

9 782100 807178

10 choses que votre enfant autiste aimerait que vous sachiez

Notbohm, Ellen

L'auteure met en lumière dix caractéristiques fondamentales des enfants atteints d'autisme. Elle explique la manière dont leurs perceptions et leurs réactions sont affectées par les problèmes de communication, la vie sensorielle ou encore par l'approche du langage. Les exigences sociales auxquelles ils font face et le chemin à parcourir jusqu'à l'autonomie sont décrits.

Dunod, Malakoff (Hauts-de-Seine)

978-2-10-080717-8



9 782100 806454

2 h chrono pour mieux s'organiser : être productif et serein dans un monde chaotique

Gueniat, Julien

Un ouvrage pratique, illustré de nombreuses infographies, pour mieux appréhender ses journées grâce à des objectifs clairs, des priorités identifiées et une concentration accrue.

Dunod, Malakoff (Hauts-de-Seine)

978-2-10-080645-4



9 791097 079505

2024 : les jeux Olympiques n'ont pas eu lieu

Suivi de Vingt et une thèses sur le siècle du sport

Perelman, Marc (1953-....)

Les jeux Olympiques se déroulent en 2024 à Paris, suscitant autant d'enthousiasme que de critiques. L'auteur propose d'en analyser l'idéologie sous-jacente, en étudiant la charte olympique, les contrats entre le Comité international olympique et ses partenaires ainsi que divers documents officiels. Il en dévoile la cupidité, le consumérisme et la dangerosité pour l'équilibre social et écologique.

Editions du Détour, Paris

979-10-97079-50-5



9 782263 173790

2026 : l'année où le football deviendra américain...

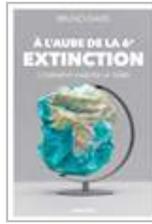
Jeanpierre, Christian

Le journaliste sportif s'inspire des histoires entendues dans les coulisses de Téléfoot et des personnes côtoyées durant sa carrière pour raconter l'histoire d'un jeune garçon qui, jugé trop faible pour pratiquer le football américain, se tourne vers le soccer dans lequel il fait carrière. Autour de lui, la NFL et la Fifa s'opposent pour la suprématie de leur sport aux

Etats-Unis.

Solar, Paris

978-2-263-17379-0



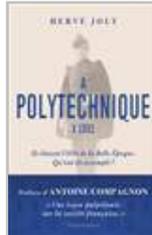
A l'aube de la 6e extinction : comment habiter la Terre

David, Bruno (1954-....)

Alors que les effets du réchauffement climatique se font désormais ressentir, l'auteur expose les dangers moins visibles menaçant la vie sur Terre, comme la disparition de nombreuses espèces qui signe le commencement d'une sixième extinction. Il met en cause la surconsommation croissante d'espace et d'énergie par l'homme dont la survie dépend aussi de l'équilibre des écosystèmes.

Grasset, Paris

978-2-246-82012-3



A Polytechnique : X 1901 : enquête sur une promotion de polytechniciens de la Belle Epoque aux Trente Glorieuses

Joly, Hervé (1966-....)

Les biographies des 180 polytechniciens de la promotion 1901 du concours d'entrée à l'Ecole polytechnique. L'auteur retrace la vie de chacun de ces hommes, de leurs origines sociales à l'ensemble de leur carrière, en passant par leurs années de formation. Certains ont atteint les plus hauts sommets du pouvoir, d'autres sont morts sur le champ de bataille ou en déportation.

Flammarion, Paris

978-2-08-151210-8



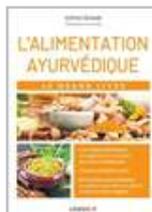
Achète-toi toi-même ces putains de fleurs : et autres rituels pour prendre sa vie en main : par quelqu'un qui est passé par là

Schuster, Tara

A travers le récit humoristique de sa rééducation personnelle, l'auteure propose un guide pratique d'estime de soi, basé sur des rituels concernant l'esprit, le corps ou les relations.

Jouvence, Bernex (Suisse)

978-2-88953-322-0



L'alimentation ayurvédique : le grand livre

Benabi, Sophie

Une initiation aux bases de l'ayurvéda, comportant un test pour déterminer la constitution ayurvédique qui correspond à son profil, suivie d'une explication des règles à suivre dans le cadre d'un régime détoxifiant fondé sur cette thérapeutique. Soixante recettes à destination des femmes enceintes, des enfants et des personnes aux intestins fragiles complètent l'ouvrage.

Leduc.s éditions, Paris

979-10-285-1947-6



L'anxiété apprivoisée : transformer son stress en ressource positive

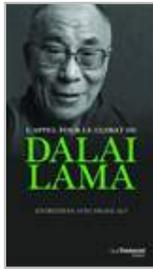
Seidah, Amélie

Geninet, Isabelle

Plutôt que de s'obstiner à combattre l'anxiété, les auteures invitent les personnes vivant avec des symptômes anxieux légers à modérés ou diagnostiquées comme sujettes à un trouble anxieux, à l'accueillir en alliée. Pour ce faire, elles proposent des exercices afin d'apprendre à accepter l'incertitude de la vie, à pratiquer la compassion envers soi-même et à modifier ses réflexes face à l'anxiété.

Marabout, Paris

978-2-501-15828-2



L'appel pour le climat du dalaï-lama : entretiens avec Franz Alt

Dalaï-lama 14 (1935-....)

Alt, Franz (1938-....)

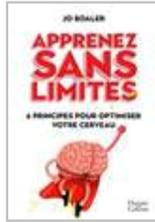
Une invitation à réaliser la responsabilité de chacun dans les changements climatiques et à agir en faveur de la protection de la nature. Le dalaï-lama insufflé une dimension spirituelle à sa réflexion et plaide pour une action à la fois politique et universelle.

G. Trédaniel, Paris

978-2-8132-2408-8



9 782813 224088



Apprenez sans limites : 6 principes pour optimiser votre cerveau

Boaler, Jo

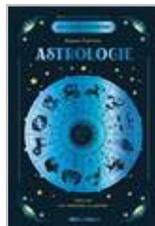
Fondée sur des études scientifiques, une approche du fonctionnement du cerveau afin d'apprendre plus efficacement et de progresser sans cesse. L'auteure présente six notions fondamentales pour dépasser ses limites cognitives.

HarperCollins, Paris

979-10-339-0634-6



9 791033 906346



Astrologie

Fenton, Sasha

Les caractéristiques de chaque signe astrologique pour se comprendre et appréhender le comportement de ses proches ou de ses collègues. Avec des conseils pour créer un thème astral et un poster détachable.

Albin Michel, Paris

978-2-226-45830-8



9 782226 458308



Atlas de la France au XIXe siècle

Dusserre, Aurélia

Houte, Arnaud-Dominique (1977-....)

Cet atlas historique couvrant la période 1815-1914 aborde les principaux aspects politiques, économiques et sociaux de la France du XIXe siècle : le combat des libertés, le développement des villes et de l'industrie, les régimes politiques successifs, le progrès des sciences, les prémices de la Première Guerre mondiale, entre autres.

Autrement, Paris

978-2-7467-5342-6



9 782746 753426



Atlas des Français : plus de 180 cartes et graphiques

Duboys Fresney, Laurence

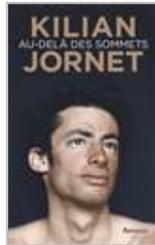
Présentation des évolutions de la démographie, de l'économie et de la géographie humaine de la France, examinées d'un point de vue sociologique : mobilité résidentielle, fécondité, statut matrimonial et familles, pouvoir d'achat ou encore consommation. Les attitudes des Français face à leurs institutions, l'Etat, la justice, la santé, l'école ou les syndicats, sont également analysées.

Autrement, Paris

978-2-7467-5557-4



9 782746 755574



Au-delà des sommets

Jornet, Kilian (1987-....)

Autobiographie de l'alpiniste professionnel, spécialiste d'ultra-trail et de course en montagne. Il évoque ses débuts, ses grandes courses et ascensions, ses modèles mais aussi ses erreurs.

Arthaud, Paris

978-2-08-148637-9



Autopsie des fantômes : une histoire du surnaturel

Charlier, Philippe (1977-....)

Le récit des origines et du succès du spiritisme, appréhendés d'un point de vue scientifique. Les phénomènes paranormaux liés aux spectres, aux fantômes et aux messages des morts fascinent, et deviennent à leur tour un objet d'étude pour la science, qui tente d'enregistrer et de photographier les signes de l'au-delà.

