

9 782416 008474

10 ateliers yin-yang pour faire bouger sa vie professionnelle

Meyer-Léotard, Camille

Des conseils pour allier la rigueur du coaching à la souplesse du yoga et activer le corps ainsi que l'esprit. L'auteure propose des exercices et des méditations pour libérer l'énergie, rechercher l'équilibre et parvenir à une profonde harmonie.

Eyrolles, Paris

978-2-416-00847-4



9 782383 381594

5 ingrédients max : recettes veggies du quotidien

Vanessa

Soixante recettes salées et sucrées, simples et végétariennes, à préparer avec seulement trois à cinq ingrédients.

la Plage, Paris

978-2-38338-159-4



9 782021 511550

A l'aube de nouveaux horizons

Cabrol, Nathalie A. (1963-....)

Une synthèse sur les recherches autour des origines de la vie et sur la présence hypothétique de vies extraterrestres, passées ou présentes, illustrée d'images du télescope James-Webb. L'astrophysicienne aborde notamment l'exploration du Système solaire, la recherche d'exoplanètes et celle de signaux extraterrestres.

Seuil, Paris

978-2-02-151155-0



9 782380 156423

Agir et penser comme Goldorak : courageux, honorable, résilient, écolo, réservé et pacifique...

Tozzi, Pascal (1972-....)

Des leçons de vie inspirées du personnage de Goldorak, à mettre en pratique pour développer son courage, sa résilience, son sens moral, entre autres.

l'Opportun, La Varenne-Saint-Hilaire (Val-de-Marne)

978-2-38015-642-3



9 791021 056114

Les ambitions inavouées : ce que préparent les grandes puissances

Gomart, Thomas (1973-....)

Analyse des stratégies élaborées par des pays partenaires ou adversaires de la France dont la Chine, l'Allemagne, la Russie, l'Iran et l'Inde, à la lumière du contexte international et des principaux sujets de discussion comme le réchauffement climatique, la crise énergétique, les innovations économiques ou les conflits. L'auteur questionne l'avenir de la

France face à la rapidité des mutations.

Tallandier, Paris

979-10-210-5611-4



L'art rhétorique : petit manuel pour un usage éclairé de la parole

Dross, Juliette (1977-....)

Ce guide rappelle le fonctionnement de la persuasion et ses notions principales, explique ce qui rend un discours convaincant ou non et donne des clefs pour construire une parole efficace.

Armand Colin, Malakoff (Hauts-de-Seine)

978-2-200-63518-3



Aux thunes, citoyennes ! : au travail et à la maison, prenez le pouvoir sur votre argent

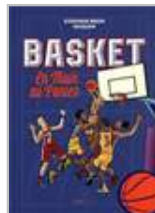
El Hassini, Insaff

Bolle, Héroïse

Un guide pratique pour apprendre aux femmes à parler d'argent sans complexe, négocier leur rémunération, gérer leurs finances personnelles, investir judicieusement et défendre leurs intérêts au travail comme à la maison, afin de gagner en autonomie et en liberté.

Alisio, Paris

978-2-37935-314-7



Basket : la main au panier

Brun, Stephen (1980-....)

Ohazar (1970-....)

Une quarantaine d'illustrations et de textes humoristiques qui explorent l'univers du basket et expliquent de manière décalée les termes techniques de ce sport.

Casa, Clichy (Hauts-de-Seine)

978-2-38058-336-6



La bible du triathlon : le guide d'entraînement des triathlètes

Friel, Joe

Guide pratique permettant d'améliorer ses performances et d'organiser son programme d'entraînement afin d'optimiser chaque séance de fitness, d'éviter le surmenage, de développer une musculature endurante et d'adopter une nutrition adaptée.

Talent Sport, Paris

978-2-37815-291-8



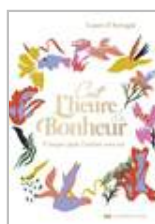
Le Brit book

Bourhis, Hervé (1974-....)

L'histoire illustrée de la pop culture anglaise depuis 1962, de Chapeau melon et bottes de cuir à James Bond en passant par les Beatles, David Bowie, la mini-jupe, les Télétubbies ou Banksy.

