Le livre que tu souhaites consulter n'est pas à ton campus? Pas de soucis!

- Réserve l'item que tu souhaites faire venir de l'autre campus.
- Prévois un délai d'une journée pour la livraison entre le campus de Québec et celui de Charlesbourg.



Tu as besoin de plus qu'un livre?

- Consulte la page sur la gestion du stress de l'aide psychosociale du Cégep ([bit.ly/3RjMG99](http://bit.ly/3RjMG99))
- Contacte-les!

Service de la psychologie  
**Campus de Québec:** 418 647-6600 #6651, local 1452  
**Campus de Charlesbourg:** 418 647-6600 #3801, local 1127  
Par MIO: Orientation psychologie



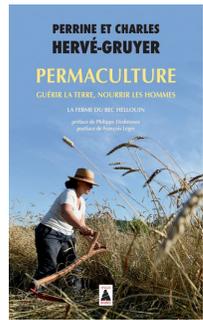


# PISTES D' ACTIONS

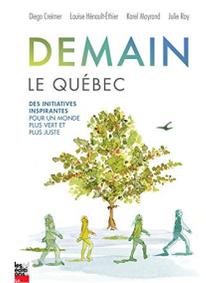
Pour t'inspirer et te donner une dose d'espoir



**Des poissons dans le désert : quand l'homme répare la nature** / Kolbert, Elizabeth & Borraz, Hélène.  
**Campus de Québec**  
Collection générale  
GF75 K81 2022



**Permaculture : guérir la terre, nourrir les hommes** / Hervé-Gruyer, Perrine.  
**Campus de Charlesbourg**  
Documentaires  
S494.5 H577 2021



**Demain le Québec : des initiatives inspirantes pour un monde plus vert et plus juste** / Hénault-Éthier, Louise [et al].  
**Campus de Charlesbourg**  
Documentaires  
HC120 E5 C914 2018  
**Campus de Québec**  
Collection générale  
HC120 E5 C914 2018  
**En ligne (livre numérique)**  
Application Libby  
[bit.ly/demainqc](http://bit.ly/demainqc)



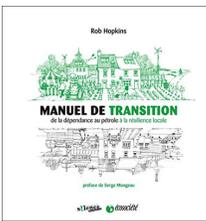
**La transition, c'est maintenant : choisir aujourd'hui ce que sera demain** / Waridel, Laure.  
**Campus de Charlesbourg**  
Documentaires  
HC79 E5 W276 2019  
**Campus de Québec**  
Collection générale  
HC79 E5 W276 2019



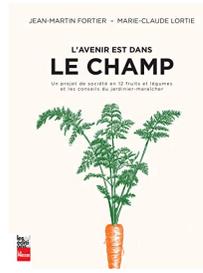
**Déchets partout, justice nulle part : manifeste pour une projet de société "zéro déchet, zéro gaspillage"** / Elfassi, Alice & Tourneur, Moïra.  
**Campus de Charlesbourg**  
Documentaires  
TD793.9 E39 2022



**Des vents porteurs : comment mobiliser (enfin) pour la planète** / Libaert, Thierry.  
**Campus de Charlesbourg**  
Documentaires  
GE25 L694 2020



**Manuel de transition : de la dépendance au pétrole à la résilience locale** / Hopkins, Rob.  
**Campus de Charlesbourg**  
Documentaires  
HD9502 A2 H795 2010



**L'avenir est dans le champ : un projet de société en 12 fruits et légumes et les conseils du jardinier-maraîcher** / Fortier, Jean-Martin & Lortie, Marie-Claude.  
**Campus de Charlesbourg**  
Documentaires  
S494.5 S86 F741 2019  
**Campus de Québec**  
Collection générale  
S494.5 S86 F741 2019



**Des microforêts en ville / La semaine verte.**  
**En ligne (vidéo)**  
Curio  
[bit.ly/microforets](http://bit.ly/microforets)





# RÉVOLUTION ÉCOLOGIQUE

Parce que nous sommes plusieurs à vouloir changer le monde

5



**Lettre aux écolos impatientes et à ceux qui trouvent qu'ils exagèrent : essai sur la radicalité / Séguin, Hugo.**  
Campus de Québec  
collection générale  
GE195 S456 2022



**Le plus grand défi de l'histoire de l'humanité : face à la catastrophe écologique et sociale / Barrau, Aurélien.**  
Campus de Québec  
Collection générale  
GF41 B269 2019  
**En ligne (livre numérique)**  
Application Libby  
[bit.ly/plusgranddefi](http://bit.ly/plusgranddefi)



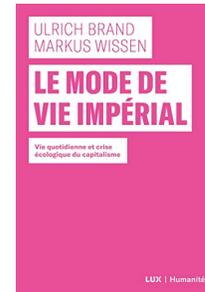
**Après le capitalisme : essai d'écologie politique / Madelin, Pierre.**  
Campus de Québec  
Collection générale  
JA75.8 M181 2017