Tallandier, Paris

979-10-210-2304-8



L'autorité bienveillante

Aboucaya, Eve

Skrzynski, Camille

Des informations pratiques et humoristiques sur l'autorité parentale.

Marabout, Paris

978-2-501-15814-5



L'avocat était une femme : le procès de leur vie

De l'obligation de rester objectives même lorsqu'elles défendent un homme qui s'en prend aux femmes à l'impératif de ne pas pleurer en audience en passant par les liens affectifs qui peuvent se créer avec les clients, huit avocates racontent le procès le plus éprouvant de leur carrière. Parmi ceux-ci : le meurtre d'Ilan Halimi, l'affaire Bertrand Cantat ou encore des anonymes accusés de matricide.

Lattès, Paris

978-2-7096-6701-2



Avoir le temps : essai de chronosophie

Chabot, Pascal

Essai sur la manière dont le temps de l'individu, au sein de la civilisation occidentale, a été transformé par quatre grandes conceptions du temps, souvent incompatibles, qu'il s'agit de concilier : le destin comme impératif biologique, le progrès comme exigence de l'avenir, l'hypertemps, lié à la tyrannie du présent et au technocapitalisme, et le délai, issu de l'urgence écologique.

PUF, Paris

978-2-13-082534-0



Le bazar du zèbre à pois

Giordano, Raphaëlle (1974-....)

Le récit des destins mêlés de Basile, un homme qui repart de zéro grâce à un nouveau projet, Arthur, un adolescent passionné par les tags, Giulia, une mère solitaire lassée de son emploi, Louise, une édile qui tient le journal local et Opus, un teckel à poils longs.

Plon, Paris

978-2-259-27761-7



The beautiful game : foot, guerres et politique : des footballeurs face au destin

Molina, Romain

Des anecdotes sur le football à travers les cinq continents décrivant des lieux où ce sport n'est pas dominé par l'argent et le pouvoir mais où priment les histoires humaines. En mêlant sport et géopolitique, l'auteur retrace le destin de joueurs et d'entraîneurs qui, du Guatemala au Yémen, affrontent la guerre, l'exil, le génocide ou la torture pour défendre leur passion du football.

Exuvie, Authume (Jura)

978-2-491031-01-5



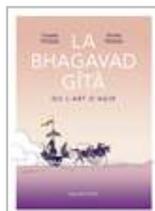
Beaux d'ailleurs : ces espèces exotiques qui nous entourent

Lasserre, François (1968-....)

A travers une trentaine d'espèces, le naturaliste montre la fragilité de la notion d'espèce exotique, étant donné que de nombreux animaux et plantes désormais familiers en France viennent d'ailleurs. S'intéressant par exemple au chat domestique, au coquelicot, au frelon asiatique et aux tortues de Floride, il montre que la migration et l'hybridation s'intègrent parfaitement au cycle naturel.

Belin, Paris

978-2-410-01787-8



La Bhagavad Gîtâ ou L'art d'agir

Poggi, Colette (1955-....)

Une introduction à la Bhagavad Gîtâ, à la réflexion qu'elle ouvre sur le sens et la portée de l'action. Elle aborde aussi son influence chez les penseurs et les militants de l'époque contemporaine, comme Sri Aurobindo et Vandana Shiva. Le texte invite à réfléchir sur le sens de l'engagement, l'usage de la violence, sa place dans le monde ou encore sur les moyens d'agir et de connaître.

Ed. des Equateurs, Sainte-Marguerite-sur-Mer (Seine-Maritime)

978-2-84990-814-3



Bienvenue aux mauvaises herbes du jardin ! : elles soignent, elles nourrissent ou sont tout simplement esthétiques !

Couplan, François (1950-....)

Des conseils pour identifier plus de cinquante plantes sauvages qui poussent dans les jardins, des plantes comestibles à celles toxiques en passant par celles utiles pour les insectes.

Larousse, Paris

978-2-03-598433-3



Les bons gestes au potager : associations, compost & Cie

Des conseils et des astuces pour jardiner écologiquement en respectant les spécificités des sols, en soignant ses plantations à l'aide de méthodes naturelles et en utilisant les associations de plantes. Avec de nombreuses réalisations expliquées par des pas à pas illustrés et des schémas explicatifs.

Artémis, Chamalières (Puy-de-Dôme)

978-2-8160-1798-4



C'est du gâteau ! : 25 desserts de chefs : étape par étape

Menut-Yovanovitch, Sophie (1963-....)

Hendricks, Elisa

25 chefs, dont Sarah Abitan, Cyril Lignac et Christophe Michalak, proposent des recettes expliquées pas à pas pour réaliser une tarte citron vert et basilic, une forêt-noire ou un baba au rhum. Avec des astuces et une suggestion de vin pour accompagner chaque gâteau.

Editions Marie-Claire, Issy-les-Moulineaux (Hauts-de-Seine)

979-10-323-0598-0



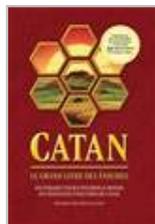
Le caché de La Poste : enquête sur l'organisation du travail des facteurs

Jounin, Nicolas

Une enquête en immersion dans le métier de facteur qui éclaire les modes d'organisation du travail tayloriens à La Poste, l'origine et la mise en oeuvre des normes et des cadences prescrites aux agents, les tactiques développées par ces derniers pour tenir le coup, les stratégies de la direction pour étouffer les aspirations des salariés et les tensions qui découlent de ces conditions de travail.

La Découverte, Paris

978-2-348-05994-0



Catan : le grand livre des énigmes : 100 énigmes pour explorer le monde en constante évolution de Catan

Galland, Richard Wolfrik

Une aventure narrative à la découverte de l'île mystique de Catane. Après avoir accosté sur ces terres mystérieuses, le but du jeu est de guider les autres colons vers la paix et la prospérité en répartissant les tâches, en gérant les ressources et en élucidant une série d'énigmes.

Marabout, Paris

978-2-501-15730-8



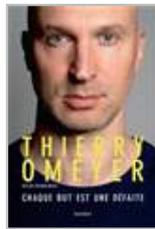
Celui qui ne combat pas a déjà perdu

Marx, Thierry (1962-....)

Portrait du chef français dans lequel il témoigne de son parcours, de ses engagements et de ses combats. Il évoque également les conséquences liées à l'épidémie de Covid-19 dans le secteur de la restauration et dans sa vie personnelle.

Flammarion, Paris

978-2-08-149625-5

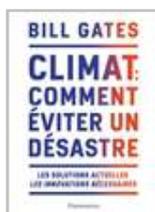


Chaque but est une défaite
Omeyer, Thierry (1976-....)

Le handballeur français, qui est devenu au fil de sa carrière de gardien de but l'un des sportifs les plus titrés du sport français, retrace son parcours depuis ses débuts et commente les étapes de sa carrière, de Cernay et Sélestat en Alsace à Montpellier, Kiel en Allemagne et Paris.



Marabout, Paris
978-2-501-13689-1

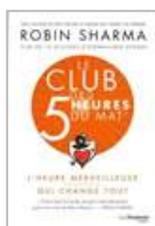


Climat : comment éviter un désastre : les solutions actuelles, les innovations nécessaires
Gates, Bill (1955-....)

Afin de garantir à tous un accès égal à l'énergie tout en intégrant l'impératif de limiter au niveau mondial le réchauffement climatique, B. Gates partage ses conclusions sur les solutions à mettre en oeuvre selon un calendrier précis pour éviter la catastrophe, sur les avancées à attendre et sur les moyens de les accélérer.



Flammarion, Paris
978-2-08-151642-7



Le club des 5 heures du mat' : l'heure merveilleuse qui change tout
Sharma, Robin Shilp (1964-....)

A travers une histoire dévoilant la façon dont les génies, les grands sages ou les hommes d'affaires qui réussissent commencent la journée, le lecteur découvre une routine matinale pour transformer et améliorer sa vie. Fondée sur les neurosciences, elle consiste à se lever tôt afin de profiter de l'heure merveilleuse, de 5 h à 6 h, pour méditer, créer ou faire du sport.



G. Trédaniel, Paris
978-2-8132-2393-7



Le complexe du trampoline ou Comment j'ai réussi à rebondir face aux galères de ma vie !
Le Flour, Caroline

L'auteure, atteinte successivement d'un burn-out à l'âge de 28 ans, puis d'un cancer à 32 ans et d'un diagnostic d'infertilité à 36 ans, tire les leçons positives de ces épreuves et partage, avec humour, les clés permettant de rebondir dans la vie.



