



9 782844 665690

1.000 randos en France

Des randonnées pédestres à travers 96 départements français, classées selon le niveau de difficulté, accompagnées de cartes IGN.

Chamina édition, Chamalières (Puy-de-Dôme)

978-2-84466-569-0



9 782900 818244

23 penseuses pour 2023 : les meilleurs textes écrits par des femmes philosophes, essayistes, écrivaines, parus dans la presse internationale

Recueil de 23 articles d'intellectuelles parus dans la presse internationale en 2023. Ces textes dressent un panorama des idées contemporaines autour de sujets tels que l'avortement, la guerre en Ukraine, les armes à feu aux Etats-Unis ou encore la nature et l'environnement, avec notamment Naomi Klein, Rebecca Solnit, Manon Garcia, Lauren Holt, Ruth Chang ou Ashwini Vasanthakumar.

Philosophie Magazine éditeur, Paris

978-2-900818-24-4



9 782092 497845

365 jours avec Jamy : on en apprend tous les jours !

Gourmaud, Jamy (1964-....)

Jamy propose, pour chaque jour de l'année, des connaissances sur le quotidien : histoire, sciences, langue française, voyages, cuisine etc.

Nathan, Paris

978-2-09-249784-5



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 : le point sur la recherche de la vie dans l'univers

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

Seuil, Paris

978-2-02-151155-0



Une année de philosophie

Robert, Marie (1985-....)

Recueil de 160 textes philosophiques, classés par saison, tirés du compte Instagram de l'auteure et illustrés par douze photocollages.

Flammarion, Paris

Versilio, Paris

978-2-08-029377-0



9 782080 293770



Anthologie du XV de France

Escot, Richard (1959-....)

Une présentation illustrée du XV de France à travers son histoire, ses joueurs emblématiques, ses scores, ses statistiques ainsi que sa philosophie.

Solar, Paris

l'Equipe, Boulogne-Billancourt (Hauts-de-Seine)

978-2-263-18070-5



9 782263 180705



L'art de faire les choses jusqu'au bout

Tran, Kevin (1991-....)

Un parcours en 18 étapes pour prendre sa vie en main et s'accomplir en cessant d'avoir peur et de douter, en terminant ce qui est commencé et en tirant un enseignement de tout ce qui arrive.

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

978-2-7499-4979-6



9 782749 949796



L'aventure de vieillir

Hennezel, Marie de (1946-....)

L'auteure explore le rapport au temps, à l'âge et s'intéresse à l'expérience du vieillissement. Selon elle, cette expérience ne doit pas être vécue comme un déclin mais comme une continuité.

R. Laffont, Paris

Versilio, Paris

978-2-221-26784-4



9 782221 267844



Bien vivre sa grossesse au naturel : alimentation, beauté, bien-être, énergie

Andréewitch, Claire (1985-....)

Naturopathe et coach en nutrition, l'auteure propose un programme par trimestre pour favoriser sa santé et son bien-être pendant la grossesse. Ce guide fournit des conseils nutritionnels et des recettes, des exercices de yoga, de respiration et d'étirement, des rituels beauté et des routines pour soigner ses maux.

Marabout, Paris

978-2-501-16761-1



9 782501 167611



Blanc : histoire d'une couleur

Pastoureau, Michel (1947-....)

Une histoire du blanc dans les sociétés occidentales, de l'Antiquité jusqu'au XXIe siècle.

L'auteur souligne la richesse symbolique de cette couleur qui est à la fois synonyme de pureté, de virginité, d'innocence, de sagesse, de paix, de beauté et de propreté.

Seuil, Paris

978-2-02-150453-8



9 782021 504538



Ca suffit mon amour ! : que nous disent les enfants quand ils dépassent les limites ?  
Comment les aider à se construire ?

Didier, Léa

La psychologue vulgarise le développement psychologique des enfants pour permettre de mieux comprendre leurs comportements et le fonctionnement de leur cerveau. Grâce à des cas concrets, elle propose des clés pour construire des limites physiques, sociales et familiales, gérer leurs pulsions et adopter une éducation positive afin d'apaiser le quotidien des familles.

