




L'homme cérébral : comprendre son cerveau pour mieux se connaître 22,90 €

Agid, Yves (1940-....) Albin Michel Date de parution : 19/02/2025

Une étude des différentes fonctions mentales du cerveau et de leurs fondements. L'auteur propose une conception globale de l'activité cérébrale afin d'assurer au mieux son développement personnel. Illustrant son propos de dessins et d'anecdotes, il évoque le traitement des informations, la production des émotions, le langage, la mémoire, le rapport entre le cerveau et le corps, entre autres.




Taïre : mon Antigone 15,00 €

Al Saadi, Tamara (1986-....) les Solitaires intempestifs Date de parution : 13/03/2025

Deux adolescentes se retrouvent accablées face au monde qui les entoure, l'une dans un contexte mythologique, et l'autre marquée par son parcours d'enfant placée par l'Aide sociale à l'enfance au XXI^e siècle. Une relecture du mythe d'Antigone, nourrie des problématiques environnementales, géopolitiques et sociales contemporaines.




Juger les mots : liberté d'expression, justice et langue 19,00 €

Arzoumanov, Anna Actes Sud Date de parution : 02/04/2025

Essai consacré aux enjeux liés aux mots et à la liberté d'expression en France, notamment dans le cadre des procédures judiciaires. A partir d'un travail de recherche interdisciplinaire fondé sur l'analyse linguistique de décisions de justice rendues en France, l'auteure étudie les critères sur lesquels elles reposent.




Les Grecs 21,00 €

Asimov, Isaac (1920-1992) Belles lettres Date de parution : 04/04/2025

Depuis la rencontre entre des tribus de la péninsule balkanique et la culture de l'ancienne Crète minoenne, le parcours de la civilisation grecque est retracé, l'âge d'or d'Athènes marquant l'apogée de son expansion. De la conquête de la Perse, de l'Egypte ou encore de la Sicile, à la fin de l'Empire ottoman, l'auteur traverse quatre mille ans d'histoire.




Nous ne sommes rien, soyons toutes ! : histoire de femmes en lutte et de luttes féministes : de la Révolution française à nos jours 23,50 €

Bantigny, Ludivine (1975-....) Seuil Date de parution : 07/03/2025

Portraits de femmes, célèbres ou pas, qui, engagées dans des luttes féministes, sociales et politiques, ont lutté pour leur émancipation, qu'elles soient ouvrières, institutrices, domestiques, esclaves affranchies, journalistes ou artistes.




Nous vous parlons d'amour 14,00 €

Benameur, Jeanne (1952-....) Editions Bruno Doucey Date de parution : 10/01/2025

Recueil de poèmes déclamés par des comédiens dont l'auteure s'est inspirée pour parler d'amour, de vulnérabilité et d'humanité.




Le chant des noms 28,00 €

Berry, Jedediah Hachette Heroes Date de parution : 05/03/2025

Dans un monde où les mots ont disparu, une messagère sans nom, accompagnée d'un fantôme et d'un monstre né de ses cauchemars, parcourt les territoires afin de livrer de nouveaux termes à la population. Navigant entre les mystères de son passé et les dangers du présent, elle se retrouve mêlée à un complot qui menace l'équilibre de cet univers silencieux.

**Le murmure**

7,60 €

Bobin, Christian (1951-2022) Gallimard Date de parution : 20/03/2025

Commencé en juillet 2022 et terminé au cours des semaines précédant la mort de l'écrivain en novembre 2022, ce recueil de poèmes témoigne d'une course entre l'amour et la mort dont l'amour sort finalement vainqueur.

**Eve : 200 millions d'années d'évolution au féminin**

25,00 €

Bohannon, Cat Flammarion Date de parution : 26/03/2025

L'évolution humaine est étudiée du point de vue du corps féminin, de la maternité à la ménopause, en passant par l'allaitement, les variations de la voix ou les méandres du cerveau.