Flammarion, Paris
978-2-08-150284-0



Connaître et comprendre le judaïsme, le christianisme et l'islam
Lévy, Isabelle (1960-....)

Se fondant sur des entretiens avec des spécialistes, l'auteure retrace les origines des rites et des pratiques des religions monothéistes et montre que juifs, chrétiens et musulmans ont des valeurs communes. A travers plus d'une centaine de questions, elle aborde des thèmes tels que les interdits alimentaires, la circoncision et le baptême mais aussi l'euthanasie, l'avortement et le don d'organes.



Le Passeur éditeur, Paris
978-2-36890-824-2



Construire son sol : cultivez le réseau trophique du sol pour optimiser votre jardin
Miessler, Diane
Des conseils pour mieux profiter de son jardin, travailler moins et récolter plus en enrichissant la terre. L'auteure recommande un jardinage en alliance avec la nature et capable de faire du sol un lieu accueillant pour la faune.
Rouergue, Arles (Bouches-du-Rhône)



978-2-8126-2135-2



La contagion du bonheur : découvrez l'antivirus des pensées compulsives
Martin, Franck (1961-....)
A travers des réflexions, des concepts et des exercices simples, l'auteur donne les outils pour penser positivement, calmer son mental destructeur et vivre dans l'instant présent.
Eyrolles, Paris



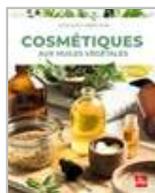
978-2-212-57518-7



Corse : petit atlas hédoniste
Benedetti, Laura
Dini, Thibaut
Santini, Philippe
Une découverte de la Corse à travers ses paysages naturels et ses habitants.
Chêne, Vanves (Hauts-de-Seine)



978-2-8123-2070-5



Cosmétiques naturels aux huiles végétales
Huvenne, Stellina
Trente recettes de cosmétiques à réaliser avec des huiles végétales pour prendre soin de son corps, de ses cheveux et de son visage.
la Plage, Paris



978-2-84221-862-1



Couture facile éco-responsable : 20 modèles d'accessoires inédits
Benoît, Sabine
Vingt modèles pour créer des torchons, des tabliers, des sacs à graines ou encore des lingettes nettoyantes. Avec des explications détaillées et des patrons en taille réelle.
Editions de Saxe, Chaponost (Rhône)



978-2-7565-3576-0

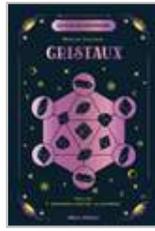


Covid, le bal masqué : qui a mené la danse ? : le récit et les leçons d'une crise planétaire
Flahault, Antoine
L'épidémiologiste fait le bilan mondial de cette crise sanitaire sans précédent et évoque ses conséquences économiques, sociales et politiques. Il aborde des thèmes tels que la provenance du virus, le rôle de l'Organisation mondiale de la santé ou encore les dessous de la polémique autour de l'hydroxychloroquine. Des esquisses de scénarios à venir sont également présentées.



Dunod, Malakoff (Hauts-de-Seine)

978-2-10-081939-3



Cristaux

Cockram, Bernice

Présentation des caractéristiques d'une centaine de pierres : utilisation, propriété, énergie ou encore pouvoir de guérison. Avec des conseils pour choisir les pierres selon leurs formes, travailler avec les chakras, l'aura et le zodiaque, ainsi que sept cartes détachables.

Albin Michel, Paris

978-2-226-45832-2



9 782226 458322



La cuisine de l'immunité : programme global pour résister aux virus : conseils, recettes et astuces

Curtay, Jean-Paul (1951-....)

Razafimbello, Rose

Des conseils alimentaires et des recettes pour renforcer son système immunitaire afin de résister aux infections et aux virus les plus courants. Le porridge au matcha, le velouté de pois cassés, la mousse au chocolat, le bol de quinoa et la soupe de butternut sont au nombre des plats proposés.

Mango, Paris

978-2-317-02661-4



9 782317 026614



Découvrir Dolto : une voie thérapeutique pour s'épanouir

Darcourt, Laurence

Présentation de la pensée de Françoise Dolto (1908-1988), spécialiste du développement de l'enfant. La psychanalyste française a étudié chaque stade de développement de la personnalité, de la rupture du cordon ombilical à l'apprentissage de la propreté et à la découverte de son image dans un miroir.

Eyrolles, Paris

978-2-212-57449-4



9 782212 574494



Découvrir Winnicott : une voie thérapeutique pour se réaliser

Lefevre, Anne (1934-....)

Présentation de la pensée du psychologue britannique Donald Winnicott (1896-1971), dont la théorie sur les conditions d'une existence adulte accomplie marque un tournant dans l'histoire de la psychologie infantile. Ses réflexions permettent de pointer la capacité de s'adapter et d'accueillir les imprévus avec bienveillance comme une des sources de l'enrichissement personnel.

Eyrolles, Paris

978-2-212-57450-0



9 782212 574500



Déprivilégier le genre : faire contre et être (tout) contre le genre

Alessandrin, Arnaud (1984-....)

Dans la perspective de la lutte contre les exclusions et les violences liées au genre, qui progresse dans les Etats démocratiques, l'auteur de cet essai dresse un état des lieux de cette question, des mouvements LGBTQ à #MeToo, et prône une approche particulière consistant à déprivilégier, à dégénitaliser, à débinaiser le genre ou encore à l'exacerber.

Double ponctuation, Joinville-le-Pont (Val-de-Marne)

978-2-490855-09-4



9 782490 855094



Dernière visite à ma mère
Roger, Marie-Sabine (1957-....)

L'auteure aborde l'accompagnement d'un parent en fin de vie à travers sa propre expérience avec sa mère, décédée à 94 ans en maison de retraite. Elle revient sur ses tentatives pour renouer les liens avec cette femme distante mais aussi sur les conditions d'accueil en Ehpad, les rapports avec les parents dépendants et le vieillissement.

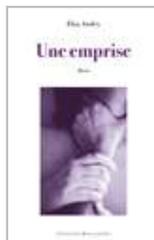
l'Iconoclaste, Paris
978-2-37880-172-4



Docteur, j'ai mal à mon sommeil : pour dormir naturellement
Lemoine, Patrick (1950-....)

Le psychiatre et spécialiste des neurosciences dénonce la prescription de somnifères et de tranquillisants, des poisons responsables selon lui de milliers de morts, qu'il appelle à faire retirer du commerce. Il passe ensuite en revue tous les moyens de se passer de ces molécules, des plantes aux dispositifs high-tech, en passant par la psychothérapie et les compléments alimentaires.

O. Jacob, Paris
978-2-7381-5153-7



Une emprise : récit
Andry, Elsa

A 23 ans, E. Andry rencontre sur son lieu de travail un homme plus âgé dont elle s'éprend. Ce dernier s'avère manipulateur et adepte d'une sexualité brutale. L'auteur relate cette passion destructrice afin d'exposer les mécanismes de l'emprise amoureuse.

Blanche, Paris
Spengler, Paris
978-2-7556-8586-2



Et l'homme créa les dieux
Béhé, Joseph (1962-....)

Des explications sur les religions, les raisons de leur invention et leur rôle dans la société qui se fondent sur des recherches en sciences du cerveau, en anthropologie, en psychologie et en biologie de l'évolution.

Futuropolis, Paris
978-2-7548-0936-8



Etat d'urgence technologique : comment l'économie de la surveillance tire parti de la pandémie

Tesquet, Olivier

La mise en place de dispositifs de surveillance s'est accrue pour contrôler la progression de la pandémie de Covid-19. L'auteur examine comment les acteurs de l'économie de la surveillance ont tiré parti de la crise sanitaire, décrivant les mécanismes du traçage et du contrôle de masse. Il pointe les aspects liberticides de cette politique sécuritaire.

Premier Parallèle, Paris
978-2-85061-051-6



Êtes-vous bien sûr d'être normal ? : comment la psychanalyse m'a guérie des conventions
Mardi noir (youtubeuse)

Psychologue et youtubeuse, l'auteure interroge la frontière entre le normal, au sens de conforme à la moyenne ou ordinaire, et le pathologique ainsi que la porosité entre ces deux états. Au gré de textes théoriques et à travers des portraits de figures d'hier et d'aujourd'hui, elle s'intéresse à l'humain en tant qu'il s'autorise à dévoiler ce qui fait de lui un être divisé, multiple ou déviant.