Albin Michel, Paris

978-2-226-45959-6



Carnet d'entraînement des frères Mawem

Volume 1, 85 exercices d'escalade : échauffement, endurance, force, explosivité, footing vertical

Mawem, Mickaël

Mawem, Bassa

Les frères Mawem, athlètes de haut niveau en escalade, présentent leur méthode d'entraînement, pour l'échauffement, le volume, la force, l'explosivité, l'assouplissement et le footing vertical. Chaque aspect est abordé selon chaque partie du corps et adapté au niveau de chacun. L'ensemble forme 85 exercices détaillés accompagnés de fiches de suivi.

Editions du Chemin des crêtes, Marseille

979-10-95743-42-2



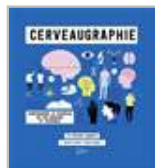
Cassez les codes : la science de l'âge enfin décryptée

Levy, Becca

Entre témoignages et études scientifiques, l'auteure remet en cause les idées négatives associées à la vieillesse dans les sociétés occidentales et montre qu'accepter son âge permet de vieillir heureux.

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

978-2-7499-4566-8



Cerveaugraphie : comprendre le cerveau en 100 dessins et schémas

Laureys, Steven (1968-....)

Un ouvrage de vulgarisation illustré présentant le système nerveux ainsi que le fonctionnement des neurones, de l'hippocampe, des émotions et des rêves. Le neurologue belge propose également des conseils pour prendre soin de son cerveau.

Hachette Pratique, Vanves (Hauts-de-Seine)

978-2-01-945274-2



Copernic et Newton n'étaient pas seuls : ce que la science moderne doit aux sociétés non européennes : une nouvelle histoire mondiale des sciences

Poskett, James

L'histoire des sciences est relatée dans laquelle l'auteur prouve qu'elle s'est faite grâce à la convergence des cultures. Il expose ainsi la médecine aztèque, les astronomes africains, les ingénieurs ottomans, les généticiens indiens, la mécanique quantique au Japon, entre autres.

Seuil, Paris

978-2-02-142960-2



Créer son jardin nourricier : le guide pour débiter son potager au naturel  
Cousin, Jill

Des conseils pour cultiver un jardin potager : surface, arrosage, variété, semence, entre autres.

First Editions, Paris

978-2-412-07376-6



9 782412 073766



Les criminels de la cryptomonnaie : traque au coeur du dark web

Greenberg, Andy

L'auteur enquête sur les dérives rendues possibles par la crypto-monnaie, innovation technologique qui a bouleversé la finance mondiale depuis les années 2010. Utilisée par la mafia, les trafiquants ou les vendeurs d'armes, elle favorise le développement d'une économie parallèle aux graves conséquences.

Saint-Simon, Paris

978-2-37435-036-3



9 782374 350363



Une croisière sur le Nil ou La fabuleuse histoire du steam ship Sudan

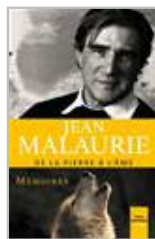
L'histoire du dernier bateau à vapeur encore en service issu de la flottille établie par Sir Thomas Cook au début du XXe siècle. Ce navire a transporté d'illustres passagers le long du Nil et leur a ainsi fait découvrir les richesses naturelles et culturelles de l'Egypte : Alexandrie, Assouan, le lac Nasser, Philae ou encore Abydos.

Albin Michel, Paris

978-2-226-47847-4



9 782226 478474



De la pierre à l'âme : la prescience sauvage : mémoires

Malaurie, Jean (1922-....)

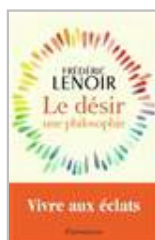
L'anthropogéographe revient sur quelques-uns des moments forts de ses explorations menées dans l'Arctique et autour du cercle polaire. Il raconte notamment les moments exceptionnels de communion qu'il a vécus auprès du peuple animiste que sont les Inuits.