Dargaud, Paris

978-2-205-20627-2



C'est l'heure du bonheur : 9 étapes pour l'attirer vers soi

Astragal, Laure d'

Plus de 200 exercices d'écriture et de visualisation pour trouver sa formule personnelle du bonheur en analysant son passé, ses actions et son environnement et ainsi prendre conscience de ses freins anxiogènes, se réconcilier avec ses émotions, décupler son énergie ou définir sa quête de vie. Avec 25 méditations guidées.

Courrier du livre, Paris

978-2-7029-2201-9



Ces guerres qui nous attendent : 2030-2060

Volume 2

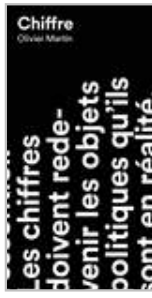
Red team

Résultat d'un projet inédit réunissant le ministère français des Armées, l'université Paris Sciences et Lettres ainsi que des écrivains de science-fiction et de roman noir pour prévoir les conflits futurs à l'horizon 2030-2060. Deux hypothèses sont développées en plusieurs récits de fiction : une guerre écosystémique et la décarbonation de l'air après de gigantesques incendies.

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

PSL, Paris

978-2-38284-476-2



Chiffre

Martin, Olivier (1966-....)

Essai sur le pouvoir des chiffres et leurs usages au XXIe siècle. L'auteur montre en quoi ils sont des objets humains, sociaux, conventionnels et politiques. Selon lui, ils doivent redevenir des objets politiques utiles au débat démocratique.

Anamosa, Paris

978-2-38191-054-3



Chroniques critiques de l'économie

Initialement diffusées sur France Culture, à la fin de l'émission Entendez-vous l'éco ?, sous le titre Le pourquoi du comment : économie et social, 245 chroniques pour appréhender les enjeux économiques et sociaux contemporains : chômage, déflation, âge de la retraite, transition écologique, évasion fiscale, entre autres.

Bréal, Levallois-Perret (Hauts-de-Seine)

978-2-7495-5387-0



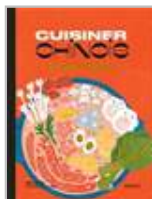
Crie-le ! : 30 portraits pour un monde engagé : essai

Saviano, Roberto (1979-....)

Trente portraits de personnalités, de la Grèce antique à nos jours, illustrent les convictions de l'auteur afin de dénoncer les manipulations, la propagande, la censure, les dérives du monde contemporain et inviter à réfléchir à propos des valeurs à défendre. Emile Zola, Anna Akhmatova, Edward Snowden, entre autres, incarnent le courage et la dignité dans la persévérance de leurs engagements.

Gallimard, Paris

978-2-07-295166-4



Cuisiner chinois : les recettes culte

Dobson, Ross (1965-....)

Cent recettes chinoises : raviolis vapeur, pâtés impériaux, riz sauté, soupes de nouilles, entre autres.

Marabout, Paris

978-2-501-17552-4



De gré et de force : comment l'Etat expulse les pauvres

François, Camille

Les expulsions locatives touchent des milliers de familles pauvres qui se retrouvent à la rue et accroissent la pauvreté et les inégalités sociales. Une enquête menée auprès d'institutions permet de retracer les étapes qui mènent à cette procédure tout en brossant le portrait des familles concernées.

La Découverte, Paris

978-2-348-07430-1



9 782348 074301



Les derniers jours de Staline

Rubenstein, Joshua (1949-....)

Une histoire de la Russie au début des années 1950, marquée par la mort de Staline et l'hostilité grandissante des Etats-Unis. Du 19e Congrès du parti en 1952 à la mort du Vojd en 1953 en passant par l'affaire des médecins et les campagnes antisémites, l'ouvrage retrace cette période trouble tout en fournissant une analyse géopolitique.

Perrin, Paris

978-2-262-09704-2



9 782262 097042



Un dieu à soi : comment j'ai acheté un dieu pour fonder ma religion (et devenir riche)

Meneses, Juan Pablo (1969-....)