Flammarion, Paris
978-2-08-151174-3



Être un chêne : sous l'écorce de Quercus

Tillon, Laurent

L'histoire de Quercus, chêne sessile de la forêt de Rambouillet, arbre majestueux en pleine force de l'âge. Cette biographie est l'occasion de peindre une galerie d'êtres qui interagissent avec lui, du champignon invisible au cerf et au loup, en passant par le capricorne et le mulot, démontrant la coopération et les alliances à tous les étages, du sous-sol à la canopée.

Actes Sud, Arles (Bouches-du-Rhône)
978-2-330-14495-1



Extraterrestre : le premier signe d'une vie intelligente

Loeb, Abraham (1962-....)

L'astrophysicien affirme qu'un engin artificiel probablement construit par une civilisation extraterrestre a traversé le Système solaire à la fin de l'année 2017. Il expose les nombreuses implications de cette découverte pour la science et l'espèce humaine.

Seuil, Paris
978-2-02-144041-6



La fabrique des pandémies : préserver la biodiversité, un impératif pour la santé planétaire
Robin, Marie-Monique (1960-....)

Un essai mettant en perspective la prolifération de nouveaux virus avec la destruction de la biodiversité à partir de travaux scientifiques et d'entretiens de chercheurs. Les auteurs analysent les effets produits par la déforestation, l'urbanisation, les réseaux routiers, l'agriculture industrielle et la globalisation économique qui menacent la santé à l'échelle planétaire.

La Découverte, Paris
978-2-348-05487-7



Faites vos graines ! : tomates, concombres, haricots... récupérez et faites pousser !

Leclerc, Blaise

Une trentaine de fiches descriptives de plantes (légumes, aromatiques, etc.), avec des conseils pour récolter ses graines et faire des économies.

Larousse, Paris
978-2-03-596692-6



Favorisez votre fertilité au naturel : optimisez vos chances de concevoir un enfant grâce à la naturopathie et la sophrologie

Livage, Hannah

Spécialisée en périnatalité, la sophrologue et naturopathe propose des conseils aux couples infertiles qui souhaitent devenir parents. Elle expose des techniques permettant de favoriser la fertilité telles que le rééquilibrage et la stimulation de l'organisme, grâce à des exercices, des recettes et des gestes à pratiquer au quotidien.

First Editions, Paris

978-2-412-06137-4



Fière d'être moi-même : s'accepter quand on n'entre pas dans les normes de la société

Prudencio, Gaëlle

Blogueuse mode, l'auteure, qui inscrit sa démarche dans le mouvement body positive, explique comment elle est parvenue à se réconcilier avec son corps et à s'affirmer telle qu'elle est malgré le regard des autres. Elle raconte son parcours, de son enfance au Sénégal et en République démocratique du Congo jusqu'à son aventure entrepreneuriale en France, en passant par les régimes qu'elle a suivis.

Leduc.s éditions, Paris

979-10-285-1951-3



Les fleurs de l'âge : enquête sur les femmes qui se réinventent

Asmane, Josiane

Une enquête sur ces femmes âgées de 50 à 99 ans, appelées perennials, qui parviennent à réinventer leur vie amoureuse, sociale et professionnelle, qu'elles soient mariées depuis longtemps, célibataires sans enfant ou encore veuves. L'auteure dévoile leurs secrets pour renouveler leurs chemins de vie et imaginer une avancée en âge différente.

Flammarion, Paris

978-2-08-151144-6



Fort comme un hypersensible

Barthélémy, Maurice (1969?-....)

L'acteur et réalisateur partage son expérience d'hypersensible, de son enfance à l'âge adulte. Les différentes étapes d'épanouissement qu'il décrit sont accompagnées de remarques d'une psychopraticienne.

M. Lafon, Neuilly-sur-Seine (Hauts-de-Seine)

978-2-7499-4554-5



Le futur de la monnaie

Aglietta, Michel (1938-....)

Valla, Natacha

En évaluant la portée des innovations monétaires qui se développent au XXIe siècle, telles que les crypto-monnaies et les monnaies locales, les auteurs soulignent leur intérêt pour la transition écologique et les territoires. Ils défendent ensuite le multilatéralisme monétaire pour favoriser la gestion de la dette mondiale, le rôle des banques centrales et le verdissement du secteur financier.

O. Jacob, Paris

978-2-7381-5399-9



Gâteaux oh my god ! : 50 recettes à tomber pour impressionner vos amis
Marinette, Guillaume

Des recettes de gâteaux pour épater ses proches.

Marabout, Paris

978-2-501-15634-9



9 782501 156349



Le grand large

Rancé, Christiane

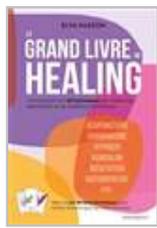
La romancière relate sa traversée de l'Atlantique sur un cargo commercial, à l'occasion d'un reportage pour Le Figaro au début des années 2000. Cette croisière d'un genre particulier l'incite à méditer. Elle découvre alors un vide dans son existence qu'elle s'emploie à combler par d'autres voyages, en quête d'un ailleurs qui pourrait être son "authentique séjour terrestre".



9 782226 439734

Albin Michel, Paris

978-2-226-43973-4



Le grand livre du healing : l'art de guérir en 60 techniques de médecines alternatives et de traditions holistiques : acupuncture, chamanisme, hypnose, kundalini, méditation, naturopathie, etc.

Hasson, Elya

Présentation de soixante techniques de guérison physique et psychique détaillées et interprétées : homéopathie, aromathérapie, acupuncture, psychothérapie freudienne, entre autres, ainsi qu'un jeu de cartes divinatoires à découper. L'auteure focalise son propos autour de neuf thèmes universels dont le deuil, la santé et l'amour.



9 782501 149556

Marabout, Paris

978-2-501-14955-6



Une guerre mondiale contre les femmes : des chasses aux sorcières au féminicide

Federici, Silvia (1942-....)

L'auteure décrit les enjeux liés à la chasse aux sorcières, en associant ce pan de l'histoire à la genèse du capitalisme, à la domination des femmes ainsi qu'à la destruction de la nature. Elle étudie le retour de la chasse aux sorcières en Inde et en Afrique et rappelle que les sorcières sont des femmes qui développent un rapport à la nature, au langage, au corps et à la sexualité.



9 782358 722001

la Fabrique, Paris

978-2-35872-200-1



L'inconnu de la poste

Aubenas, Florence (1961-....)

En 2008, dans l'Ain, le corps de Catherine Burgod est retrouvé dans un relais de poste. L'un de ses voisins, Gérald Thomassin, est soupçonné d'être l'auteur de ce crime à l'arme blanche. Considéré comme un marginal, jeune acteur, il est relâché, faute de preuves. La journaliste reprend les éléments de l'enquête et analyse les témoignages, proposant un saisissant portrait de cette province.



9 782823 609851

Ed. de l'Olivier, Paris

978-2-8236-0985-1



Les indispensables de bébé : 10 modèles faciles, 1 projet en 2 h

Lucano, Sonia

Une vingtaine de vêtements et d'accessoires pour bébé réalisables en moins de deux heures. Des explications accessibles aux débutants permettent de réaliser des créations à partir de points de couture simples, avec ou sans machine à coudre.

Hachette Pratique, Vanves (Hauts-de-Seine)

978-2-01-945436-4



Isle of man : Tourist Trophy : la course de l'extrême

Breton, Eric (1955-....)

Batteux, Christian

Giuntini, Anne

L'histoire de cette course de motos mythique dont la première fut lancée le 27 mai 1907.

Certains de ses pilotes ont gravé leur nom dans l'histoire tels que Stanley Woods, Geoff Duke ou encore Bob Macintyre.

Casa, Clichy (Hauts-de-Seine)

978-2-38058-109-6



Un jardin où il fait bon vivre : comment concevoir un jardin protecteur, guérisseur, nourricier et durable

Griffiths, Alistair

Keightley, Matt

Un guide pratique pour concevoir un jardin nourricier, protecteur, durable et respectueux de l'environnement. Sont abordées des thématiques telles que les bienfaits des plantes face à la pollution atmosphérique et sonore, l'économie d'énergie ou encore la diminution de l'anxiété grâce aux chants des oiseaux.

First Editions, Paris

978-2-412-06257-9



Je crée ma maison de poupées 100% récup'

Jelger, Valérie

Un guide pour construire une maison de poupées à partir de matériaux de récupération.

Avec des patrons et des pas-à-pas illustrés pour réaliser chaque pièce et élément de décor.