Plon, Paris

978-2-259-20720-1



9 782259 207201



Le désir : une philosophie

Lenoir, Frédéric (1962-....)

Fondée sur la pensée de Platon, Spinoza, Nietzsche, Jung, Bergson et Girard, une réflexion philosophique sur le désir confronté aux problématiques de la société contemporaine comme le consumérisme, le mimétisme social ou l'insatisfaction permanente. L'auteur explique l'importance de s'orienter vers des activités ou des personnes qui apportent de la joie et nourrissent l'élan vital.

Flammarion, Paris

978-2-08-041580-6



9 782080 415806



Dictionnaire amoureux de la Coupe du monde

Duluc, Vincent (1962-....)

Ce dictionnaire propose des articles sur cette compétition sportive à l'audience planétaire. L'auteur aborde les différents souvenirs et regrets qui appartiennent à sa mythologie, ainsi que les personnalités qui ont marqué son histoire, de Pelé à Cruyff, en passant par Zidane ou Maradona.

Plon, Paris

978-2-259-31292-9



9 782259 312929



Dictionnaire d'histoire de l'Eglise

Comité pontifical des sciences historiques

Plus de 600 notices rédigées par 80 auteurs, consacrées à l'histoire de l'Eglise chrétienne : thèmes théologiques, institutions, fonctions, titres, rites, liturgies, etc.

Cerf, Paris

978-2-204-15228-0



9 782204 152280



Donner du sens à son alimentation pour donner du sens à sa vie : la porte nutritionnelle

Nathan, Paule

Un guide accompagné d'exercices en pleine conscience afin de retrouver du sens à sa vie en changeant son rapport à l'alimentation. L'auteure invite à ouvrir ses sens, à respecter la nourriture et à la considérer dans sa dimension symbolique afin de se relier aux autres, aux traditions, à la nature et au monde.

O. Jacob, Paris

978-2-415-00364-7



9 782415 003647



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



Einstein

Ottaviani, Jim

Dye, Jerel

Une bande dessinée biographique qui retrace le parcours du célèbre savant du XXe siècle, évoquant ses amitiés, ses théories ou encore son rapport à la célébrité et à Dieu.

Vuibert, Paris

978-2-311-15028-5



9 782311 150285



L'Equipe : 1.000 unes

Glo, Pascal

Une rétrospective des unes parues depuis 1946 dans le magazine L'Equipe. Formule 1, football, tennis, natation, jeux Olympiques, l'ouvrage évoque les moments forts de l'histoire du sport français et étranger.

Solar, Paris

l'Equipe, Boulogne-Billancourt (Hauts-de-Seine)

978-2-263-18073-6



9 782263 180736





L'espérance, ou La traversée de l'impossible

Pelluchon, Corine (1967-....)

Les changements climatiques et les risques écologiques peuvent provoquer inquiétude et stress. L'auteure montre en quoi l'espérance est différente de l'optimisme et implique le négatif, avant de déchiffrer les signes d'un progrès possible.

Rivages, Paris

978-2-7436-5847-2



9 782743 658472



Explorer la forêt : guide pratique pour se nourrir, découvrir, fabriquer

Irvine, Richard (1971-....)

Des techniques pour subsister dans la forêt : allumer un feu, cueillir des champignons, tailler des outils, sculpter le bois, construire un nichoir ou utiliser une baguette de sourcier.

Marabout, Paris

978-2-501-17147-2



9 782501 171472



Fait maison : 45 recettes festives, rapides & faciles

Volume 6, Spécial fêtes

Lignac, Cyril (1977-....)

Une sélection de 45 recettes festives salées et sucrées : foie gras poêlé aux fruits et aux épices, hamburger de Noël, vol-au-vent de volaille et crème de truffe, omelette norvégienne aux amandes, soufflé glacé aux poires, entre autres.

La Martinière, Paris

979-10-401-1205-1



9 791040 112051



Les femmes artistes sont de plus en plus dangereuses

Adler, Laure (1950-....)

Viéville, Camille (1980-....)