Afin de démontrer que tout, même la foi, s'achète et de dénoncer la société de consommation, le journaliste prend la décision de fonder sa propre religion. Il part en Inde pour y acheter un dieu, croise la route de gourous et d'adeptes en tout genre, fonde une église dans la Silicon Valley et lance une religion mondiale à New York.

Editions Marchialy, Paris

978-2-38134-033-3



9 782381 340333



Economie pour le XXIe siècle : manuel des transitions justes

Laurent, Eloi

La crise écologique est aussi une crise économique. Ce manuel intègre les défis écologiques et les enjeux économiques et sociaux en prenant en compte la biosphère, la crise des inégalités sociales, l'économie organique et le dialogue interdisciplinaire. Il présente une méthode, des outils et aborde la biodiversité, les écosystèmes, l'énergie, la santé, etc.

La Découverte, Paris

978-2-348-07752-4



9 782348 077524



Les écooptimistes : remèdes à l'éco-anxiété

Moisan, Dorothée

Pour lutter contre l'écologie catastrophique et l'éco-anxiété, des militants proposent des solutions concrètes pour construire un autre avenir.

Seuil, Paris

978-2-02-152337-9



9 782021 523379



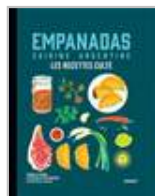
Eloge d'une guerrière : Thérèse de Lisieux

Saint-Cheron, Jean de

Un essai biographique consacré à Thérèse de Lisieux, dans lequel l'auteur assimile la sainte à une guerrière. Il retrace son enfance, le décès de sa mère, sa conversion à l'âge de 13 ans ou encore son entrée au Carmel, et décrit son caractère volcanique, son refus des conventions sociales ainsi que sa vision de l'amour miséricordieux.

Grasset, Paris

978-2-246-83206-5



Empanadas : cuisine argentine : les recettes culte

Zani, Enrique

Stivelmaher, Gaston

Cent recettes argentines pour réaliser des empanadas, ces chaussons avec diverses farces (jambon fromage, crevette avocat ou encore betterave chèvre frais) ainsi que des sorbets (vanille, dulce de leche, fraise, entre autres).

Marabout, Paris

978-2-501-17704-7



L'enfant thérapeute

Dock, Samuel (1985-....)

Fils d'une femme battue ayant été abandonnée dans son enfance, l'auteur évoque à travers l'histoire de sa mère la question de la maltraitance, de ses dégâts, de la difficile reconstruction et de la puissance du lien filial. Devenu psychologue, il livre ce témoignage dans le but de sensibiliser l'opinion à ce problème.

Plon, Paris

978-2-259-30804-5



Enseignants, de la vocation au désenchantement

Garcia, Sandrine (1964-....)

Fondée sur le témoignage de professeurs des écoles ayant démissionné, cette étude dévoile les mutations de leur pratique, l'intensification du travail pédagogique et les nouvelles missions qu'imposent les réformes et les coupes budgétaires des services publics. Les enseignants ressentent un décalage entre les attentes et les investissements consentis par rapport à leur satisfaction.

La Dispute, Paris

978-2-84303-329-2



Être une mère pour soi-même : devenir une femme libre et puissante

Webster, Bethany

Après avoir expliqué le poids de la blessure maternelle et ses effets néfastes sur la construction identitaire des femmes au sein des sociétés patriarcales, l'auteure dessine un chemin afin de retrouver sa place et sa puissance intérieure au quotidien.

R. Laffont, Paris

978-2-221-26780-6



Les fantômes de la nuit : des chauves-souris et des hommes

Tillon, Laurent

Biologiste et ingénieur forestier, l'auteur propose une immersion dans l'intimité des chiroptères et analyse leur vie sociale dont l'homme pourrait s'inspirer. Des QR codes permettent d'accéder à des vidéos en ligne.

Actes Sud, Arles (Bouches-du-Rhône)

978-2-330-17450-7



9 782330 174507



Les femmes sages

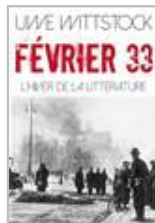
Une retranscription des entretiens du podcast Les femmes sages avec des professionnelles de la santé (gynécologues, sages-femmes, ostéopathes, naturopathes, etc.) et des sociologues illustrant la façon dont la santé des femmes peut être pensée de manière globale. Avec un cahier anatomique en début d'ouvrage.