**Les suppliciées d'Appoigny**

8,30 €

Champenois, Sabrina 10-18 Date de parution : 27/03/2025

Appoigny, dans l'Yonne, janvier 1984. Huguette, 18 ans, s'échappe du pavillon dans lequel elle était séquestrée. Violée et torturée par les propriétaires, les Dunand, et par une trentaine d'hommes, elle raconte son calvaire à la police. Elle alerte sur le danger que court Mickaëlla, encore prisonnière du couple. Cet ouvrage relate cette affaire criminelle, l'enquête ainsi que le procès.

**La ronde de nuit**

19,50 €

Chung, Bora (1976-....) Rivages Date de parution : 05/03/2025

Sept histoires de malédictions et de vengeance qui se déroulent dans un institut de recherche spécialisé dans les phénomènes paranormaux.

**Des vies océaniques : quand des animaux et des humains se rencontrent**

22,00 €

Clouette, Fabien (1989-....) Seuil Date de parution : 14/03/2025

Portrait de quatre grands mammifères marins du littoral atlantique au destin exceptionnel car partagé avec les humains. Leur histoire déplace la catégorie de déviance dans un règne animal considéré généralement comme répondant aux lois de l'instinct et de la survie et questionne les politiques de conservation, de la pêche, de la plaisance ou du tourisme.

**Les Résistantes : le rôle crucial des femmes face au nazisme entre 1940 et 1944**

25,90 €

Collin, Philippe (1975-....) Albin Michel Date de parution : 02/04/2025

Adapté d'un podcast, cet ouvrage raconte les destins croisés de cinq Résistantes, deux figures illustres, Lucie Aubrac et Geneviève de Gaulle, et trois femmes restées dans l'ombre, Mila Racine, Simonne Mathieu et Renée Davelly. S'entremêlant et se répondant, ils forment un récit choral qui redonne leur place aux femmes dans la lutte contre le nazisme entre 1940 et 1944.

**Airfryer, le robot qui cuit tout : rééquilibrage alimentaire : 120 recettes**

16,95 €

Colombel, Elodie Marabout Date de parution : 26/03/2025

120 recettes à préparer avec un air fryer, afin de rééquilibrer son alimentation, par la propriétaire du compte Instagram @win.a.diet.

**L'opportunité de vivre : ultimes études**

24,00 €

Comte-Sponville, André (1952-....) PUF Date de parution : 15/01/2025

Etudes et essais autour de l'opportunité de vivre. Selon Epicure, les stoïciens ou Montaigne, continuer de vivre ou décider d'en finir est plus une question d'opportunité que de principe. Encore faut-il être vivant pour en décider. L'opportunité de vivre est donc la règle, par nature quotidienne, et est l'objet même de la philosophie. Un entretien avec F. L'Yvonnet conclut l'ouvrage.

**Five broken blades**

25,90 €

Corland, Mai Olympe Date de parution : 06/03/2025

Sous l'impitoyable règne du dieu-roi Joon, les nobles prospèrent tandis que les pauvres et les innocents sont emprisonnés, ruinés ou même vendus. Alors que le souverain ne peut pas être tué, les cinq menteurs les plus dangereux du pays sont convoqués en secret pour l'assassiner : une voleuse, un homme de main, un espion, une tueuse et un prince exilé.

**Retrouver la douceur**

16,00 €

Coulon, Cécile (1990-....) Castor astral Date de parution : 03/04/2025

Un recueil de poèmes dans lesquels les fantômes de l'enfance côtoient la douceur des instants volés et la joie des petits riens du quotidien.


**Mais d'où viennent ces kilos ? : poids, santé, longévité, stop aux
aberrations : les nouveaux secrets de la médecine pour retrouver votre
silhouette sans régime, sans médicaments, sans chirurgie... et sans
carences !**

19,90 €

Curtay, Jean-Paul (1951-....) Leduc.s éditions Date de parution : 20/03/2025

Un guide pour comprendre les causes du surpoids afin d'y remédier à l'aide de solutions concrètes innovantes, sans régimes, médicaments ni procédures chirurgicales. L'auteur fait le point sur les facteurs extérieurs qui influencent la prise de poids, tels que la prolifération des aliments industriels obésogènes, les perturbateurs endocriniens, la pollution et les déficits en minéraux.