Etude sur le parcours d'une cinquantaine de femmes artistes depuis le XVIe siècle : Vera Molnar, Nancy Spero, Hilma af Klint, Vanessa Bell, Kubra Khademi ou encore les Guerrilla Girls. Elle met en lumière le lent basculement vers leur autonomie et la reconnaissance de la dimension créative de leur travail, des compétences longtemps réservées aux hommes.

Flammarion, Paris

978-2-08-027932-3



9 782080 279323



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



9 782226 436696



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



9 782812 321368



Histoires et avenir de l'éducation

Attali, Jacques (1943-....)

Une histoire de l'éducation et plus largement des différentes formes de transmission des savoirs à travers le monde. L'auteur salue les apports de la philosophie, des mathématiques, de la poésie ou encore de la musique à l'évolution de la société. Il questionne également l'avenir et démontre la nécessaire formation de tous pour une société libre et égalitaire ainsi qu'une nature protégée.

Flammarion, Paris

978-2-08-041534-9



9 782080 415349



Des hommes, des femmes, nos libertés

El Makki, Laura

Wolff, Nathalie

Portrait des personnalités qui ont contribué à la consécration et à la mise en oeuvre des droits et des libertés individuels. A l'heure où les libertés fondamentales sont invoquées avec acuité, l'ouvrage permet de comprendre comment elles se sont construites et ce qu'elles recouvrent.

Dalloz, Paris

978-2-247-21491-4



9 782247 214914



Il n'y a pas de Ajar : monologue contre l'identité

Horvilleur, Delphine (1974-....)

Abraham, le fils d'Emile Ajar, l'entourloupe littéraire utilisée par Romain Gary pour publier La vie devant soi, prend la parole. Il s'adresse à un mystérieux interlocuteur pour revisiter l'univers de l'écrivain mais aussi celui de la kabbale, de la Bible, de l'humour juif ainsi que les débats politiques actuels sur le nationalisme, l'identité et l'appropriation culturelle.

Grasset, Paris

978-2-246-83156-3



9 782246 831563



L'incroyable pouvoir de l'amour : faites-vous pousser des ailes

Brillant, Stéphanie

L'auteure propose un regard nouveau sur l'amour qu'elle considère comme l'énergie à la source des émotions et sentiments positifs qui sont souvent confondus avec lui. S'appuyant sur des recherches scientifiques, elle montre que l'amour est le plus grand capital santé pour l'homme, tant physiquement que mentalement.

Actes Sud, Arles (Bouches-du-Rhône)

978-2-330-16029-6



9 782330 160296



J'apaise les pleurs de mon bébé : portage, emmaillotage, massage, soins

Kovaleff, Anaïs

Marabout, Paris

978-2-501-17605-7



9 782501 176057



Je réussis ma détox sucre

Volume 2

Philippon, Bérengère (1978?-....)

La créatrice du compte Instagram @0sucre\_et\_igbas propose quarante recettes à IG (index glycémique) bas à base d'aliments complets et peu transformés : gâteaux, crèmes et desserts glacés, recettes pour les fêtes, entre autres. Elles sont précédées d'explications, de témoignages ou d'astuces pour bien comprendre ce qu'est l'alimentation à IG bas.



9 782036 014596

Larousse, Paris

978-2-03-601459-6



Jeunes à crever : attentats du 13-novembre : un procès, une génération

Auda, Guillaume

Ayant été reporter de guerre au Moyen-Orient et l'un des premiers à se rendre sur place le soir des événements, le journaliste a suivi au jour le jour le procès des attentats du 13 novembre 2015 dont il retranscrit ici les différentes facettes. Il sonde les divers acteurs, met en parallèle leurs douleurs et leurs interrogations, dressant le portrait d'une génération frappée de plein fouet.



9 782749 174235

Cherche Midi, Paris

978-2-7491-7423-5



Juré sous influence

Sterlé, Carole

Le récit du procès d'une affaire de trafic de drogue illustre la difficulté de juger les criminels en Seine-Saint-Denis et révèle les dessous de la justice et les zones de non-droits que sont devenus les quartiers gangrenés par les trafiquants.

