



**Deep time : 40 jours sous terre : une exploration hors du temps**

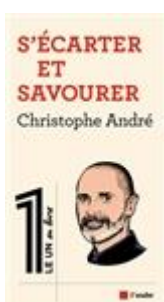
**Clot, Christian**

R. Laffont

Le 14 mars 2021, sept femmes et huit hommes sont entrés dans la grotte de Lombrives afin de mener une grande expérience cognitive. Ces chercheurs sont restés confinés sous terre pendant quarante jours, sans accès au soleil ni repères temporels, afin d'étudier la capacité du cerveau à recréer une nouvelle synchronisation fonctionnelle fondée sur les rythmes biologiques.

COTE : 120 CLO

BIBLI : TRI



**S'écarter et savourer**

**André, Christophe**

Ed. de l'Aube

Les différentes contributions du psychiatre et psychothérapeute à l'hebdomadaire Le 1 sont ici réunies. Il y évoque notamment l'incapacité à la patience, la difficulté à supporter l'incertitude, l'inertie climatique ou encore le rapport au changement.

COTE : 150 AND

BIBLI : CLO ROS



**Je suis un monstre qui vous parle : rapport pour une académie de psychanalystes**

**Preciado, Paul B.**

Grasset

Discours tenu par le philosophe en novembre 2019 dans lequel il critique l'idéologie de la différence sexuelle prônée par les pères fondateurs de la psychanalyse devenue aujourd'hui obsolète. Il exhorte à la transformation des discours ainsi que des pratiques psychologiques et psychanalytiques afin d'élaborer une épistémologie rendant compte de la multiplicité des êtres vivants.

COTE : 150.195 PRE

BIBLI : BOU



**Le visage de nos colères**

**Galabru, Sophie**

Flammarion

Une approche philosophique de la colère, distincte de la haine, qui invite à la réutiliser de manière constructive pour affirmer son identité et le droit au respect. L'auteure examine les enjeux de sa répression chez les enfants, les femmes ou les travailleurs, rappelant le ferment libérateur de cette émotion.

COTE : 152 GAL

BIBLI : LAN VIL SMAE



---

**Le cerveau du bien-être : profitez des neurosciences et de la méditation pour plus de calme, d'efficacité et de compassion**

**Church, Dawson**

**G. Trédaniel**

En s'appuyant sur son histoire personnelle et les dernières avancées en neurosciences, l'auteur montre qu'il est possible de produire des changements durables dans le cerveau après seulement huit semaines de pratique de méditation, grâce à la plasticité neuronale. Il présente les techniques qui permettent d'y parvenir afin d'être plus calme, plus heureux, plus créatif et plus résilient.

COTE : 158.2 CHU

BIBLI : LON



---

**Notre façon d'être adulte fait-elle sens et envie pour nos jeunes?**

**Thomas D'Ansembourg**

**D'Ansembourg, Thomas**

**HOMME (DE L')**

Est-ce qu'en nous voyant vivre, les jeunes se disent: «C'est super d'être adulte, j'attends cela impatientement!»? Ne sont-ils pas nombreux à penser plutôt: «Ils sont malades de courir tout le temps comme cela!»? Que vous ayez ou non des enfants, que vous leur consacriez toute votre vie ou une partie comme parent ou enseignant, qu'ils vous indiffèrent ou même vous agacent, vous avez été vous-même un enfant un jour et la question que pose ce livre pourrait, rien qu'à ce titre, vous intéresser. Le sens et l'envie sont les moteurs de notre joie de vivre et de notre façon d'être ensemble. Lorsque nous apprenons à joindre les deux, nous sommes habités d'une belle énergie, à la fois douce et puissante, qui peut soulever les montagnes. Et cela nous permet de transformer les anciens systèmes de pensée - basés notamment sur les rapports de force, de méfiance et de division - et d'incarner aux yeux des jeunes les valeurs de collaboration, d'entraide, d'empathie, de confiance et de responsabilité que nous souhaitons leur transmettre afin de les inspirer à devenir à leur tour des adultes inspirants. Mais comment concilier sens et envie? Avec humour et bienveillance, Thomas d'Ansembourg nous invite à entreprendre ce chantier, véritable enjeu de société en ce moment où nous avons tant besoin d'apprendre de nouvelles façons d'être ensemble. Son livre s'adresse à toute personne qui chérit la qualité des liens qui l'unissent au monde et cherche à vivre sa propre vie de façon profonde, féconde et fluide.