**Quand on tombe amoureux, on se relève attaché**

22,90 €

Cyrulnik, Boris (1937-....) O. Jacob Date de parution : 05/03/2025

Une réflexion sur le sentiment amoureux, l'attachement et le plaisir d'aimer. Le neuropsychiatre évoque l'amour courtois, le mariage, les facteurs de protection ou de vulnérabilité, les structures sociales, l'affectivité, la sexualité, entre autres.

**L'heure des prédateurs**

19,00 €

Da Empoli, Giuliano (1973-....) Gallimard Date de parution : 03/04/2025

Récit écrit du point de vue d'un scribe aztèque, dans lequel il décrit la conquête du pouvoir par les prédateurs que sont, entre autres, les autocrates et les seigneurs de la Tech.

**Une nuit en France**

20,00 €

Décugis, Jean-Michel (1966-....) Grasset Date de parution : 19/03/2025

Après le meurtre d'un adolescent lors d'un bal de village à Crépol en novembre 2023, une crise sociale et politique s'est installée en France, témoignant des problèmes concernant les rivalités entre populations urbaines et rurales. Les auteurs rendent compte du climat violent qui a suivi à divers échelons de la société tout en décrivant

l'emballage médiatique et l'enquête policière.



Ménopause contrôle : le plan d'action pour dynamiser tous les symptômes qui vous gâchent la vie : poids, humeur, sexe en berne...

19,90 €

De Lize, Sheila Marabout Date de parution : 02/04/2025

Un guide proposant des solutions efficaces et sans danger pour affronter les troubles liés à la ménopause, notamment l'hormonothérapie de dernière génération.



New York : le paradigme du présent

19,90 €

Dello Russo, William Ed. White star Date de parution : 27/03/2025

Une découverte de New York à travers son histoire et sa culture. Avec des informations, des observations et des réflexions.



Les amants du Ragnarök

21,90 €

Del Socorro, Jean-Laurent (1977-....) Albin Michel Date de parution : 26/03/2025

Alors que l'hiver de trois ans touche à sa fin, Thor sent sa mort approcher. Refusant de s'y résoudre, la géante larnsaxa, son amante, entreprend une quête périlleuse. En chemin, elle rencontre Jorunn, une scalde aveugle venue d'Irlande jusqu'à la Valhalla pour dire adieu à sa compagne tombée durant la bataille de Clontarf. Ensemble, elles n'ont d'autre choix que d'affronter le Ragnarök.



Les affamés du royaume : la crise de la pauvreté en Grande-Bretagne

19,00 €

Démas, Juliette Stock Date de parution : 12/03/2025

En 2025, un Britannique sur cinq vit en situation de pauvreté. De Londres à Glasgow, l'autrice a rencontré ces personnes touchées par la crise du coût de la vie. A travers leurs histoires, elle met en lumière les conséquences dévastatrices de quatorze ans de politique d'austérité d'un pays touché par les effets du Brexit, de la pandémie de Covid-19 et de l'inflation liée à la guerre en Ukraine.



Intérieur nuit

18,00 €

Demorand, Nicolas (1971-....) Les Arènes Date de parution : 27/03/2025

Le journaliste se confie pour la première fois sur les troubles bipolaires dont il souffre depuis plus de vingt ans, qui le font alterner entre des phases d'excitation intense et de profondes dépressions. Il dit sa détermination à combattre cette maladie mentale, au nom des millions d'individus qui souffrent en silence du même mal.



542 : la fin de l'Antiquité

16,00 €

Destephen, Syivain (1972-....) PUF Date de parution : 05/03/2025

Une étude de l'année 542, dans laquelle l'auteur développe pourquoi il s'agit d'un tournant historique majeur, en raison de la conjonction d'événements politiques, militaires, diplomatiques, religieux et culturels importants. Il évoque notamment l'échec de la reconquête de l'Occident romain par Justinien et l'épidémie de peste dans le bassin méditerranéen.



Les femmes sauveront-elles le monde ?

19,90 €

Eloy, Marie Eyrolles Date de parution : 27/03/2025

A travers des constats, des analyses et des exemples, l'auteure, présidente de Bouge ta boîte et de Femmes des territoires, démontre comment les crises environnementales et sociales sont nées de l'absence des femmes dans les décisions du monde. Elle propose des leviers afin d'atteindre l'égalité économique et ainsi transformer la

société.