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



9 782382 842447

978-2-38284-244-7



Le langage de l'amour : de la rencontre à la rupture, comment les mots révèlent nos sentiments

Neveux, Julie (1978-....)

Une analyse du langage amoureux, qu'il soit représentatif du fantasme, de la fusion, de la possession et du figement. Grâce à de nombreuses références allant de Louis Aragon à Stromae en passant par Ingmar Bergman, cet essai de linguistique analyse la relation sentimentale à travers ses mots.



9 782246 826965

Grasset, Paris

978-2-246-82696-5





Les légendes du basket

Gaudin, Rodolphe (1975-....)

Présentation des plus grandes stars du basket-ball, de K. Abdul-Jabbar à L. James en passant par R. Westbrook, M. Johnson, M. Jordan ou T. Parker, avec un retour sur les matchs qui ont marqué l'histoire du sport : la finale des jeux Olympiques de Munich entre les Etats-Unis et l'URSS en 1972, la victoire de la France à l'Euro féminin de 2001, etc.



9 782035 958358

Larousse, Paris

978-2-03-595835-8



Léonard, Frida & les autres : huit siècles de peinture racontés en cent artistes

Jouneaux, Camille

Chêne, Vanves (Hauts-de-Seine)

978-2-8123-2073-6



9 782812 320736



Louves : comment la maternité nous transforme

Deffrennes, Marine

Roucheux, Marion (1985-....)

Des conseils pour embellir le quotidien des mamans à travers dix thématiques nourries par le vécu des auteures et de témoins : le vertige de la naissance, maternité et féminisme, le couple ou encore accepter les erreurs.



9 782412 078617

First Editions, Paris

978-2-412-07861-7



Manifeste intemporel des arts de la préhistoire

Picq, Pascal (1954-....)

Le paléoanthropologue présente la créativité et l'innovation conscientes qui ont émergé à l'arrivée du genre Homo de la lignée humaine. Le feu, le langage, les chants, les habits, les parures, les maquillages et les coiffures composent ainsi une palette de l'aptitude des hommes à transformer le monde et à le mettre en relation avec des représentations. Il rend ainsi hommage à la beauté.



9 782080 234339

Flammarion, Paris

978-2-08-023433-9



Manuel du cuisinier amateur : 150 recettes et techniques : tout a un début, surtout la faim  
Whoogy's

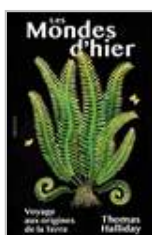
Un manuel destiné aux cuisiniers amateurs. L'auteur décrit les notions élémentaires à connaître, les ustensiles à posséder et les techniques à maîtriser. Il propose différentes recettes : sauces, pains, condiments, entrées, plats, desserts, etc.



9 782812 321344

Chêne, Vanves (Hauts-de-Seine)

978-2-8123-2134-4



Les mondes d'hier : voyage aux origines de la Terre

Halliday, Thomas (1989-....)

Une description de la faune et de la flore sur 500 millions d'années, de la steppe d'Alaska glacière aux colonies de manchots géants des forêts tropicales de l'Antarctique.

Grasset, Paris

978-2-246-82260-8



9 782246 822608



Mots et expressions de Pierre Larousse

Une présentation de mots anciens, à l'époque de Pierre Larousse : métiers disparus, outils révolus, adverbes, expressions mystérieuses, entre autres.

Larousse, Paris

978-2-03-597111-1



9 782035 971111



New York des peintres et des écrivains

Bayle, Françoise (1957-....)

Anthologie illustrée sur la ville de New York associant peinture et littérature depuis le XVIIe siècle.

Hazan, Vanves (Hauts-de-Seine)

978-2-7541-1281-9



9 782754 112819



La nouvelle peur des autres : trac, timidité et phobie sociale

André, Christophe (1956-....)

Légeron, Patrick (1948-....)

Pelissolo, Antoine (1966-....)