COTE : 158.2 DAN

BIBLI : TRI



---

**L'élément humain : comprendre le lien entre estime de soi, confiance et performance**

**Schutz, William C.**

**InterEditions**

Une méthode pour développer l'efficacité personnelle, celle d'une équipe ou celle d'une organisation, qui s'appuie sur la dimension humaine, "the human element", selon W. Schutz. Après la description des besoins fondamentaux de l'être humain (d'inclusion, de contrôle et d'affection), l'auteur démontre que la connaissance de soi et la confiance sont primordiales.

COTE : 158.2 SCH

BIBLI : CLO



## **Être à sa place : habiter sa vie, habiter son corps**

**Marin, Claire**

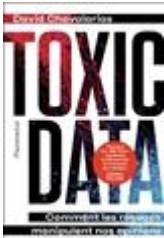
Editions de l'Observatoire

La philosophe interroge le sentiment et l'injonction d'être à sa place, passant en revue les états existentiels que la vie conduit à adopter. Elle examine la question du choix des rôles que chacun exerce, en fonction des contraintes et des aspirations individuelles et collectives.

COTE : 177 MAR

BIBLI : BOU CHA ROS SMAE

---



## **Toxic data : comment les réseaux manipulent nos opinions**

**Chavalarias, David**

Flammarion

Réflexion sur la manipulation numérique via les réseaux sociaux, qui représente une menace pour la démocratie. Le mathématicien propose des pistes pour résister à l'intoxication de l'opinion au plan individuel et pour protéger collectivement la démocratie en l'adaptant à la nouvelle donne numérique.

COTE : 302.23 CHA

BIBLI : LON ROS

---



## **Le laboureur et les mangeurs de vent : liberté intérieure et confortable servitude**

**Cyrulnik, Boris**

O. Jacob

L'auteur fait se confronter deux réalités différentes. Celle construite par des groupes sociaux, tenue pour vraie sans jamais avoir été élaborée par ceux qui appartiennent à ces groupes, et celle arrachée à la terre, construite par une expérience sans cesse remise en cause, soumise à son contexte. Une exploration de la liberté intérieure pour ne pas se soumettre aux discours de haine.

COTE : 302.5 CYR

BIBLI : CLO LON SMAE

---



## **Philosopher et cuisiner : un mélange exquis : le chef et la philosophe**

**Gomez, Guillaume**

**Halpern, Gabrielle**

Ed. de l'Aube

Une réflexion sur la notion d'hybridation (des métiers, des méthodes de travail, des modèles économiques ou des secteurs) à travers l'exemple de la philosophie et de la cuisine. Le chef cuisinier et la philosophe abordent des sujets variés tels que l'éducation, la relation à l'autre, l'alimentation ou encore les nouvelles manières de travailler.

COTE : 303.4 GOM

BIBLI : MAU

---



**Manuel de la grande transition : former pour transformer : climat, écologie, éthique, santé, économie, droit, démocratie, énergie, agriculture, arts...**

**Collectif FORTES**

Les Liens qui libèrent

Un socle de connaissances et de compétences issues de différentes disciplines pour appréhender les grands enjeux scientifiques, économiques, éthiques, juridiques et politiques des bouleversements touchant la société.

COTE : 303.4 MAN

BIBLI : CLO

---



**La fabrique de nos servitudes : comment en sortir**

**Gori, Roland**

Les Liens qui libèrent

L'auteur propose de concevoir de nouvelles utopies et de nouvelles croyances afin de changer les habitudes des individus pour qu'ils ne se laissent pas contrôler par la société d'information.

COTE : 303.58 GOR

BIBLI : TRI

---



**Jihadisme européen : quels enjeux pour l'avenir ?**

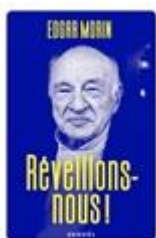
**Micheron, Hugo**

Gallimard

COTE : 303.6 MIC

BIBLI : BEL VIL

---



**Réveillons-nous !**

**Morin, Edgar**

Denoël

E. Morin alerte sur l'urgence qu'il y a à agir face à la crise climatique. Il appelle à mettre en place, rapidement et de manière systématique, une politique écologique.