La forêt barbelée : poèmes

7,70 €

Filteau-Chiba, Gabrielle (1987-....) Pocket Date de parution : 20/03/2025

Pendant huit ans, l'auteure a vécu seule dans une cabane au coeur de la forêt québécoise. Dans ses poèmes, répartis en quatre saisons, elle relate son apprentissage des dangers de la nature et son adaptation progressive.




Contes des sages qui rêvent

21,50 €

Fischmann, Patrick (1954-....) Seuil Date de parution : 28/03/2025

Recueil de contes issus des cultures des cinq continents sur le thème du rêve.




New York : petit atlas hédoniste

35,00 €

Françoise, Muriel Chêne Date de parution : 09/04/2025

Une présentation d'activités pour découvrir New York et sa culture.




Munitions d'amour

13,00 €

Galea, Claudine (1960-....) Espaces 34 Date de parution : 13/03/2025

Atteinte d'un cancer de stade 3, une femme entame un monologue pour décrire ce qui se passe dans son corps et dans son esprit.




Bitcoin : le choc géopolitique

23,90 €

Galli, Jean-Charles Armand Colin Date de parution : 02/04/2025

L'hégémonie du dollar, incontestée depuis la fin de la Seconde Guerre mondiale, se voit remise en question depuis l'émergence du conflit russo-ukrainien. Alors que les pays BRICS cherchent une monnaie alternative, le bitcoin semble bouleverser les rapports monétaires internationaux. Les auteurs examinent ses ramifications politiques, économiques et territoriales.




Vivre avec les hommes : réflexions sur le procès Pelicot

21,00 €

Garcia, Manon (1985-....) Flammarion Date de parution : 05/03/2025

La philosophe féministe a assisté au procès de Mazan. Elle analyse son impact, ce qu'il dit des angles morts du combat féministe, de la conception du viol et de la sexualité, mais plus largement, de la cohabitation entre les hommes et les femmes.




2 fois moins de sucre ! : les meilleurs desserts en version allégée : 50 recettes gourmandes & saines

15,90 €

Gomet, Fanny Editions Marie-Claire Date de parution : 20/03/2025

Cinquante recettes revisitées en réduisant la teneur en sucre : fondant au chocolat, tarte au citron, macarons, entre autres.




La lance de Peretur

19,90 €

Griffith, Nicola (1960-....) Argyll éditions Date de parution : 07/03/2025

Dans la vallée de la Tywi, après avoir entendu un appel au loin, la jeune Peretur se lance dans un périple pour rejoindre la cour de Caer Leon, où l'attend sa destinée. Cette dernière est étroitement mêlée à celle du légendaire roi Artos, qui est en quête d'un artefact divin. Une réécriture queer et inclusive de la légende de Perceval.

**Bonne nuit ! : les secrets d'un sommeil profond et réparateur**

19,90 €

Gusman, Stanislas Leduc.s éditions Date de parution : 27/03/2025

Les experts de l'émission Bel & bien de France 2 donnent des clés pour retrouver un sommeil de qualité en adoptant une routine ainsi que les bons gestes favorisant l'endormissement ou encore un repos réparateur.

**Ces soirs rangés dans mon tiroir : poèmes**

16,50 €

Han, Kang (1970-....) Grasset Date de parution : 19/03/2025

Recueil poétique dans lequel l'auteure évoque le froid, l'absence, la mort ainsi que la lumière.

**Ménopause attitude : ensemble reprenons le pouvoir !**

21,90 €

Hardy, Linda (1973-....) Leduc.s éditions Date de parution : 20/03/2025

Ancienne miss France et actrice, l'autrice partage son expérience de la ménopause et propose ses conseils pour appréhender au mieux cette période de la vie d'une femme.

**The new menopause : le guide ultime pour reprendre le pouvoir et faire les bons choix dès les premiers symptômes**

24,99 €

Haver, Mary Claire Larousse Date de parution : 02/04/2025

Des informations sur les changements physiques, psychologiques et sexuels liés à la ménopause et à la préménopause, ainsi que des solutions pour faire face aux nombreux symptômes : bouffées de chaleur, humeur ou encore prise de poids. Avec des témoignages et des conseils qui permettent aux femmes de mieux prendre en charge leur santé lors de cette étape.