**La tentation écofasciste : écologie et extrême-droite / Madelin, Pierre.**  
Campus de Charlesbourg  
Documentaires  
JC481 M181 2023



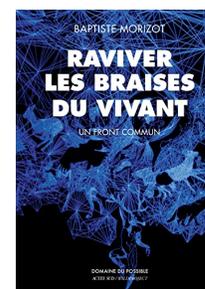
**Mémo sur la nouvelle classe écologique : comment faire émerger une classe écologique consciente et fière d'elle-même / Latour, Bruno & Schultz, Nikolaj.**  
Campus de Québec  
Collection générale  
JA75.8 L359 2022



**Le mode de vie impérial : vie quotidienne et crise écologique du capitalisme / Brand, Ulrich [et al].**  
Campus de Charlesbourg  
Documentaires  
HC79 E5 B817 2021  
**En ligne (livre numérique)**  
Application Libby  
[bit.ly/modeimperial](http://bit.ly/modeimperial)



**La pensée écologique / Morton, Timothy & Wajsbrot, Cécile.**  
Campus de Québec  
Collection générale  
QH540.5 M891 2019



**Raviver les braises du vivant : un front commun / Morizot, Baptiste.**  
Campus de Québec  
Collection générale  
GF75 M862 2020



**Environnement : passer aux actes / Banc public.**  
**En ligne (vidéo)**  
Télé-Québec en classe  
[bit.ly/actestqc](http://bit.ly/actestqc)



**La maison brûle : Plaidoyer pour un New Deal vert / Klein, Naomi & Calvé, Nicolas.**  
Campus de Charlesbourg  
Documentaires  
GE220 K64 2019  
Campus de Québec  
Collection générale  
GE220 K64 2019  
**En ligne (livre numérique)**  
Application Libby  
[bit.ly/maisonbrule](http://bit.ly/maisonbrule)



# ÉCOFÉMINISME

Pour rallier deux causes qui te tiennent à coeur

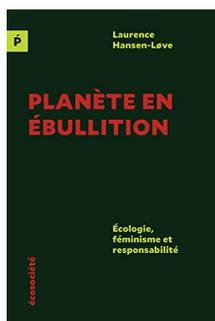
6



**Restons vivantes : femmes, écologie et lutte pour la survie / Shiva, Vandana [et al].**  
**Campus de Québec**  
Collection générale  
HQ1240.5 I38 S558 2022



**Faire partie du monde : réflexions écoféministes / Casselot, Marie-Anne & Lefebvre-Faucher, Valérie.**  
**Campus de Québec**  
Collection générale  
HQ1194 F165 2017



**Planète en ébullition : écologie, féminisme et responsabilité / Hansen-Løve, Laurence.**  
**Campus de Québec**  
Collection générale  
GE195 H249 2022



**Le féminisme ou la mort / Eaubonne, Françoise d'.**  
**Campus de Québec**  
Collection générale  
HQ1194 E14 2020



**Quotidien politique : féminisme, écologie et subsistance / Pruvost, Geneviève.**  
**Campus de Québec**  
Collection générale  
HM831 P972 2021



**Futur-es : comment le féminisme peut sauver le monde / Bastide, Lauren.**  
**Campus de Charlesbourg**  
Documentaires  
HQ1190 B326 2022



**Écologies déviantes : voyage en terres queers / Lecerf Maulpoix, Cy.**  
**Campus de Québec**  
Collection générale  
HQ76.5 L457 2021



**Manifeste céleste : aventures spirituelles en bottes à cap / O'Green, Pattie & Delas, Delphine.**  
**Campus de Québec**  
Collection générale  
PS8629 O35 M278 2021



Accède à la liste complète des éco-lectures directement sur Koha!  
Tu n'as rien pour lire le code QR? Pas de soucis! Sur la page Internet du catalogue Koha, tu trouveras en haut à gauche l'option «Listes». En sélectionnant l'option «Tout voir» tu vas trouver la liste intitulée **Éco-lectures**.



Bonne lecture!



