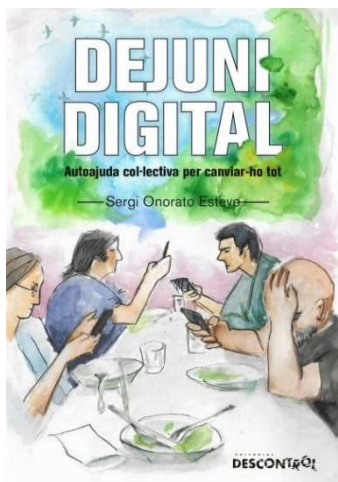


· Novetats de juliol 2022 ·

## Matèries



**Títol:** Dejuni digital : autoajuda col·lectiva per canviar-ho tot

**Autor:** Sergi Onorato Esteve

**Editorial:** Editorial Descontrol, abril 2022

**Signatura:** 616.89 Ono

**Sinopsi:** A partir d'una experiència col·lectiva de dejuni digital, aquest llibre proposa un mètode per escapar de la saturació d'un dispositiu i d'una indústria dissenyats per reclamar constantment la nostra atenció. Com en una vaga, la intenció és obrir un espai que ens permeti experimentar altres maneres de relacionar-nos amb nosaltres mateixos, amb les altres... sense estar intervingudes pels algoritmes.

Aquesta publicació ve acompanyada de tres cartes dirigides al lector/a amb indicacions per fer una pausa d'internet i les pantalles de forma saludable. Necessitem amb urgència prendre consciència, compartir el que sentim i poder decidir posar límits a les aplicacions i a les xarxes socials.

«La comunicació online s'assembla a la comunicació presencial com la llum elèctrica a la llum del Sol. Il·lumina però no escalfa.»

[Reserva'l](#)



**Títol:** España en e-bike : 88 excursiones cicloturistas inolvidables

**Autor:** Sergio Fernández Tolosa

**Editorial:** GeoPlaneta, [2022]

**Signatura:** 796.61 Fer

**Sinopsi:** En aquest llibre, Sergio Fernández Tolosa, periodista i experimentat cicloturista, proposa un total de 88 excursions per fer en un dia i descobrir a pedals la nostra muntanyosa geografia. Les rutes combinen camins, pistes forestals i carreteres de muntanya d'especial atractiu, fugint sempre de les dificultats tècniques. Compten amb descripció del recorregut, fotografies i tracks per a GPS, a més d'una guia pràctica que serà molt útil

per als que s'inicien a l'apassionant món del cicloturisme.

Un llibre inspirador i pràctic que obre el ventall de destins ciclistes, tant als que donen les seves primeres pedalades com els més experimentats que desitgen ampliar horitzons, ja sigui amb la inestimable ajuda de les e-bikes o sense.

[Reserva'l](#)

Amb el suport del Departament de Cultura



**Títol:** La Risa en la antigua Roma : sobre contar chistes, hacer cosquillas y reírse a carcajadas

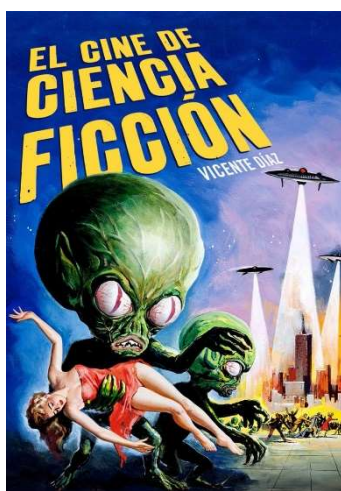
**Autora:** Mary Beard

**Editorial:** Alianza Editorial, [2022]

**Signatura:** 9(37) Bea

**Sinopsi:** Què feia riure els romans? Com entenien el riure? L'Antiga Roma era una societat on es prodigaven les bromes i els acudits? Quin paper jugava el riure al món dels tribunals de justícia, el palau imperial o els espectacles circenses? La coneguda historiadora Mary Beard, Premi Princesa d'Astúries de Ciències Socials el 2016, analitza un dels temes històrics més complexos: de què i com reien els antics romans.

[Reserva'l](#)



**Títol:** El Cine de ciencia ficción

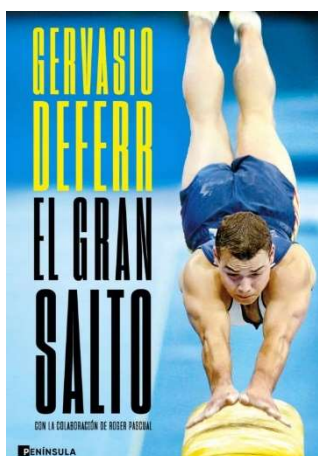
**Autor:** Vicente Díaz

**Editorial:** Notorious Ediciones, [2022]

**Signatura:** 778.5 Dia

**Sinopsi:** Des dels pioners clàssics muts fins al futurisme distòpic vuitanta, aquest llibre estudia, a través de 65 pel·lícules, els punts àlgids del gènere de ciencia-ficció. Els seus actors, directors, corrents, estils...