Rustica, Paris

978-2-8153-1508-1



Je m'initie au reiki : guide visuel

Brasseccassé, Guy

Une présentation de la technique énergétique du reiki, accompagnée de conseils pour soigner des maux courants, physiques ou psychiques, sur soi-même, sur ses proches ou à distance. Diverses applications pour rééquilibrer ses émotions, purifier un lieu ou encore pour se préparer à un événement important sont expliquées.

Leduc.s éditions, Paris

979-10-285-1968-1



Je ne m'attendais pas à ça ! : confidences tendres et décomplexées d'un papa engagé
Marcel, Alexandre

Dans ce témoignage sous forme de journal, l'auteur partage son quotidien de jeune père, des événements extraordinaires, tels que l'annonce de la grossesse et l'accouchement, aux moments plus difficiles, comme les réveils nocturnes.

Larousse, Paris

978-2-03-598960-4



Je veux tout : le guide pratique pour réussir à tout concilier sans rien sacrifier !

Rozborski, Nathalie

A partir de son expérience personnelle, l'auteure donne des conseils aux femmes qui veulent concilier une carrière professionnelle réussie, une vie amoureuse et amicale épanouie, un rôle de maman assumé et des moyens financiers adaptés.

Marabout, Paris

978-2-501-14971-6



Joe Biden : biographie

Branaa, Jean-Eric (1963-....)

Une biographie de J. Biden, candidat à l'élection présidentielle américaine de 2020. Plus jeune élu du Sénat fédéral en 1972, il connaît des épreuves dramatiques, telles que la mort de sa femme en 1973 et celle de son fils Beau en 2015. Riche en anecdotes et en témoignages, le récit dévoile comment il les a dépassées afin de devenir un personnage influent du parti démocrate.

Nouveau Monde éditions, Paris

978-2-38094-161-6



Jour zéro

Braquehais, Stéphanie (1979-....)

L'auteure partage le récit de son sevrage sous la forme d'un journal intime. Elle détaille les ressorts de l'addiction à l'alcool et ses effets puis questionne son rapport à la boisson.

L'Iconoclaste, Paris

978-2-37880-179-3



Journal d'une accro à l'ayurvéda

Hastoy, Gracianne (1968-....)

Tsewang Lhamo, Karma

L'auteure raconte sa découverte de l'ayurvéda, science de vie millénaire indienne, et comment celle-ci a profondément changé sa vie que ce soit physiquement ou d'un point de vie émotionnel. Elle livre le récit de son expérience qui a réconcilié son corps et son esprit tout en déplorant une médecine occidentale trop pressée et trop éloignée des émotions.

F. Lanore, Paris

978-2-85157-974-4



Kundalini des saisons : le yoga du vivant : postures, méditations, rituels

Sebih, Marion

La professeure de yoga kundalini présente sa discipline guidée par le principe d'énergie vitale circulant dans le corps. La pratique de cette forme de yoga est accompagnée de chants répétitifs, de respirations puissantes et de mouvements intenses visant à dénouer la circulation énergétique.

Flammarion, Paris

978-2-08-151294-8



Le ladies football club

Massini, Stefano (1975-....)

Le 6 avril 1917 à Sheffield au Royaume-Uni, lors de la pause déjeuner de l'usine de munitions Doyle & Walkers, l'ouvrière Violet Chapman aperçoit une balle au milieu de la cour et la frappe d'un coup de pied. Les dix autres femmes présentes la rejoignent. L'objet, en réalité un prototype de bombe, n'explose pas mais signe les débuts du football féminin en Angleterre.

Globe, Paris

978-2-211-30765-9



Les cahiers du football, n° 5

Révolutions !

Le dossier de ce numéro porte sur les aspects politiques du football, partagé entre sa popularité et son inscription dans la mondialisation capitaliste. Il aborde le sexisme, le conservatisme discuté des règles, le caractère aliénant de ce sport, les footballeurs algériens pendant la guerre d'indépendance ou encore les clubs engagés que sont le Red Star et Sankt-Pauli.

Solar, Paris

978-2-263-17268-7



Lev Yachine : un roman soviétique

Lasne, Laurent (1958-....)

Dans cet ouvrage hybride, à la fois essai, récit et roman, l'auteur retrace le parcours de Lev Yachine, footballeur soviétique né en 1929, fils d'Ivan Petrovitch et d'Anna Mitrofavona, deux ouvriers établis à Moscou. A travers la vie du gardien de but, il dresse un portrait de l'URSS et du quotidien de ses habitants.

Ed. le tiers livre, Saint-Cloud (Hauts-de-Seine)

Arbre bleu éditions, Nancy

978-2-918822-12-7



Lichens : pour une résistance minimale

Zonca, Vincent

Fruit d'années d'enquête sur plusieurs continents, cet essai met en lumière les caractéristiques de cet organisme qui recouvre près de 8 % des terres émergées et la manière dont il peut révolutionner la conception du vivant. Mêlant biologie, littérature, philosophie et arts, l'ouvrage décline des pistes pour penser une écologie renouvelée, inspirée par les propriétés de cet être vivant.

le Pommier, Paris

978-2-7465-2198-8



Ma cure céto : une nouvelle vie en 14 jours : programme céto de 14 jours, 60 recettes céto délicieuses

Naessens, Pascale

Une présentation du régime cétogène, qui est souvent utilisé pour perdre du poids mais peut aussi être justifié par des raisons thérapeutiques, notamment en cas de cancer.

L'auteure propose une cure de deux semaines avec des recettes pour tous les repas de la journée : bouillon de boeuf au chou de Savoie, poulet aux olives et aux champignons, nouilles d'aubergine, mousse au chocolat, entre autres.

Lannoo, Tielt (Belgique)

978-94-014-7420-7



Ma déco intérieure avec des plantes : projets DIY pour embellir son chez-soi

Eldred Steinkopf, Lisa

Des projets détaillés pas à pas pour mettre en valeur ses plantes d'intérieur de manière créative : bonsaï, boîtes pour tillandsia, jardin zen, suspensions, entre autres. Ils sont accompagnés de conseils et d'astuces pour choisir les variétés à mettre chez soi et en prendre soin.

Artémis, Chamalières (Puy-de-Dôme)

978-2-8160-1778-6



Ma vie avec les arbres : carnets d'une arboriste

Marsilly, Karine (1974-....)

L'auteure est arboriste-grimpeuse, élagueuse et l'une des premières femmes à exercer cette profession. Elle diagnostique, traite et remet en forme des arbres, après une analyse complète de la cime aux racines. Elle invite à considérer l'arbre comme un être sensible et à reconsidérer le rapport au vivant. Avec des conseils pour entretenir son jardin.

HarperCollins, Paris

979-10-339-0497-7



Le manuel complet de couture facile : 120 leçons illustrées

Un manuel pour découvrir la couture, les bases des points à la main, l'anatomie, le choix, l'utilisation et l'entretien de la machine à coudre. Avec des techniques illustrées et des mises en application.

Editions Marie-Claire, Issy-les-Moulineaux (Hauts-de-Seine)

979-10-323-0554-6



Le meilleur pâtissier : les folies d'Elodie

Des recettes de pâtisseries proposées par le vainqueur de la neuvième saison de l'émission.

M6 Editions, Neuilly-sur-Seine (Hauts-de-Seine)

978-2-35985-206-6



Mémoires d'un juge trop indépendant

Van Rybbeke, Renaud (1952-....)

Juge d'instruction et figure de la lutte anti-corruption, l'auteur livre son éclairage sur les principales affaires instruites au cours de quarante ans de carrière : Clearstream, les fréquences de Taïwan, Elf ou encore Urba. Il a été le premier à s'attaquer aux partis politiques et analyse le comportement de plusieurs présidents de la République. Il propose aussi des pistes pour réformer la justice.

Tallandier, Paris

979-10-210-4408-1



Merci mais non merci : comment les femmes redessinent la réussite sociale

Alix, Céliane

En s'appuyant sur des témoignages et sur des travaux de sociologues, de philosophes ou de féministes, l'auteure analyse les raisons qui poussent les femmes à sortir des carrières toutes tracées et revisite leur choix autrement que par le prisme de l'échec. Elle explique que les femmes sont en mesure de proposer une alternative au monde du travail actuel, en souffrance et au bord de l'implosion.

Payot, Paris

978-2-228-92753-6



Mes savons faits maison : recettes et petits secrets

Ortiz, Sophie

Des explications pour fabriquer des savons naturels, qu'ils soient végans, de la ferme ou pour les soins, au moyen du procédé de la saponification à froid, technique naturelle qui permet de préserver les propriétés des matières premières. Sont présentés le matériel, les ingrédients et les étapes de fabrication ainsi que des techniques de décoration.