**Sur le mont Fuji : récits et contes**

19,00 €

Hearn, Lafcadio (1850-1904) A propos Date de parution : 20/02/2025

Cinq récits de voyages dans lesquels l'écrivain décrit les rites et usages domestiques des Japonais et ses pérégrinations au sein de l'archipel, notamment son pèlerinage au mont Fuji. Ils sont accompagnés de cinq contes populaires. Le tout est illustré d'estampes.

**Un soupçon d'humanité**

23,00 €

Henry, Loïc (1971-....) Mnémos Date de parution : 19/03/2025

**Le sauvetage**

20,00 €

Hérault, Paul-Jean (1934-2020) Critic Date de parution : 05/03/2025

Sur des planètes hostiles au cœur de l'espace, le cuivre est devenu un matériau rare et précieux, objet de convoitises. La production ne pouvant pas être abandonnée sur place, des équipes d'extraction minière se retrouvent coincées à la surface pendant des mois. De talentueux pilotes sont appelés au secours, dont Ewen Jalinn et ses compagnons, résolus à prouver leur valeur.

**Euh... Comment parler de la mort aux enfants**

14,90 €

Horvilleur, Delphine (1974-....) Bayard Date de parution : 02/04/2025

S'appuyant sur les textes de la tradition juive, son expérience personnelle en tant que rabbin ou les rituels ancestraux et contemporains, l'auteure explique comment aborder la question du deuil et de la mort auprès des enfants ainsi que des adolescents.

**Espèces disparues ?**

15,00 €

Jaubertie, Stéphane (1970-....) Ed. théâtrales Date de parution : 20/03/2025

Dans un futur proche, un groupe de visiteurs découvre en avant-première le Centre international des espèces disparues. Pour l'occasion, les puces insérées dans leurs avant-bras, qui leur permettent de ne plus ressentir ni désirs ni besoins, ont été désactivées. Le temps du parcours, leurs pensées et leurs inhibitions ressurgissent, y compris lorsque leur est présenté un communiste.

**Nos silences : apprendre à les écouter**

19,00 €

Joseph, Laurence (1981?-....) Autrement Date de parution : 05/03/2025

Ecoute, moment solitaire choisi, secret familial, deuil ou rupture, le silence abrite et protège mais peut tout autant enfermer et humilier. Mêlant étymologie, philosophie, mythologie, littérature, arts et expériences universelles, l'auteure traverse la culture occidentale pour analyser des exemples variés de silence, des déesses romaines aux textes d'Annie Ernaux et de Neige Sinno.

**Tout ce que j'aurais aimé savoir : les 45 clés pour être à la hauteur de ce que tu mérites**

19,95 €

Jungling, Allison First Editions Date de parution : 13/03/2025

Présentation de quarante principes de vie qui permettent à chacun de se libérer de croyances limitantes afin de s'épanouir et de construire sa voie pour réaliser ses projets.

**Transports physiques : essai**

20,00 €

Klein, Etienne (1958-....) Gallimard Date de parution : 13/03/2025

Une réflexion sur le futur de l'humanité et les relations entre le corps et l'esprit. Le physicien évoque notamment la possibilité de dépasser certaines limites grâce à l'intelligence artificielle ou encore l'éventualité de se transporter physiquement vers des exoplanètes. Il mêle son expérience personnelle à des données historiques, scientifiques et philosophiques.

**Meurtres insolites de France**

20,00 €

Kocher, Jacqueline Nouvelles Sources Date de parution : 03/04/2025

Présentation de 21 affaires criminelles non élucidées qui ont eu lieu en France. Chaque crime est analysé et décrypté selon les rapports de police, mettant en avant les failles et les dysfonctionnements de la justice.

**Les héroïnes de la modernité : mauvaises filles et psychanalyse matérialiste**

20,00 €

Laufer, Laurie (1964-....) La Découverte Date de parution : 03/04/2025

De Madeleine Pelletier à Wendy Delorme en passant par Virginia Woolf, les femmes n'ont cessé de se démarquer des discours des médecins, experts, juges et psychiatres du XIXe siècle pour déployer une liberté érotique, poétique et politique. La psychanalyste propose de repenser sa discipline en s'inspirant de l'inventivité de ces mauvaises filles face aux dispositifs sociaux qui les oppressent.