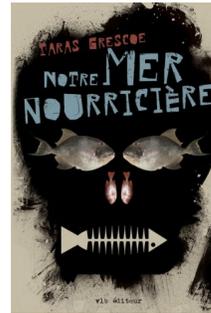
# MERS ET OCÉANS

7

Parce que ça représente environ 70% de notre planète



**3 minutes pour comprendre le rôle, l'évolution et les enjeux des mers et océans** / Lenn, Yueng-Djern [et al].  
**Campus de Québec**  
Collection générale  
GC21 T845 2021



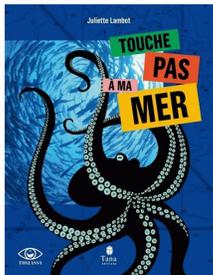
**Notre mer nourricière : comment le poisson dans notre assiette détruit la planète** / Grescoe, Taras & Rioux, Hélène.  
**Campus de Charlesbourg**  
Documentaires  
TX385 G831 2010



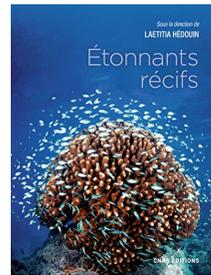
**Demain l'océan : des milliers d'initiatives pour sauver la mer... et l'humanité** / Verlomme, Hugo & Pouw, Sander.  
**Campus de Québec**  
Collection générale  
GC1015.2 V521 2018



**La mer autour de nous** / Carson, Rachel.  
**Campus de Québec**  
Collection générale  
GC21 C321 2019



**Touche pas à ma mer** / Lambot, Juliette.  
**Campus de Québec**  
Collection générale  
QH541.5 S3 L225 2021



**Étonnants récifs : les écosystèmes coralliens** / Hédouin, Laetitia & Gaill, Françoise.  
**Campus de Charlesbourg**  
Documentaires  
QE565 E85 2021



**Au nom des requins** / Sarano, François [et al].  
**Campus de Québec**  
Collection générale  
QL638.9 S243 2022



**S.O.S. Océans en détresse** / La semaine verte.

**En ligne (vidéo)**

Curio

[bit.ly/oceanscurio](https://bit.ly/oceanscurio)





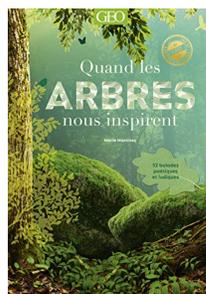
# APPRÉCIER LA NATURE

Pour comprendre ce que qu'il faut protéger

8



**Où se cache la biodiversité en ville? : 90 clés pour comprendre la nature en ville** / Clergeau, Philippe & Machon, Nathalie.  
**Campus de Charlesbourg**  
Documentaires  
QH541.5 C6 C629 2022



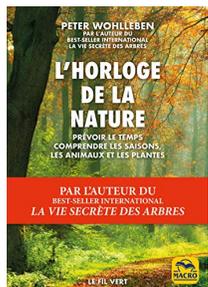
**Quand les arbres nous inspirent : 52 balades poétiques et ludiques** / Martinez, Marie.  
**Campus de Québec**  
Collection générale  
SD387 P8 M385 2019



**Les veilleurs du vivant : avec les naturalistes amateurs** / Manceron, Vanessa.  
**Campus de Québec**  
Collection générale  
QH541 M268 2022



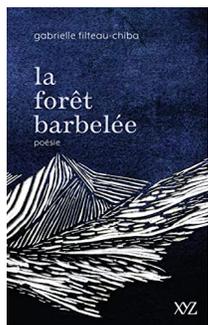
**À la recherche de l'arbre-mère : découvrir la sagesse de la forêt** / Simard, Suzanne & Le Charpentier, Laurence.  
**Campus de Québec**  
Collection générale  
SD411.52 S588 A3 2022



**L'horloge de la nature : prévoir le temps, comprendre les saisons, les animaux et les plantes** / Wohlleben, Peter & Palet, Laurent t.  
**Campus de Québec**  
Collection générale  
QH81 W846 2017



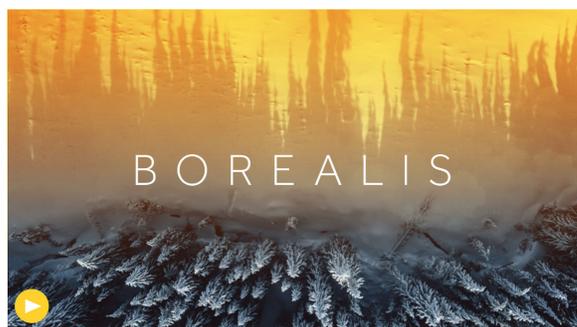
**La forêt hyperconnectée** / Martin, Francis.  
**Campus de Charlesbourg**  
Documentaires  
QH541.5 F6 M379 2022



**La forêt barbelée : poésie** / Filteau-Chiba, Gabrielle.  
**Campus de Québec**  
Collection générale  
PS8611 F489 F718 2022



**Écologie, communauté et style de vie** / Naess, Arne [et al].  
**Campus de Québec**  
Collection générale  
GF21 N144 2020