Editions Marie-Claire, Issy-les-Moulineaux (Hauts-de-Seine)

979-10-323-0533-1



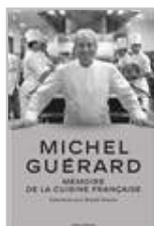
La méthode Louise Parker : mince à vie : transformez votre corps en 6 semaines

Parker, Louise

Une méthode fondée sur quatre piliers pour perdre du poids en six semaines : penser positivement, bien vivre, manger en beauté et bouger intelligemment. Avec un programme d'entraînement physique détaillé, des recettes et de nombreux conseils.

Hachette Pratique, Vanves (Hauts-de-Seine)

978-2-01-945762-4



Michel Guérard : mémoire de la cuisine française : entretiens avec Benoît Peeters

Guérard, Michel (1933-....)

Peeters, Benoît (1956-....)

Aux fourneaux depuis plus de soixante-dix ans, le chef étoilé raconte son parcours : les privations de la guerre, son apprentissage à l'ancienne, l'aventure de la nouvelle cuisine, la mondialisation culinaire, etc. A travers ses souvenirs, il retrace l'histoire de la cuisine française depuis le milieu du XXe siècle.

Albin Michel, Paris

978-2-226-45596-3



Minimalisme

Fields Millburn, Joshua

Nicodemus, Ryan

Les auteurs ont abandonné le succès et l'argent pour une existence simple, tournée vers les relations humaines et l'entraide. Ils présentent le minimalisme, cette tendance qui consiste à donner du sens à sa vie en se libérant des contingences matérielles.

J'ai lu, Paris

978-2-290-25728-9



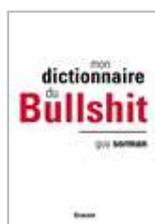
Mon combat contre l'emprise et le suicide forcé

Mellul, Yael

Avocate et coordinatrice juridique dans un pôle d'aide aux victimes de violence, l'auteure relate dix années de bataille pour obtenir la reconnaissance du suicide forcé comme relevant des violences conjugales. Elle évoque les coups bas, le découragement et les fausses promesses jusqu'au vote de la loi visant à protéger les victimes agressées par leur conjoint, le 29 janvier 2020.

M. Lafon, Neuilly-sur-Seine (Hauts-de-Seine)

978-2-7499-4555-2



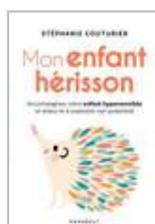
Mon dictionnaire du bullshit

Sorman, Guy (1944-....)

Le dictionnaire des idées reçues de Flaubert a inspiré l'auteur pour cet ouvrage dénonçant les faux-semblants, le prêt-à-penser ou la désinformation, de la Chine aux Etats-Unis, en passant par la France et Istanbul.

Grasset, Paris

978-2-246-82722-1



Mon enfant hérisson : accompagnez votre enfant hypersensible et aidez-le à exploiter son potentiel

Couturier, Stéphanie (1978-....)

Des témoignages et des conseils pour aider son enfant à surmonter son hypersensibilité et pour mieux le comprendre.

Marabout, Paris

978-2-501-15817-6



Le monde vu du ciel : du passé au présent : du ballon aérostatique au drone

Lavagno, Enrico (1962-....)

Une sélection de photographies du monde prises du ciel, depuis les premiers clichés réalisés à bord de montgolfières au milieu du XIXe siècle jusqu'aux représentations de la Terre grâce aux satellites. Ces images illustrent les transformations permanentes de l'environnement ainsi que l'évolution de la technologie photographique au cours du temps.

Nuinui, Chermignon (Suisse)

978-2-88935-764-2



Ne passez plus à côté de votre vie : il est temps de vivre !

Tomasella, Saverio (1966-....)

Une approche existentielle et globale, à la fois physique, psychique et spirituelle, de la sensation de passer à côté de sa vie ou de l'impression de ne pas réussir à déployer son potentiel. S'appuyant sur des témoignages de personnes qui ont découvert en elles leur puissance d'agir, d'aimer et de créer, l'auteur montre qu'il est possible de reprendre le pouvoir sur son existence.

Flammarion, Paris

978-2-08-150267-3



Nos championnes : un siècle d'exploits sportifs au féminin

Bergot, Jérôme (1963-....)

Portrait de 90 sportives françaises qui se sont illustrées au sein de 22 disciplines depuis le début du XXe siècle, telles que le football, le tennis, l'athlétisme, le ski ou la natation.

L'auteur décrit notamment le parcours de Suzanne Lenglen, Estelle Mosely, Colette Besson ou Laure Manaudou.

Ouest-France, Rennes

978-2-7373-8408-0



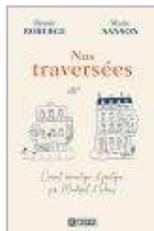
Nos coeurs sauvages : enquête sur le vertige du choix amoureux

Orтели, France

Les résultats d'une enquête, fruit de trois ans d'investigation, interrogeant l'évolution du rapport actuel à l'amour face aux générations précédentes.

Ed. Arkhê, Paris

978-2-918682-74-5



Nos traversées : carnet romantique et pratique sur Montréal et Paris

Benoit Roberge, Marie Sanson

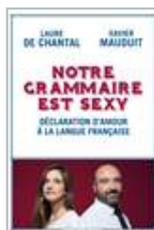
Roberge, Benoît

Sanson, Marie

Une histoire d'amour à distance entre elle et lui. Une série d'allers-retours entre Montréal et Paris. Voici la base de ce livre. Le reste est tout aussi imprévisible que réjouissant. Des trésors de l'hiver québécois au versant caché de la butte Montmartre, de l'influence de Napoléon à celle de Céline Dion, le couple se retrouve et se raconte. Découvrez le coeur de ces deux villes comme si vous y aviez toujours vécu! Plongez dans ce charmant carnet et laissez-vous inspirer par l'aventure. Parce que les départs se nourrissent d'espoir et que l'amour aura toujours le dernier mot.

HOMME (DE L'), Montréal

978-2-7619-5453-2



Notre grammaire est sexy : déclaration d'amour à la langue française

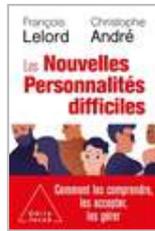
Chantal, Laure de

Mauduit, Xavier (1974-....)

Une approche ludique de la grammaire française abordant notamment les accords, les fautes de liaisons, les conjugaisons, l'étymologie et l'orthographe.

Stock, Paris

978-2-234-08757-6



Les nouvelles personnalités difficiles : comment les comprendre, comment les accepter, comment les gérer

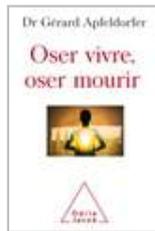
Lelord, François (1953-....)

André, Christophe (1956-....)

Grâce à des conseils tirés de leur expérience de thérapeutes, les auteurs aident à mieux comprendre et gérer un entourage difficile. Ils évoquent ainsi un anxieux qui harcèle de questions inquiètes, un paranoïaque qui prend la moindre remarque comme une offense, un obsessionnel qui s'absorbe dans de minuscules détails ou encore un narcissique qui tire la couverture à lui.

O. Jacob, Paris

978-2-7381-5301-2



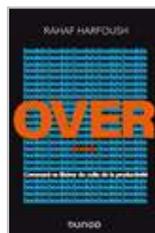
Oser vivre, oser mourir : guérir de la thanatophobie

Apfeldorfer, Gérard (1948-....)

S'appuyant sur le travail thérapeutique mené avec ses patients, le psychiatre montre comment la mort est appréhendée dans les diverses traditions puis indique des pistes pour apprendre à accepter la mort et ainsi vivre plus pleinement, en particulier grâce aux thérapies cognitivo-comportementales. Un manuel d'auto-thérapie et des fichiers thérapeutiques audio complètent l'ouvrage.

O. Jacob, Paris

978-2-7381-5420-0



Overbookés : comment se libérer du culte de la productivité

Harfoush, Rahaf

De la globalisation du rêve américain à la glorification de la culture start-up, cet essai remonte aux sources des forces culturelles, sociétales et biologiques qui alimentent le culte de la productivité et de la performance. Il offre un cadre de réflexion pour repenser profondément et durablement le travail et s'affranchir de cette obsession collective.