Larousse, Paris

978-2-03-601843-3



9 782036 018433



Février 33 : l'hiver de la littérature

Wittstock, Uwe (1955-....)

Récit des événements du mois de février 1933 en Allemagne, du point de vue des écrivains, des intellectuels et des journalistes ayant assisté au basculement de la démocratie de Weimar dans le IIIe Reich. Les situations vécues par la famille Mann, B. Brecht, E.M. Remarque, A. Döblin, C. Zuckmayer, E. Lasker-Schüler ou encore G. Benn devant la montée du régime nazi sont retracées.

Grasset, Paris

978-2-246-83169-3



9 782246 831693



Finir prof... : peut-on se réconcilier avec le collègue ?

Goyet, Mara (1973-....)

Professeure d'histoire et de géographie dans un collège, l'auteure évoque les difficultés mais surtout les aspects positifs de ce métier qu'elle exerce avec passion.

R. Laffont, Paris

978-2-221-26781-3



9 782221 267813



La folie des chats

Béata, Claude

A travers des histoires vraies, cet ouvrage explore le monde des chats et livre une réflexion sur le rapport de l'homme au vivant.

O. Jacob, Paris

978-2-7381-5720-1



9 782738 157201



Le GIEC urgence climat : le rapport incontestable expliqué à tous : les chiffres, les menaces, les solutions des scientifiques

Huet, Sylvestre (1958-....)

Décryptage à visée pédagogique du sixième rapport de synthèse publié par le GIEC afin de comprendre l'impact des bouleversements climatiques comme l'élévation des températures, la hausse du niveau marin, les cyclones, les inondations, les sécheresses ou encore les menaces sur la sécurité alimentaire. Des solutions d'action pour en réduire les effets sont proposées.

Tallandier, Paris

979-10-210-5467-7



Guérir à deux voix

Yalom, Irvin D. (1931-....)

Elkin, Ginny

Dans les années 1970, Ginny Elkin, une jeune écrivaine prometteuse mais très perturbée, vient consulter le psychiatre Irvin Yalom, qui lui propose de le rémunérer avec des textes plutôt qu'avec de l'argent. Le thérapeute prend également des notes après chaque séance.

L'ensemble forme le journal croisé d'une thérapie pour en révéler toutes les arcanes.

Albin Michel, Paris

978-2-226-43669-6



Héros : d'Hercule à Superman : un mythe à (re)découvrir en 40 notices

Paré, Alix

Présentation de quarante oeuvres d'art représentant des héros, d'Hercule à Superman, en passant par les poilus, Gandhi, Galilée et Victor Hugo.

Chêne, Vanves (Hauts-de-Seine)

978-2-8123-2136-8



Histoire des préjugés

39 historiennes et historiens décryptent les différentes formes de stéréotypes et de préjugés, selon les domaines, les périodes ou les zones géographiques. Parmi les sujets abordés : les écologistes seraient opposés au progrès, les Français seraient arrogants, la couleur verte porterait malheur, entre autres.

Les Arènes, Paris

979-10-375-0839-3



Histoire mondiale des impôts : de l'Antiquité à nos jours

Anceau, Eric (1966-....)

Bordron, Jean-Luc

De la civilisation de Sumer et de l'Egypte pharaonique jusqu'aux paradis fiscaux contemporains, en passant par la Chine impériale, la France de Louis XIV et de Napoléon, ou l'Amérique de la prohibition, cet ouvrage mêle récit et anecdotes pour retracer l'histoire universelle de l'impôt, de son adhésion et de sa résistance.

Passés composés, Paris

978-2-37933-737-6



Ici et ailleurs

Aubenas, Florence (1961-....)

Le récit d'événements majeurs du XXI^e siècle en France et à l'étranger, du mouvement des gilets jaunes à la guerre en Ukraine.

Ed. de l'Olivier, Paris

978-2-8236-2017-7



9 782823 620177



Inconsolable

Van Reeth, Adèle (1982-....)