O. Jacob, Paris

978-2-415-00308-1



9 782415 003081



Océans : explorer le monde marin

Un voyage à travers les continents et les cultures pour découvrir des oeuvres d'artistes et de créateurs d'images inspirées du monde marin. Le panorama couvre un large éventail de styles et de techniques, des illustrations scientifiques aux sculptures en passant par la photographie sous-marine et la vidéo.

Phaidon, Paris

978-1-83866-576-0



9 781838 665760



Offshore : dans les coulisses édifiantes des paradis fiscaux

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

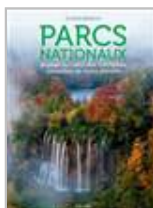
Une enquête sur les rouages des paradis fiscaux qui permettent l'évasion fiscale par les GAFAM et autres multinationales, la fraude fiscale à grande échelle, la corruption de nombreux dirigeants et chefs d'Etat ou encore la collecte de l'argent des mafias et trafiquants de drogue.

Les Liens qui libèrent, Paris

979-10-209-1132-2



9 791020 911322



Parcs nationaux : voyage au coeur des merveilles naturelles de notre planète

Bianchi, Elena

La découverte d'une faune variée, d'écosystèmes exceptionnels et d'une très riche biodiversité, parfois menacés, dans les parcs nationaux du monde entier : Yellowstone et Yosemite aux Etats-Unis, Tumucumaque au Brésil, Serengeti en Afrique, Jiuzhaigou en Chine, la grande barrière de corail en Australie, entre autres.

Editions de l'Imprévu, Paris

979-10-295-0995-7



9 791029 509957



Pédagogie de la résonance : entretiens avec Wolfgang Endres

Rosa, Hartmut (1965-....)

Endres, Wolfgang (1946-....)

Le philosophe et sociologue développe sa théorie de la résonance liée à la relation de l'homme au monde et à sa capacité à être affecté par les actions des autres. En répondant aux questions d'un pédagogue de profession, il expose les enjeux de ce concept pour toute personne en situation d'apprendre quelque chose à quelqu'un, des enseignants aux parents.

le Pommier, Paris

978-2-7465-2603-7



Petite philosophie des rides : que peut la science contre le vieillissement ?

Lemoine, Maël (1974-....)

Des réflexions sur les produits anti-vieillessement, l'éthique qui leur est rattachée et sur l'espoir de mourir en bonne santé. L'auteur évoque le vieillissement de l'espèce humaine, ce que peuvent faire les sciences et la médecine contre les maladies de l'âge ou encore les principales croyances autour du vieillissement.

Hermann, Paris

979-10-370-1984-4



Plaidoyer pour la langue arabe

Yafi, Nada (1950-....)

Partant du postulat que l'arabe est l'une des six langues officielles des Nations unies et la deuxième plus parlée en France, l'auteure souligne le paradoxe français vis-à-vis de cette langue. Elle explore les origines de sa présence dans l'Hexagone et ses multiples fonctions (liturgique, véhiculaire, ornementale et musicale) dans le but de déconstruire bon nombre d'amalgames et de clichés.

Libertalia, Paris

978-2-37729-276-9



Plus jamais sans moi

Ankaoua, Maud (1971-....)

Constance obtient le poste qu'elle espérait dans un cabinet d'élite. Pourtant, proche de la quarantaine, elle se sent vulnérable et peu sûre d'elle. Elle est follement éprise de Lucas et attend que celui-ci tienne sa promesse et quitte sa femme. Mais une fois son contrat signé, elle entame une période d'essai peu conventionnelle qui vient bouleverser sa vision d'elle-même et de l'amour.

Eyrolles, Paris

978-2-416-00838-2



Quand la mort éclaire la vie

Face à la nécessité d'apprendre à vivre avec la mort, qu'il s'agisse de celle des autres ou de la sienne, l'auteur convoque les réflexions d'un psychiatre, d'un moine bouddhiste, d'un accompagnant en soins palliatifs, d'un philosophe et d'un neuroscientifique pour éclairer cette expérience fondatrice de la condition humaine. Leurs propos sont complétés de textes choisis.

l'Iconoclaste, Paris

978-2-37880-306-3



Réapprenez à dormir : pour être en bonne santé

Philip, Pierre (1952-....)