**IG bas, IG bon : 40 recettes faciles à index glycémique bas : manger plus sainement, maigrir avec plaisir**

15,90 €

Mathis, Alexandra Editions Marie-Claire Date de parution : 13/03/2025

Des recettes simples et gourmandes pour maîtriser son index glycémique, avec des informations sur les aliments spécifiques, le sucre, les menus, entre autres.

**Japon : entre passé et futur**

19,90 €

Menegazzo, Rossella Ed. White star Date de parution : 27/03/2025

Une découverte du Japon à travers son histoire et sa culture. Avec des informations, des observations et des réflexions.

**Qu'un sang impur**

20,00 €

Mention, Michaël (1979-....) Belfond Date de parution : 06/03/2025

Conseiller bancaire et jeune père de famille, Matt déguste une bière en terrasse quand toutes les feuilles tombent soudain des arbres avant qu'une onde de choc retentisse dans la capitale. Obéissant au principe de précaution, le président confine les habitants. Mais une épidémie gangrène bientôt la population et les principes de vie en société laissent place à la sauvagerie la plus barbare.

**L'hygiène, c'est la santé ! : les conseils d'un pro pour rester en bonne santé**

19,90 €

Mercier Thellier, Christophe HarperCollins Date de parution : 02/04/2025

Des conseils en hygiène de vie accompagnés de leurs explications scientifiques. Le microbiologiste combat les idées reçues puis propose des astuces pour modifier ses habitudes et rester en bonne santé, de la préparation des repas au choix des produits ménagers.

**Ce qui se dit par la montagne**

12,50 €

Mohamed, Premee Atalante Date de parution : 06/03/2025

Quand Reid atteint les dômes dissimulés dans la montagne derrière une barrière magnétique, l'équipe de l'université de Howse lui propose un traitement visant à arrêter la progression de son cad. Réalisant que les habitants possèdent le remède contre ce parasite et les outils pour reconstruire ce qui a été perdu, elle s'indigne de les voir garder leurs ressources afin de préserver leur confort.

**Croire**

10,00 €

Muller-Colard, Marion (1978-....) Labor et Fides Date de parution : 02/04/2025

Sous la forme d'une réponse à son fils qui l'interroge sur sa foi, l'auteure propose une réflexion sur les croyances, la place qu'elles occupent dans la vie des individus ainsi que l'usage que chacun peut en faire. Du complotisme à l'émergence de nouvelles croyances, en passant par le déplacement d'attitudes religieuses vers le militantisme, elle explore toutes les formes de la foi.

**Fauve : divagations dans des étendues sauvages**

12,00 €

Noël, Stéphanie (1984-....) Esse Que éditions Date de parution : 13/03/2025

Jeanne a été traversée par un événement surnaturel. Depuis, elle marche à travers des paysages naturels en fusion avec les éléments, pour renouer avec son enfance et ses instincts, en quête d'une renaissance.

**La mort de l'auteur**

22,00 €

Okorafor, Nnedi (1974-....) R. Laffont Date de parution : 13/03/2025

Au beau milieu du mariage de sa soeur, Zelu apprend qu'elle a perdu son travail à l'université et que son roman ne sera pas publié. Handicapée, au chômage et anxieuse quant à la réaction de sa famille, Zelu a peur et, dans la nuit, entreprend l'écriture d'un roman de science-fiction mettant en scène des androïdes et des IA. Alors qu'elle rencontre enfin le succès, réalité et fiction s'emmêlent.

**L'âme blessée d'un éléphant noir. Stèles du point du jour. Apprendre à donner, apprendre à recevoir : lettre à Jacques Chevrier**

9,30 €

Okoundji, Gabriel (1962-....) Gallimard Date de parution : 20/03/2025

Quatre textes reflétant le tumulte qui habite l'auteur, une douleur évoquée avec les sonorités et les images de sa terre natale au rythme d'une incantation, suivis d'un dialogue poétique avec ses ancêtres.