Dunod, Malakoff (Hauts-de-Seine)

978-2-10-081751-1



Pain maison : avec ou sans levain, lancez-vous !

Soucaïl, Julie

Des explications pour faire diverses sortes de pain à la maison et varier les procédés, les modes de cuisson, les formes et les ingrédients : pains spéciaux, briochés, plats ou potelés, bagels, pains complets ou aux olives, pitas, foccacias, entre autres.

Solar, Paris

978-2-263-17392-9



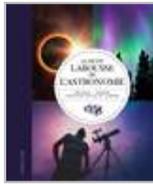
La parole est aux enfants : abus sexuels

Moro, Marie Rose (1961-....)

Plaidoyer pour la cause des enfants victimes d'abus sexuels. Pédopsychiatre et psychanalyste, l'auteure décrypte, à l'aune de son expérience de soignante, les effets de cette violence absolue et ses conséquences tant physiques que psychiques. Elle met en lumière le fait que seule la parole permet la reconstruction. Or la problématique majeure est la reconnaissance même de cette parole des enfants.

Bayard, Montrouge (Hauts-de-Seine)

978-2-227-49928-7



9 782036 000865

Le petit Larousse de l'astronomie : découvrir, observer, identifier étoiles et planètes
Gater, Will
Vamplew, Anton
Guide pour faire ses premiers pas en astronomie. Après une introduction sur l'Univers, les différents objets célestes et le matériel nécessaire, des conseils sont donnés pour une séance d'observation. Avec des fiches détaillant chaque planète du système solaire et un almanach précisant les événements rares à observer, de 2017 à 2023.
Larousse, Paris
978-2-03-600086-5



9 791028 519711

Petit traité d'éducation féministe
Bellan, Lucile (1985-....)
Une mère de famille engagée fournit des clés pour déconstruire les clivages persistants et offrir à ses enfants une éducation égalitaire, respectueuse et bienveillante. Elle présente les valeurs du féminisme et propose des conseils pour les appliquer au quotidien, des interviews de militants et des pistes de lectures et des films pour petits et grands.
Leduc.s éditions, Paris
979-10-285-1971-1



9 782759 231966

Petite et grande histoire des légumes
Birlouez, Eric
L'appropriation et la culture des légumes depuis l'Antiquité. L'auteur rappelle les variations du statut des légumes au cours des siècles, entre convoitise et mépris, et revient sur l'impact de la découverte de la pomme de terre ou de la tomate. Pour chaque légume, sont présentés ses dimensions culturelles et symboliques, ses usages en cuisine, ses bénéfices pour la nutrition et la santé.
Quae, Versailles
978-2-7592-3196-6



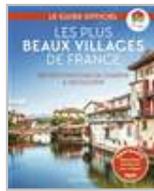
9 791091 534581

Pionnières du risque : histoires de femmes intrépides
Sténuît, Marie-Eve (1955-....)
Portraits de femmes pionnières s'étant illustrées dans leur profession à risque telles que Jeanne Geneviève, première parachutiste en 1799, Georgiana Leonard, première femme à intégrer clandestinement un baleinier en 1862 ou Elisabeth Tible, aéronaute française du XVIIIe siècle.
Editions du Trésor, Paris
979-10-91534-58-1



9 782317 026621

Plats mijotés
Une soixantaine de recettes de plats mijotés du terroir français ou étranger, à base de viande, de poisson, de crustacés ou des recettes véganes pour des repas conviviaux : bourguignon au lard, biryani d'agneau, tajine de dorade aux olives noires, minestrone ou encore soupe hongroise aux lentilles.
Mango, Paris
978-2-317-02662-1



Les plus beaux villages de France : 159 destinations de charme à découvrir : guide officiel de l'association Les plus beaux villages de France

Les Plus beaux villages de France (Collonges-la-Rouge, Corrèze)

Présentation par ordre alphabétique des villages membres de l'association. Avec, pour chacun, une liste des monuments ouverts au public, un calendrier des manifestations, les spécialités culinaires et artisanales, des idées de balades à pied et à vélo, ainsi qu'un choix de services à proximité et de bonnes adresses. Cette nouvelle édition inclut des spécialités gourmandes.

Flammarion, Paris

978-2-08-023726-2



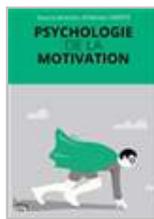
Pour la beauté du jeu : manifeste pour un minimum de décence et d'élégance dans le sport de haut niveau

Grellet, Gilbert (1946-....)

Ecrivain et ancien journaliste à l'AFP, l'auteur porte un regard critique sur les évolutions contemporaines du sport dans son ensemble, qu'il juge corrompu par la puissance brute, le résultat et l'argent. Il dénonce à la fois le dopage, la violence et les transactions financières qui dénaturent l'esprit noble de grandes disciplines sportives comme le tennis, le rugby ou l'athlétisme.

Kero, Paris

978-2-7021-6834-9



Psychologie de la motivation

Les contributeurs analysent la motivation et ses caractéristiques : efficacité professionnelle, interaction avec une personne de confiance, besoin de reconnaissance, entre autres. Ils montrent également comment le stress, la fatigue, la dépression ou les échecs passés peuvent la freiner voire l'anéantir.

Sciences humaines éditions, Auxerre

978-2-36106-643-7



Quand la charité se fout de l'hôpital : enquête sur les perversions de la philanthropie

Edin, Vincent (1979-....)

Le journaliste met en lumière l'hypocrisie du mécénat privé, dont le développement en France copie le système américain. Il montre que ces philanthropes milliardaires applaudis par des politiques, arguant que leur talent pour faire fortune leur permet aussi d'être les meilleurs pour faire le bien, camouflent leurs stratégies de soustraction à l'impôt derrière un souci de l'intérêt général.

Rue de l'échiquier, Paris

978-2-37425-258-2



Range : le règne des généralistes : pourquoi ils triomphent dans un monde de spécialistes

Epstein, David J.

Des clés pour obtenir le succès dans un domaine grâce à l'expérimentation et la multiplication des centres d'intérêt. Après avoir étudié la carrière de grands artistes, musiciens, inventeurs ou scientifiques, l'auteur explique pourquoi il est plus facile de réussir quand une personne s'intéresse à plusieurs sujets que quand elle se spécialise dans un domaine.

Talent éditions, Paris

978-2-37815-178-2



Récolter et semer ses graines potagères

Ferme de sainte Marthe

Des conseils pour apprendre à récolter, conserver et semer des graines potagères.

la Plage, Paris

978-2-84221-820-1



Regarde comme c'est beau : célébration de l'amour par les auteurs du compte Drawings for my grandchildren

Grandma Marina

Deux grands-parents de Corée du Sud vivant éloignés de leurs petits-enfants ont créé un compte Instagram afin de rester connectés et de partager le récit de leurs souvenirs, de leur vie familiale et de leurs découvertes au quotidien. Dans cet ouvrage écrit par la grand-mère et illustré de dessins du grand-père, ces émouvants instantanés de vie sont mis en forme et transmis.

Le Livre de poche, Paris

978-2-253-08204-0



Le régime one health (= une seule santé) : mode d'emploi pour une alimentation 100 % durable, spéciale immunité, antipurpoids et anti-inflammatoire

Dufour, Anne (1971-....)

Garnier, Carole

46 questions et réponses permettant de s'initier au régime one health, qui consiste à réconcilier ses besoins avec ceux de la planète en envisageant la santé comme un tout interdépendant. Les auteures expliquent comment mieux préparer ses plats en produisant moins de déchets, soulignant les répercussions positives de ces pratiques sur l'état de forme. Avec quatre programmes et cent recettes.

Leduc.s éditions, Paris

979-10-285-1945-2



La retraite à 40 ans, c'est possible ! : 8 étapes pour accéder à la liberté financière, consommer autrement et réaliser ses rêves

Lora, Victor

Des pistes de réflexion et des actions pour anticiper sa retraite et consommer autrement en étant libre financièrement. L'auteur aborde notamment la consommation, l'investissement en bourse ou l'immobilier.

Larousse, Paris

978-2-03-600020-9



Retrouver confiance en l'économie

Villero de Galhau, François (1959-....)

O. Jacob, Paris

978-2-7381-5383-8



La science du running : améliorer son entraînement et prévenir les blessures

Napier, Chris

Une présentation de l'impact de cette activité sur le corps humain accompagnée de conseils pour améliorer ses postures afin d'éviter les blessures.