Le sommeil repose sur trois piliers fondamentaux : la régularité, la durée et la qualité. Le spécialiste aborde toutes les maladies liées au sommeil comme l'insomnie ou l'apnée du sommeil, répond à une centaine de questions liées à la vie courante et propose des solutions concrètes, personnalisées et adaptées à chaque âge de la vie. Avec des fiches pratiques.

Albin Michel, Paris

978-2-226-47492-6



La Route du Rhum : une aventure humaine de Saint-Malo à Pointe-à-Pitre

Cintas, Eric

Desjoyaux, Michel

Les auteurs retracent l'histoire de cette course transatlantique en solitaire, au travers de nombreuses photographies et de témoignages inédits de skippers. Depuis la victoire épique de Mike Birch pour la première édition de 1978 jusqu'aux préparatifs de celle de 2022, l'ouvrage raconte les drames, les espoirs et les personnages incontournables de cette aventure marine.

Marabout, Paris

978-2-501-17114-4



Sacrés arbres

Beauvais, Michel (1947-....)

Un auteur passionné par la nature et une tatoueuse s'associent pour faire découvrir cinquante arbres du monde entier. Ils présentent leur aspect, leur environnement, leur façon de communiquer.

EPA, Vanves (Hauts-de-Seine)

978-2-37671-352-4



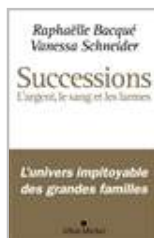
Le siècle des égarés : de l'errance identitaire au sentiment de soi

Funès, Julia de (1979-....)

La philosophe dessine dix rôles ultratemporains dans lesquels nombre de personnes se trouvent enfermées pour montrer que la notion d'identité a pris au XXIe siècle une ampleur qui risque de faire sombrer la société. Elle propose alors comme alternative l'authenticité.

Editions de l'Observatoire, Paris

979-10-329-1455-7



Successions : l'argent, le sang et les larmes

Bacqué, Raphaëlle (1964-....)

Schneider, Vanessa (1969-....)

Une enquête journalistique sur les successions dans les grandes entreprises familiales françaises : les Arnault, les Bolloré, les Lagardère, les Pinault, les Bouygues, les Gallimard, les Bettencourt ou encore les Decaux. Elle en met en lumière les secrets et les rouages, et en souligne les travers qui rejoignent ceux de toute famille.

Albin Michel, Paris

978-2-226-47664-7



Traité sur l'intolérance

Malka, Richard (1968-....)

Un essai sur la controverse liée à la nature du Coran qui a opposé musulmans radicaux et modérés, entre le VIIe et le XIe siècle. Cette dispute autour des paroles du Prophète s'est soldée par la victoire des radicaux et par une rupture au sein de l'islam qui a conduit à l'oppression de certaines populations parmi lesquelles artistes, philosophes, libres-penseurs, femmes et minorités sexuelles.



Grasset, Paris

978-2-246-83085-6



La traversée des langues : essai sur le fonctionnement des langues à travers le monde

Rancourt, Jacques (1946-....)

Une exploration du fonctionnement des langues, dont le français, à travers une analyse autour de quelques notions telles que le mot, la phrase, le genre, la possession ou l'écrit et l'oral. Avec un focus particulier sur le chinois.

Armand Colin, Malakoff (Hauts-de-Seine)



978-2-200-63492-6



La vie secrète d'un cimetière

Gallot, Benoît (1981-....)

Le conservateur du Père-Lachaise lève le voile sur la faune insoupçonnée qu'il a appris à observer une fois les portes du cimetière fermées.

Les Arènes, Paris

979-10-375-0732-7



Vies de surf

Lizarazu, Peyo (1975-....)

Une découverte des vagues les plus majestueuses de la planète, accompagnés de portraits des personnalités marquantes du monde du surf, de documents d'archives et de photographies.

La Martinière, Paris

978-2-7324-9899-7