**La vie secrète des robots**

24,90 €

Palmer, Suzanne le Béal Date de parution : 27/03/2025

Un recueil de treize nouvelles mêlant optimisme, humanité, aventure ou encore émotion dans un univers de science-fiction : un poète exilé sur une planète lointaine pour retrouver l'inspiration, un vaisseau spatial coupé en deux dont chaque moitié abrite un unique survivant, une femme travaillant dans les mines pour rembourser son contrat et fuir un monde masculiniste qui l'écrase, entre autres.

**Les pouvoirs cachés du système nerveux : le plan pour le réguler et lutter contre le stress, l'anxiété, les douleurs, la fatigue...**

19,90 €

Passaler, Linnea Marabout Date de parution : 02/04/2025

Après une présentation du système nerveux ainsi que des troubles et inconforts liés à sa dérégulation, l'auteure propose un programme en cinq étapes pour le rééquilibrer : prise de conscience, régulation, restauration, connexion et continuité. Avec un test d'autoévaluation et des exercices pour répondre aux facteurs de stress.

**Perspectives terrestres : scénario pour une émancipation écologiste**

19,50 €

Pignocchi, Alessandro Seuil Date de parution : 04/04/2025

Manifeste détaillant un scénario optimiste pour les décennies à venir, dont l'une des clés consiste à réveiller la puissance, enfouie par la modernité, des relations des humains au reste du vivant. L'auteur invite à mêler réformisme et renversement révolutionnaire afin de construire une cohabitation mouvante entre des Etats et des fédérations de territoires autonomes.

**L'injustice en héritage : repenser la transmission du patrimoine**

23,00 €

Plouviez, Mélanie La Découverte Date de parution : 13/03/2025

Réflexion sur les notions de transmission et d'héritage. L'auteure s'appuie sur les façons de penser l'héritage au XIXe siècle pour mettre en avant les différences avec le XXIe siècle. Elle décrit et explique le socialisme de la transmission, auquel elle oppose le socialisme marxiste.

**L'étroit chemin entre les souhaits**

24,00 €

Rothfuss, Patrick (1973-....) Bragelonne Date de parution : 12/03/2025

En acceptant un présent sans contrepartie, Bast provoque un séisme qui ébranle jusqu'aux fondations de son monde. Pour la première fois de sa vie, ce négociateur hors pair se retrouve redevable. Ce préquel au roman Le nom du vent le suit le temps d'une journée, de l'aube au crépuscule, tandis qu'il manigance et trafique, défiant le danger avec grâce.

**La petite dame**

15,00 €

Rouzeau, Valérie (1967-....) La Table ronde Date de parution : 06/03/2025

Recueil de poèmes minimalistes dans lesquels l'auteure évoque l'amour, l'amitié, le deuil et la souffrance.



C'est ma ménopause : le guide complet, rassurant et sans tabou

22,90 €

Roy, Anna l'Iconoclaste Date de parution : 06/03/2025

L'auteure, sage-femme, déconstruit les images négatives concernant la ménopause et répond aux questions des femmes sur cette période. Elle les invite à la considérer comme une occasion de prendre soin de soi et livre ses conseils pour bien la vivre : yoga du sommeil, suppléments naturels, régime alimentaire adapté, entre autres.



Diptyque autour du vivant

10,00 €

Serres, Karin (1967-....) Ed. théâtrales Date de parution : 20/03/2025

Dans la première pièce, Jean Durruti donne une conférence au Museum d'histoire naturelle à propos d'un animal mystérieux qu'il traque depuis son adolescence en enregistrant les bruits de la nature. Mais depuis qu'il a été frappé par la foudre, sa mémoire lui fait défaut. Dans la seconde, trois adolescents s'échappent d'un internat la nuit pour explorer la forêt, mais un drame survient.



Jours de gloire et de tristesse : une histoire extraordinaire de la Révolution par un Parisien ordinaire

22,90 €

Tackett, Timothy (1945-....) Albin Michel Date de parution : 26/02/2025

À partir d'un corpus de plus de mille lettres adressées de 1778 à 1795 par un avocat parisien, Adrien Colson, à un ami, l'historien fait revivre le Paris de la Révolution. Donnant à voir de l'intérieur la vie de la capitale à un moment crucial de l'histoire de la nation, il souligne le rôle de la rumeur et de la peur qui poussent les citoyens ordinaires à la radicalisation.