L'auteure s'intéresse à la disparition des êtres chers et à la manière d'aborder leur absence. Dans la continuité de son travail d'exploration du réel, elle constate que le chagrin conduit le coeur vers la littérature et la philosophie dans l'espoir d'y trouver une consolation, mais que les mots des autres ne consolent pas. Le drame serait ainsi une suspension provisoire de nos soucis.



9 782072 960680

Gallimard, Paris

978-2-07-296068-0



J'ai l'âge que je veux ! : 6 protocoles pour reprogrammer votre corps et votre mental, à n'importe quel moment de votre vie

Dzikowski, Natacha

80 % du vieillissement reposant sur l'hygiène de vie, chacun peut contrôler son âge biologique au lieu de le subir. C'est ce que propose ce guide à travers une méthode de reprogrammation modulable et personnalisable alliant alimentation, beauté, forme et coaching.



9 791028 526955

Leduc.s éditions, Paris

979-10-285-2695-5



Je mange keto au quotidien !

Schwob, Caroline

80 recettes rapides à préparer, accompagnées de conseils pour adopter une alimentation sans sucre et sans gluten : plats du soir, repas sur le pouce, plats froids express, soupes et salades complètes, encas et petits déjeuners.



9 782036 043213

Larousse, Paris

978-2-03-604321-3



La magie faite maison : le livre d'activités des sorciers : dans l'univers des films Harry Potter

Gilbert, Lindsay

25 activités autour de la thématique des sorciers, du macramé à la couture en passant par la fabrication de bougies, la création de baguettes en pâte polymère et des recettes de cuisine.



9 782364 808492

Chaque projet est expliqué étape par étape et illustré de photos.

Huginn & Muninn, Paris

978-2-36480-849-2



Materner : allaitement, sommeil, pleurs... : oubliez tout ce qu'on vous a dit et faites-vous confiance !
Krief, Sonia
Sous forme de manifeste, des conseils pour rassurer les parents, leur redonner confiance et les accompagner dans l'apprentissage de la maternité.
Larousse, Paris
978-2-03-602847-0



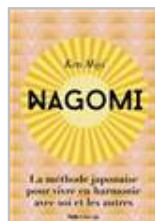
Un monde sans travail : comment les nouvelles technologies et l'intelligence artificielle reconfigurent le marché du travail
Susskind, Daniel
Partant du constat que, dans les cent années à venir, les progrès technologiques vont augmenter la prospérité tout en raréfiant le travail, cet essai analyse les enjeux économiques autour de trois questions : la répartition des fruits de cette richesse dans la société, son exploitation et les modalités de contrôle des technologies.
Flammarion, Paris
978-2-08-141694-9



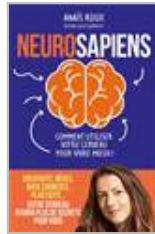
La montagne inversée : une expédition dans les méandres du fantôme
Lescurieux, Romain (1987-....)
Vabre, Antonin (1985-....)
Le calendrier maya prédit que la fin du monde aura lieu le 21 décembre 2012 et une rumeur prétend que seul le pic de Bugarach dans l'Aude sera épargné. Ce jour-là, les deux auteurs sont au sommet de la montagne. Dix ans plus tard, ils y retournent et enquêtent sur les habitants et les mystères de la région.
Editions Marchialy, Paris
978-2-38134-031-9



Le mythe de l'entrepreneur : défaire l'imaginaire de la Silicon Valley
Galluzzo, Anthony
Une déconstruction des stéréotypes associés aux chefs d'entreprise, souvent dépeints comme des génies ou des visionnaires. L'auteur montre en quoi une telle vision de ces hommes contribue à légitimer un ordre politique fondé sur le conservatisme méritocratique.
Zones, Paris
978-2-35522-197-2



Nagomi : la méthode japonaise pour vivre en harmonie avec soi et avec les autres
Moji, Ken
Au coeur de l'art de vivre nippon, le nagomi est une ancienne philosophie de vie. De la préparation des mets à la célébration de la fugacité de la floraison des cerisiers, il touche à tous les aspects de l'existence. L'auteur donne des conseils pour le mettre en oeuvre au quotidien afin de profiter d'un esprit serein, d'un équilibre des sentiments et d'un bien-être général.
Hugo New Life, Paris
978-2-7556-6378-5



Neurosapiens : comment utiliser votre cerveau pour vivre mieux !