Marabout, Paris

978-2-501-15810-7



9 782501 158107



Se reconnecter aux saisons : naturopathie, sophrologie, psychologie... une approche holistique du bien-être

Romeo-Dussard, Sabrina

L'auteure explique qu'à l'instar de la nature qui a le pouvoir de se transformer et de se réinventer quatre fois dans l'année, l'individu possède ses propres phases d'évolution nécessaires à l'accomplissement d'un cycle. Elle décrit le rôle de ces périodes de l'année et les clés qui permettent d'avancer en harmonie vers le bonheur, grâce à la naturopathie, la sophrologie, la méditation ou le yoga.

Jouvence, Bernex (Suisse)

978-2-88953-437-1



9 782889 534371



Se ressaisir : enquête autobiographique d'une transfuge de classe féministe

Lagrave, Rose-Marie

Cette enquête que la sociologue a menée au sein de sa famille restitue l'histoire de la migration de classe d'une enfant issue de milieu modeste, qui parvient, au travers de socialisations successives, à devenir professeure à l'EHESS. En retraçant les étapes de son parcours, elle interroge les dynamiques à l'oeuvre dans l'ascension sociale et met en évidence la portée du genre dans ce processus.

La Découverte, Paris

978-2-348-04503-5



9 782348 045035



Second souffle

Douillet-Carrara, Vanessa

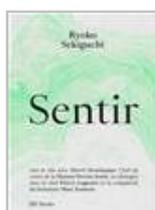
Des conseils pour se reconnecter à son enfant intérieur et renouer avec ses rêves et émotions. Six étapes sont nécessaires pour atteindre cette harmonie : écoute de soi, acceptation de ses émotions, pardon, temps pour soi, réconciliation avec ses réflexes d'enfant et amour. Chaque étape est décrite et accompagnée d'exercices et de questions.

M. Lafon, Neuilly-sur-Seine (Hauts-de-Seine)

978-2-7499-4548-4



9 782749 945484



Sentir : lire le vin avec Hervé Deschamps, chef de caves de la Maison Perrier-Jouët, en dialogue avec le chef Pierre Gagnaire et la complicité du botaniste Marc Jeanson

Sekiguchi, Ryôko (1970-....)

Un voyage sensoriel et gustatif sur les traces du vin de Champagne, de la vigne à l'assiette, agrémenté d'herbiers rappelant le terroir champenois. L'auteur part à la rencontre d'Hervé Deschamps, chef de caves de la Maison Perrier-Jouët, ainsi que du chef Pierre Gagnaire.

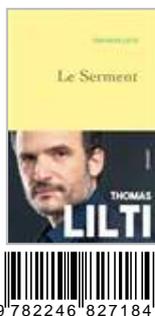
Ils échantonnent sur leur attachement aux vins de Champagne, dévoilant les sensations qu'ils associent à leur dégustation.

Jean Boîte éditions, Paris

978-2-36568-039-4



9 782365 680394



Le serment

Lilti, Thomas (1976-....)

Lors du confinement du printemps 2020, l'auteur, réalisateur et ancien médecin, propose ses services comme bénévole dans l'hôpital qui accueillait son dernier tournage, en Seine-Saint-Denis. Il livre une réflexion sur l'engagement des soignants, l'évolution des métiers de la santé, l'éthique médicale, la réalité et la fiction.

Grasset, Paris

978-2-246-82718-4

9 782246 827184



Les soeurs Song : trois femmes de pouvoir dans la Chine du XXe siècle

Chang, Jung (1952-....)

La vie extraordinaire des trois brillantes soeurs Song, figures dominantes de la Chine du XXe siècle. Après des études aux Etats-Unis, l'aînée Ailing épouse un puissant homme d'affaires chinois, la cadette Qingling se marie avec le père de la Chine moderne Sun Yat-sen, et la benjamine Meiling, avec le généralissime Chiang Kai-shek.

Payot, Paris

978-2-228-92749-9

9 782228 927499



La sorcière verte : votre guide complet d'initiation à la magie naturelle des herbes, des fleurs, des huiles essentielles et autres préparations enchantées

Murphy-Hiscock, Arin

Un guide sur la magie naturelle, qui tire son pouvoir de la Terre et de l'univers, et sur le pouvoir de guérison des plantes, des herbes médicinales, des fleurs et des huiles essentielles. La praticienne utilise aussi des objets naturels comme les cristaux qui aident à trouver l'équilibre intérieur.

Contre-Dires, Paris

978-2-84933-594-9

9 782849 335949



T'inquiète pas, maman, ça va aller

Fougerolles, Hélène de

Sa fille étant atteinte d'un trouble du spectre autistique, l'actrice relate son parcours pour accepter la différence de son enfant qu'elle a longtemps cachée au grand public. Elle évoque son déni, sa fuite, son combat, les rires et les larmes, les joies et les peines. Elle livre sa vision de la vie et du bonheur que cette expérience a fait évoluer.

Fayard, Paris

978-2-213-70506-4

9 782213 705064



Tour de France 2020 : le livre officiel

Livre souvenir du Tour de France 2020, qui s'est pour la première fois déroulé en septembre. Avec les statistiques officielles, les témoignages des champions et une riche iconographie.

Solar, Paris

978-2-263-17143-7

9 782263 171437



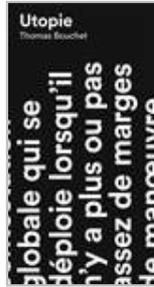
Urgences or not urgences : manuel de survie en milieu pédiatrique

To be or not toubib

Des fiches permettant de savoir si un déplacement à l'hôpital est nécessaire ou non en fonction d'un cas donné. Le guide contient également des conseils pour gérer son stress et des indications sur le fonctionnement des urgences.

First Editions, Paris

978-2-412-06456-6



Utopie

Bouchet, Thomas (1967-....)

Un essai consacré à la notion d'utopie et à ses multiples avatars politiques et philosophiques.

Anamosa, Paris

978-2-38191-001-7



Vérité ou mensonge

Clervoy, Patrick (1958-....)

A partir d'exemples de fausses nouvelles, de remises en cause de connaissances établies et de faits d'actualité ou historiques, le psychiatre dévoile les mécanismes du mensonge et ses conséquences souvent dramatiques. Il examine les raisons pour lesquelles l'esprit humain manifeste de la complaisance avec le mensonge tout en soulignant le rapport complexe à la vérité que cette tendance implique.

O. Jacob, Paris

978-2-7381-5255-8



La vie après la mort

Riffard, Pierre A. (1946-....)

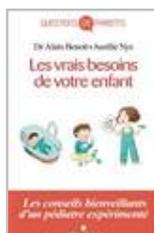
Andrès, Élisabeth

Pons, Gilbert (1946-....)

Un tour d'horizon des doctrines et des opinions concernant la vie ou la poursuite de l'existence après la mort, selon six grandes catégories de points de vue : la religion, la science, la parapsychologie, la philosophie, l'ésotérisme et la littérature. En fin d'ouvrage, près de soixante conceptions historiques sur la survivance sont résumées sous forme de schémas.

Bouquins, Paris

978-2-221-13120-6



Les vrais besoins de votre enfant : de la naissance à l'autonomie

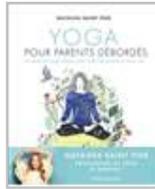
Benoit, Alain (1950-....)

Nys, Aurélie

Des outils pour aborder les fondamentaux de l'éducation durant l'enfance : sommeil, alimentation, jeu, motricité, propreté, langage, modes de garde, milieu scolaire ou encore relation avec les frères et soeurs. Les auteurs fournissent des repères importants et des exemples de cas tirés de consultations.

Albin Michel, Paris

978-2-226-43725-9



Yoga pour parents débordés : un guide de yoga unique, pour aider les parents à rester zen
St-Pier, Natasha (1981-....)

La chanteuse, également professeure de yoga et mère d'un garçon âgé de 3 ans, présente sa méthode pour gérer les moments difficiles dans la vie de parents actifs, en cinq à vingt minutes par jour d'exercice et de méditation.

Flammarion, Paris



978-2-08-023670-8



Le zapping de l'environnement

Lefrançois-Fidaly, Aurélien

Milsent, Léa

Thibaut, Cécile

Une synthèse sur l'environnement planétaire en une dizaine de thématiques phares, telles que la formation de la planète, l'eau, le ciel, la faune, la flore, les activités humaines et le climat, qui met notamment l'accent sur l'urgence écologique et la nécessité de protéger la Terre.

Larousse, Paris



978-2-03-599061-7