La disparue du cinéma

8,30 €

Tion, Guillaume 10-18 Date de parution : 27/03/2025

Alsace, mai 1995. Carole disparaît sur le chemin de la clinique où elle allait accoucher. Les enquêteurs soupçonnent son compagnon, Roland Moog, mais ne peuvent l'inculper faute de preuve. Quatre ans plus tard, les corps de Carole et de son enfant sont retrouvés dans un box occupé par les affaires de Roland Moog. L'affaire est relatée ainsi que le procès qui a suivi.



Rubrique faits divers

21,90 €

Tourancheau, Patricia Seuil Date de parution : 14/03/2025

69 articles publiés initialement dans Libération, de 1990 à 2015, dans lesquels la journaliste a couvert les plus grandes affaires criminelles ou des faits divers plus méconnus. Des nouvelles récentes des différents protagonistes sont également données.



IG bas à l'airfryer Ninja : 70 recettes de l'entrée au dessert

19,95 €

Turckheim, Stéphanie de Hachette Pratique Date de parution : 02/04/2025

70 recettes IG bas pour cuisiner sainement avec l'airfryer Ninja : frites de halloumi au zaatar, brochettes de boeuf et pois chiches grillés, dorades farcies à la marocaine, oeufs cocotte aux épinards et saumon fumé, nems veggies, pamplemousse rôti sucre de coco et badiane, etc.



Guide de survie pour voyageurs paumés au Japon

19,95 €

Vandeville, Candyce Hachette Pratique Date de parution : 02/04/2025

Entre guide de voyage et guide de conversation, un outil pour voyager au Japon en se familiarisant avec le vocabulaire japonais et la culture du pays, de l'arrivée à l'aéroport à la visite des lieux touristiques.

Nouveau dictionnaire amoureux de la géopolitique

27,00 €

Védrine, Hubert (1947-....) Plon Date de parution : 20/02/2025

Un dictionnaire consacré à la géopolitique abordant l'histoire des relations entre les Etats et des stratégies des acteurs économiques, idéologiques, culturels et sociétaux. Avec des entrées pour des personnalités célèbres telles que Joseph Staline, Mao Zedong, Napoléon Bonaparte ou Alexandre le Grand. Dans cette édition, l'auteur évoque l'Ukraine, Israël ou encore Donald Trump.

C'est comme ça

22,00 €

Velten, Auriane (1991-....) Mnémos Date de parution : 19/03/2025

L'heure du coeur : en thérapie, ici et maintenant

22,90 €

Yalom, Irvin D. (1931-....) Albin Michel Date de parution : 02/04/2025

Lors de la pandémie de Covid-19, le psychiatre a décidé d'arrêter les suivis au long cours pour ne recevoir que deux patients par jour, à distance, pour une consultation unique d'une heure constituée d'un échange très empathique dans lequel il s'implique beaucoup, à rebours de la neutralité prônée par la plupart des psychothérapeutes. Il en tire cette série d'histoires cliniques.

Barcelona

34,00 €

Zanon, Carlos (1966-....) Triangle Postals Date de parution : 11/03/2025

Une découverte de la capitale catalane où les artistes Miro, Dali, Gaudi ou encore Picasso ont forgé leurs visions artistiques.

Le Japon en train : 12 itinéraires de l'île de Hokkaïdo à l'île de Kyushu

24,95 €

Hachette Tourisme Date de parution : 26/03/2025

Guide pour découvrir le Japon à travers douze itinéraires de huit à dix-huit jours, allant de l'île d'Hokkaido à celle de Kyushu, en passant par Tokyo, Osaka et Kyoto. Avec de nombreuses informations pratiques, culturelles et historiques.

Soleil.s : 12 fictions héliotopiques

20,00 €

La Volte Date de parution : 20/03/2025

Douze nouvelles d'auteurs francophones autour du Soleil, à la fois indispensable à la vie et source de son extinction.