[Reserva'l](#)



**Títol:** El Gran salto

**Autors:** Gervasio Deferr ; amb la col·laboració de Roger Pascual

**Editorial:** Ediciones Península, febrero de 2022

**Signatura:** 796.4 Def

**Sinopsi:** La història de superació i perseverança d'un dels campions olímpics espanyols més premiats.

“La majoria de la gent només sap de mi que vaig guanyar dos ors i una plata a gimnàstica i que em van treure una medalla mundial per un porro, però molt pocs saben el preu que vaig pagar per la glòria i tot el que vaig patir abans i després de la meva retirada.”

[Reserva'l](#)

Amb el suport del Departament de Cultura



**Títol:** Metaversos : la gran revolución inmersiva

**Autor:** Óscar Peña

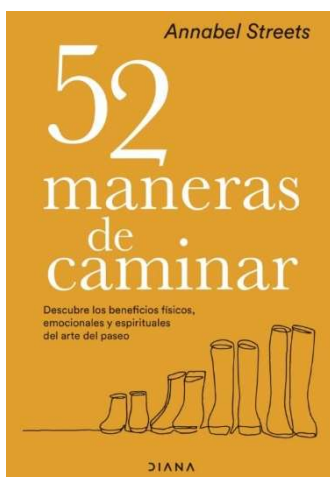
**Editorial:** Ediciones Anaya Multimedia, [2022]

**Signatura:** 681.3 Pen

**Sinopsi:** Aquest llibre és el primer en llengua hispana a parlar sobre metaversos, la gran revolució de la Internet immersiva, un punt d'inflexió que modificarà la tecnologia, l'economia i la societat tal com les coneixem. T'imagines caminant per l'avinguda principal de la teva ciutat camí de casa després d'un dur dia de feina i, assedegat, et ve de gust una cervesa que no tens? T'imagines que una lineal virtual se t'aparegués al costat de la vora de la vorera perquè poguessis comprar aquesta cervesa? I

en fer-ho, Glovo te l'enviés immediatament a casa teva per rebre-la així que arribis. Tot de manera virtual sobre un entorn real: una experiència absolutament immersiva. Al llarg d'aquestes pàgines, l'autor explica com ha evolucionat la tecnologia i la societat per fer possible que parlem avui de metaversos. El llibre està acompanyat de nombroses entrevistes i d'exemples espectaculars de grans companyies que inverteixen grans quantitats de diners per configurar aquest nou estadi d'Internet. Així mateix, aborda les eines i les solucions que, actualment, ens permeten construir i connectar tots dos mons.

[Reserva'l](#)



**Títol:** 52 maneras de caminar : descubre los beneficios físicos, emocionales y espirituales del arte del paseo

**Autora:** Diana, abril de 2022

**Editorial:** Diábolo Ediciones, gener de 2022

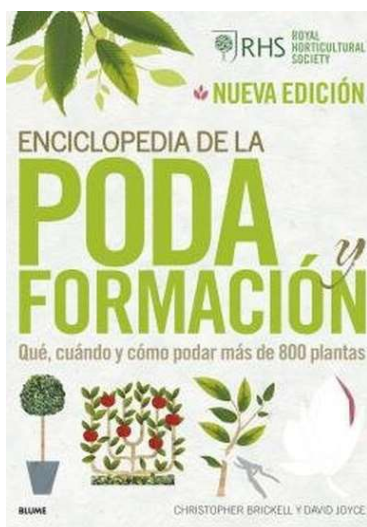
**Signatura:** 613.7 Str

**Sinopsi:** Caminar, el teu nou estil de vida: una guia senzilla i fascinant que arreplega els nombrosos beneficis d'aquesta activitat, tant en termes físics com espirituals i emocionals.

Caminar està més de moda que mai, i també és el secret més ben guardat per assolir una salut òptima, per sentir-se més feliç, més creatiu, per dormir bé, millorar la postura i esmolar la memòria. La proposta d'aquest llibre és una rutina setmanal nova, dividida per estacions, per caminar durant tot l'any. Idees, reflexions i consells que ens animaran a millorar la nostra tècnica i a adquirir noves habilitats, a buscar rutes (moltes d'elles, al costat de casa), nous companys de passeig (el cervell envelleix millor quan variem de tant en tant) i més moments per caminar. Inspirador i també basat en la ciència, aquest llibre et proposarà reptes, et servirà de suport i t'animarà tant si vols començar a caminar com si desitges afegir una mica de guspira als teus recorreguts. Una guia per gaudir al màxim de la vida, pas a pas.