Roux, Anaïs

Une description des pouvoirs du cerveau et de son fonctionnement ainsi que des dernières découvertes des neurosciences à travers des textes accessibles, des dessins et de courtes bandes dessinées.

Les Arènes, Paris

979-10-375-0840-9



Nos absentes : à l'origine des féminicides

Daycard, Laurène (1990?-....)

A partir de témoignages de proches des victimes et d'un récit autobiographique, une enquête écrite à la première personne sur les féminicides.

Seuil, Paris

978-2-02-149381-8



Nos pères, nos frères, nos amis : dans la tête des hommes violents

Palain, Mathieu (1988-....)

L'auteur s'intéresse aux hommes violents à l'ère du mouvement #MeToo, aux raisons qui les poussent à frapper et à récidiver. Il aborde les thèmes de la virilité et de la masculinité, deux concepts tirillés entre les injonctions contemporaines et les héritages du passé.

Les Arènes, Paris

979-10-375-0631-3



Les origines : pourquoi devient-on qui l'on est ?

Bronner, Gérald (1969-....)

Le sociologue s'interroge sur l'influence des origines dans la formation de l'identité et du devenir de l'individu, visitant la question sous le double angle du savoir sociologique et de son expérience personnelle. Il développe une thèse atypique qui valorise la liberté individuelle plutôt que les déterminismes sociaux.

Autrement, Paris

978-2-7467-5533-8



Pelé

Cohen, Stéphane (1965-....)

Portrait intime du footballeur brésilien Pelé, de son vrai nom Edson Arantes do Nascimento, de sa naissance au coeur du Minas Gerais à sa vieillesse à Sao Paulo, en passant par ses nombreux exploits sportifs. Les ennuis de son fils avec la justice, les déboires fiscaux et les amitiés du joueur sont également abordés.

Solar, Paris

978-2-263-18108-5





Petit traité du racisme en Amérique

Laferrière, Dany (1953-....)

De courts essais consacrés au racisme aux Etats-Unis. L'auteur évoque notamment les sensations éprouvées par les Afro-Américains face à la violence dont ils sont victimes, et brosse le portrait de célébrités comme Eleanor Roosevelt, Frederick Douglass, Angela Davis ou Bessie Smith.



Grasset, Paris

978-2-246-83049-8



La petite histoire du ballon de foot

Ghys, Etienne (1954-....)

Une description illustrée de schémas des ballons de football, sous leurs aspects géométrique et physique, qu'il s'agisse de leur conception, de leur fabrication et de leur comportement. Du classique Telstar au Al Rihla, utilisé lors de la Coupe du monde 2022, l'auteur passe en revue les formes des ballons et leurs effets singuliers sur les terrains tout en vulgarisant la science de la géométrie.



O. Jacob, Paris

978-2-415-00544-3



La plus résistante de toutes

Bacharan, Nicole

Mêlant l'intrigue romanesque à son propre cheminement sur les traces de sa mère, l'auteure raconte le destin d'une jeune femme amoureuse qui, à 18 ans, s'engage dans l'un des plus grands réseaux de la Résistance.

Stock, Paris

978-2-234-08752-1



Politikon : tout ce qu'il faut savoir sur les idéologies qui ont façonné notre monde

Piriou, Karim

Synthèse sur l'histoire des idéologies politiques modernes occidentales, retraçant les grands moments théoriques du libéralisme, du socialisme jusqu'aux récentes pensées du féminisme ou de l'écologie politique en passant par le nationalisme et les doctrines autoritaires. Les grandes figures de ces courants sont également évoquées.

Nouveau Monde éditions, Paris

978-2-38094-363-4



Le post-partum dure 3 ans : alors, laissez-vous du temps !

Roy, Anna

Des conseils pratiques et des propositions à la fois sociétales et politiques pour mieux prendre en charge le post-partum.

Larousse, Paris

978-2-03-602841-8





Pourquoi la guerre ?