**Borealis** / McMahon, Kevin.  
**En ligne (vidéo)**  
ONF campus  
[bit.ly/borealisnf](https://bit.ly/borealisnf)





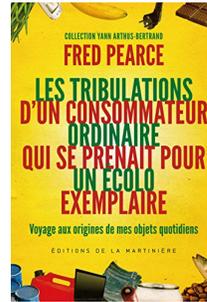
# CHANGER SES HABITUDES

9

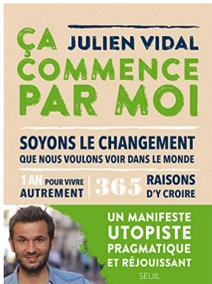
Pour aider la planète un petit geste à la fois



**Vivre sans plastique : des outils écologiques à notre portée /** Plamondon, Chantal [et al].  
**Campus de Charlesbourg**  
 Documentaires  
 TD793.9 P698 2019  
**Campus de Québec**  
 Collection générale  
 TD793.9 P698 2019



**Les tribulations d'un consommateur ordinaire qui se prenait pour un écolo exemplaire : [voyage aux origines de mes objets quotidiens] /** Pearce, Fred & Carasso, Adèle.  
**Campus de Québec**  
 Collection générale  
 GE196 P359 2010



**Ça commence par moi : soyons le changement que nous voulons voir dans le monde /** Vidal, Julien & Balez, Olivier.  
**Campus de Charlesbourg**  
 Documentaires  
 TD171.7 V648 2018



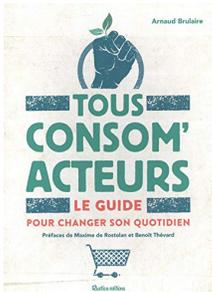
**La méthode Y : penser et vivre la déconsommation /** Pratte, Louis-Philippe.  
**Campus de Charlesbourg**  
 Documentaires  
 HB835 P913 2022



**Écologique et autonome : Concevoir autrement son habitat /** Boudellal, Méziane.  
**Campus de Charlesbourg**  
 Documentaires  
 TH4860 B756 2011



**Sauvons la biodiversité! : les 10 actions pour (ré)agir! /** Soubelet, Hélène [et al].  
**Campus de Charlesbourg**  
 Documentaires  
 QH77.3 C57 S719 2019



**Tous consom'acteurs : le guide pour changer son quotidien /** Brulair, Arnaud [et al].  
**Campus de Charlesbourg**  
 Documentaires  
 HB 801 B787 2020



**Minimal : pour un mode de vie durable /** Barrette, Laurie & Mandréa, Stéphanie.  
**Campus de Charlesbourg**  
 Documentaires  
 BJ1496 B274 2019  
**Campus de Québec**  
 Collection générale  
 BJ1496 B274 2019  
**En ligne (livre numérique)**  
 Application Libby  
[bit.ly/guideminimal](http://bit.ly/guideminimal)



**Et si tout le monde devenait végétarien? /** Moi j'mange.  
**En ligne (vidéo)**  
 Télé-Québec en classe  
[bit.ly/vegetariantqc](http://bit.ly/vegetariantqc)





# POUR ALLER PLUS LOIN

Pour que tu ne manques pas de lectures

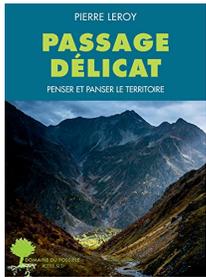
10



**Il n'est pas trop tard : la planète compte sur nous / Wohlleben, Carina & Debord, Didier.**  
**Campus de Québec**  
Collection générale  
TD171.7 W846 2022



**La chèvre et le chou : débat entre un artisan fermier et un militant végane / Lamontagne, Dominic D. & Dubé, Jean-François.**  
**Campus de Québec**  
Collection générale  
HV4708 L234 2022



**Passage délicat : penser et panser le territoire / Leroy, Pierre.**  
**Campus de Charlesbourg**  
Documentaires  
JA75.8 L621 2021



**Abeilles : la dernière danse? : histoire, vie et destin / Hanson, Thor & Leclère, Cécile.**  
**Campus de Québec**  
Collection générale  
SF538 H251 2019



**Pour une écologie du 99% : 20 mythes à déboulonner sur le capitalisme / Legault, Frédéric [et al].**  
**Campus de Charlesbourg**  
Documentaires  
HB501 L498 2021



**Comment les énergies fossiles détruisent notre santé, le climat et la biodiversité / Demeneix, Barbara & Odile Jacob.**  
**Campus de Québec**  
Collection générale  
RA427.3 D376 2022  
**En ligne (livre numérique)**  
Application Libby  
[bit.ly/energiesfossiles](http://bit.ly/energiesfossiles)



**L'Homme a mangé la Terre / Cinéphage Productions.**  
**En ligne (vidéo)**  
Stream  
[bit.ly/mangeterre](http://bit.ly/mangeterre)



**Éco-hameau : conjuguer richesse collective et richesse écologique / L'avenir nous appartient.**  
**En ligne (vidéo)**  
Télé-Québec en classe  
[bit.ly/eco-hameau](http://bit.ly/eco-hameau)