[Reserva'l](#)

Amb el suport del Departament de Cultura



**Títol:** Enciclopedia de la poda y formación : qué, cuándo y cómo podar más de 800 plantas

**Autors:** Christopher Brickell y David Joyce

**Editorial:** Blume, 2022

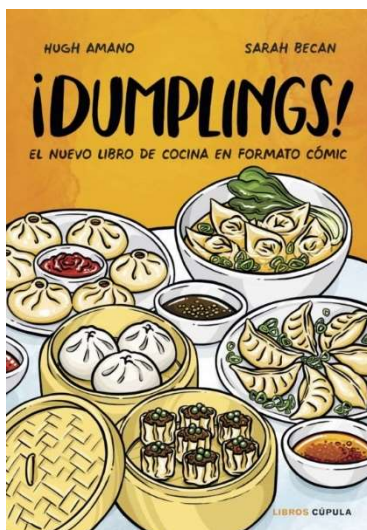
**Signatura:** 63.154 Bri

**Sinopsi:** Per on hauria de podar un roser? Quan és el millor moment per començar a formar un gessamí a una paret? Com puc incrementar la productivitat dels meus fruiters mitjançant la poda?

Descobreixi on, quan i com podar rosers, fruiters, enfiladisses i arbres i arbustos ornamentals per treure'ls el màxim partit.

Amb explicacions detallades per a cada tècnica, il·lustracions comentades que mostren el punt exacte on s'ha de tallar, i instruccions per a més de 800 plantes de jardí, aquesta és una guia pràctica imprescindible.

[Reserva'l](#)



**Títol:** ¡Dumplings! : el nuevo libro de cocina en formato cómic

**Autors:** Hugh Amano, Sarah Becan

**Editorial:** Libros Cúpula, abril de 2022

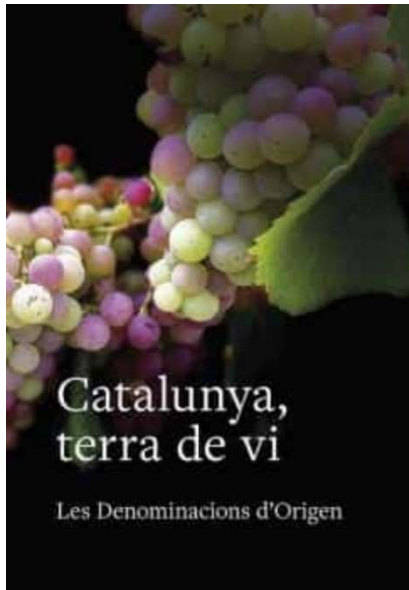
**Signatura:** 641 Ama

**Sinopsi:** El xef Hugh Amano i la il·lustradora Sarah Becan, els autors de ¡Ramen!, et conviden en aquesta nova obra a explorar el petit gran univers dels dumplings asiàtics. Un llibre ideal tant per a principiants com per a cuiners experimentats mitjançant una visió divertida d'una delícia clàssica impregnada d'història. Des de wonton fins a guotie, de buuz a momo i fins i tot saboroses gyoza, la guia experta d'Amano juntament amb les il·lustracions acolorides i detallades de Becan, demostren

que els complexos i divertits estils de plegat i els farcits carregats de sabor es poden fer perfectament i fàcilment a la cuina de casa teva.

[Reserva'l](#)

Amb el suport del Departament de Cultura



**Títol:** Catalunya, terra de vi : les denominacions d'origen

**Editorial:** Edicions i Propostes Culturals Andana SL, octubre de 2021

**Signatura:** 663.2 Cat

**Sinopsi:** El vi català d'avui és més bo que mai. No és una exageració apassionada, és una veritat tangible. El paisatge vitícola català està impregnat de valors socials, culturals, històrics, estètics i fins i tot espirituals. Els vins de Catalunya són avui un reclam per a qui vulgui beure's el paisatge i ajudar a enfortir els llaços sovint menyspreats del treball al tros, dels veraders herois de la vida real, els pagesos de terres pobres, autèntics creadors de paisatges segons Pla. Aquest llibre planta una llavor comunicativa valuosa, necessària, engalanada. A cada volta de full s'hi entreveuen

plecs de cultura ancestral, honesta, esforçada. Un mar de vinyes que llueix destacat Un llibre que beu píndoles delicioses de persones il·lustres de la cultura gastronòmica del nostre país fent una glosa de terra i de gent de vi. Un brindis per als sentits, compartint passió, saviesa i bon gust sobre els vins de Catalunya, al llarg de les denominacions d'origen. És un conreu de cultura agrària, vitalitat econòmica i vides embotellades.

[Reserva'l](#)