Gros, Frédéric (1965-....)

En prenant comme exemple le conflit entre la Russie et l'Ukraine, l'auteur présente les principaux concepts philosophiques liés à la guerre comme la notion de guerre juste ou les crimes de guerre.

Albin Michel, Paris

978-2-226-47871-9



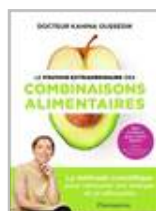
Pourquoi le mal frappe les gens biens ?

Leichter-Flack, Frédérique (1974-....)

Une interrogation sur le rôle du malheur en littérature. L'auteure montre comment, en aidant à mettre des mots sur les plaies tout en assumant le besoin de garder du sens à l'existence, les récits questionnent la capacité à supporter l'incertitude, à composer avec la catastrophe et arment le lecteur pour affronter l'intolérable.

Flammarion, Paris

978-2-08-024588-5



Le pouvoir extraordinaire des combinaisons alimentaires : bien combiner pour mieux digérer : inclus des recettes pour tous les jours

Oussedik-Ferhi, Kahina

Du petit déjeuner au dessert, une méthode pour associer les bons aliments entre eux et faciliter ainsi la digestion, l'absorption intestinale des nutriments, diminuer le stockage des graisses et prévenir certaines maladies comme l'obésité, le cancer ou le diabète. Avec des menus types sur trois jours et 25 recettes.

Flammarion, Paris

978-2-08-025363-7



Une révolution intérieure : renforcer l'estime de soi

Steinem, Gloria (1934-....)

Mêlant anecdotes personnelles, témoignages et analyses, un ouvrage qui invite à se réparer de sa vie en travaillant sur l'estime de soi. Convaincue que cette dernière détermine la capacité à exister dans l'espace public, l'auteure donne des conseils pour la restaurer grâce à des techniques ou des méditations guidées. Nouvelle traduction.

HarperCollins, Paris

979-10-339-0896-8

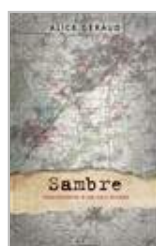


Rugby : 100 Bleus de légende : les joueurs les plus emblématiques de l'histoire du rugby français

Portrait de cent joueurs de rugby qui ont marqué l'histoire de l'équipe de France d'avant la Première Guerre mondiale au début des années 20, avec les moments forts de leur carrière, des anecdotes et le rappel de leur palmarès.

Sud-Ouest, Bordeaux

978-2-8177-1000-6



Sambre : radioscopie d'un fait divers

Géraud, Alice

Une enquête sur l'affaire du violeur de la Sambre, un homme accusé d'une cinquantaine d'agressions sexuelles et de viols commis au cours de trois décennies le long de la Sambre.

Lattès, Paris

978-2-7096-6630-5



Sauver l'Empire : 1813, la fin de l'Europe napoléonienne

Vial, Charles-Eloi

Présentation des événements survenus en Europe en 1813, date clé de la fin de l'empire napoléonien. L'auteur établit le contexte européen et français, tous deux hostiles à l'empereur, avant d'aborder les dernières campagnes militaires de Napoléon.

Perrin, Paris

978-2-262-09461-4



9 782262 094614



La science à l'épreuve des mauvaises langues : 10 idées reçues décryptées pour bien comprendre la démarche scientifique

Kremer, Annabelle (19...-.... ; professeur de SVT)

L'auteure déconstruit dix idées reçues sur les sciences pour comprendre les bases de la démarche scientifique.

Delachaux et Niestlé, Lonay (Suisse)

978-2-603-02991-6



9 782603 029916



Le sommeil, c'est bon pour le cerveau

Laureys, Steven (1968-....)

Le neurologue explique la biologie du sommeil et retrace l'histoire des découvertes qui ont contribué à percer son énigme. Il décrit l'activité cérébrale au cours des différentes phases de sommeil, d'états de veille et de conscience. Avec des conseils et des astuces pour mieux dormir.

O. Jacob, Paris

978-2-415-00421-7



9 782415 004217



Le suppléant

Harry (prince)

Des révélations du second fils du roi Charles III et de Diana Spencer, princesse de Galles. Il retrace son parcours depuis son apparition, avec son frère William, derrière le cercueil de leur mère en passant par son engagement dans l'armée de 2005 à 2015, jusqu'à son mariage avec Meghan Markle, leur retrait de leurs fonctions officielles et les tensions apparues au sein de la famille royale.

Fayard, Paris

978-2-213-72504-8



9 782213 725048



Le talent est une fiction : déconstruire les mythes de la réussite et du mérite

Karaki, Samah (1984-....)

Docteure en neuropsychologie, l'auteure déconstruit les mythes du talent inné, de la réussite et du mérite, en analysant diverses personnalités, de W.A. Mozart à T. Woods, en passant par Messi ou encore les soeurs Polgar. Elle examine ainsi les différents facteurs (sociaux, culturels et individuels) qui permettent de favoriser des compétences hors du commun.

Lattès, Paris

978-2-7096-6938-2



9 782709 669382



Le temps des féminismes
Perrot, Michelle (1928-....)

Un texte à la fois intime et théorique dans lequel la première historienne à enseigner l'histoire des femmes en France, en 1973, évoque son parcours ainsi que les changements sociétaux impulsés par les luttes féministes, de l'accession à l'égalité jusqu'au mouvement #MeToo. Les destins de femmes mêlées à cette cause sont également abordés, d'Olympe de Gouges à Arlette Farge.

Grasset, Paris
978-2-246-83027-6



Tout ce qui nous empêche d'être heureux et ce qu'il faut savoir pour l'être
Midal, Fabrice (1967-....)

Un manuel de vie pour atteindre le bonheur en appréhendant les difficultés du quotidien d'une manière nouvelle.

Flammarion, Paris
Versilio, Paris

978-2-08-041132-7



Toute une vie pour eux

Fron, Bruno

Médecin de famille depuis quarante ans, l'auteur raconte son quotidien et son amour pour sa profession. Il dénonce la fatigue et les lenteurs administratives, tout en témoignant des liens forts qui l'unissent à ses patients.

l'Iconoclaste, Paris

978-2-37880-342-1



La transparence du matin : rouvrir des possibles dans nos vies

Jullien, François (1951-....)

Le philosophe aborde la question du vivre, qui s'étend du vital au vivant. Il ouvre le champ des possibles pour atteindre le bonheur.

Editions de l'Observatoire, Paris

979-10-329-2712-0



La tyrannie du divertissement : ne laissez pas les loisirs gâcher votre vie et celle de vos enfants

Babeau, Olivier

Grâce aux progrès technologiques et numériques, l'homme dispose d'énormément de temps libre. L'auteur démontre que l'utilisation de ce temps libéré influence la réussite sociale et économique, et accroît les inégalités entre ceux qui optent pour une stratégie équilibrée et ceux qui s'abandonnent à des loisirs et des divertissements imposés par d'autres, notamment via les écrans.

Buchet Chastel, Paris

978-2-283-03588-7



Une vie heureuse

Kolinka, Ginette (1925-....)

Née en 1925, G. Kolinka vit dans le même appartement, rue Jean-Pierre-Timbaud à Paris, depuis qu'elle a 10 ans, à l'exception de trois ans, de 1942 à 1945, lorsqu'elle a été déportée à Auschwitz avec plusieurs membres de sa famille, dont certains ne sont pas revenus. Elle évoque sa vie, de l'atelier de confection de son père au marché d'Aubervilliers, où elle a longtemps travaillé.



Grasset, Paris

978-2-246-83238-6



Vivre crescendo : le meilleur reste à faire

Covey, Stephen M.R.

Haller, Cynthia Covey

Un guide de vie au quotidien pour s'accomplir et s'épanouir quel que soit son âge ou son expérience.

First Editions, Paris

978-2-412-08607-0



Les XII lois d'Astérix : la justice au temps des Gaulois

Costa, Raphaël

Une découverte des lois telles qu'elles étaient appliquées par les chefs gaulois ou les druides à travers des exemples tirés des aventures d'Astérix.

Enrick B. éditions, Paris

978-2-38313-118-2