COTE : 304.2 MOR

BIBLI : CHA LAN

---



**La poudre aux yeux : enquête sur le ministère de l'Ecologie**

**Reix, Justine**

Lattès

Enquête sur le fonctionnement de ce ministère alors que l'écologie est un thème d'actualité. La journaliste met en évidence les limites de son action face au poids des autres ministères, à la puissance des lobbies, à la mésentente des ONG et aux nombreux remaniements au sein de son personnel.

COTE : 304.2 REI

BIBLI : BOU ROS

---



## **La volonté de changer : les hommes, la masculinité et l'amour**

**hooks, bell**

**Editions Divergences**

Un ouvrage féministe qui traite des préoccupations courantes des hommes afin de montrer à quoi pourrait ressembler une masculinité libérée. De la peur de l'intimité au malheur amoureux, en passant par l'injonction au travail, la virilité et la performance sexuelle, l'auteure met en lumière la part de sacrifice exigée des hommes par la culture patriarcale au détriment de leur vie affective.

COTE : 305 HOO

BIBLI : BEL

---



## **Les vraies gens : sociologie de trottoir**

**Meurice, Guillaume**

**Lattès**

**France-Inter**

Compilation de chroniques radiophoniques pour l'émission Par Jupiter grâce auxquelles l'humoriste dresse un état des lieux de la société française. Il interroge des inconnus et des personnalités politiques à partir de thèmes d'actualité et décrypte leur réponse, révélant que chaque mot témoigne d'une peur, d'une attente ou d'une certitude. Des encadrés évoquent les coulisses de ses reportages.

COTE : 305 MEU

BIBLI : ANT LAN

---



## **Daronne et féministe : grossesse, post-partum, charge mentale... : quand la maternité rend féministe !**

**Lacoude, Fabienne**

**Solar**

Créatrice du blog La daronne perchée, qui dénonce les stéréotypes liés à la maternité, et du média MILF, dédié à la parentalité féministe, l'auteure souhaite libérer la parole des mères en abordant de façon humoristique la grossesse, l'accouchement, la vie après la naissance de l'enfant ou encore la place du père dans le quotidien.

COTE : 305.42 LAC

BIBLI : BOU

---



## **Souvenirs de mon inexistence**

**Solnit, Rebecca**

**Ed. de l'Olivier**

Revenant sur son parcours personnel, l'essayiste se demande comment elle est devenue féministe et comment elle a pris conscience qu'exister n'allait pas de soi pour les femmes.

COTE : 305.42 SOL

BIBLI : ROS

---



## **Odyssées ordinaires : le matin, mode d'emploi**

**Leridon, Blanche**

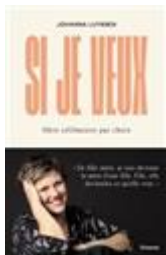
**Bouquins**

Représentatif d'un rapport schizophrénique au temps, le matin constitue une période capitale dans la journée de tout un chacun, revêtant de nombreux enjeux tout en étant considéré comme anodin. Réunissant penseurs, politiques et icônes culturelles, l'auteure développe une philosophie du quotidien pour opérer un changement de perspective à ce sujet.

COTE : 306.4 LER

BIBLI : CLO-LON

---



## **Si je veux : mère célibataire par choix**

**Luyssen, Johanna**

**Grasset**

Journaliste et féministe engagée, l'auteure raconte avec émotion et humour son désir d'enfant et son difficile parcours pour en avoir un seule : les aventures d'un soir, les sites de rencontres, les donneurs de sperme tarifé et les conseils des amies sur l'auto-insémination. Son témoignage est un plaidoyer pour un amour maternel dissocié du couple.

COTE : 306.8 LUY

BIBLI : LAN VIL SMAE

---



## **Les révoltés d'Occident : de Trump à Zemmour, que se passe-t-il vraiment ?**

**Mandeville, Laure**

**Editions de l'Observatoire**

La journaliste propose une analyse de ce qu'elle nomme l'insurrection culturelle occidentale, incarnée par D. Trump, V. Orban, M. Salvini, le Brexit, les nationalistes scandinaves ou encore E. Zemmour., autant de personnalités et de courants qui s'inscrivent dans un désir de retour à la nation et dans une opposition au multiculturalisme, à l'immigration, à l'islam et au déclassé.

COTE : 320 MAN

BIBLI : ROS

---



## **Ceux qui ne sont rien**

**Bouhafs, Taha**

**La Découverte**

**Nouvelles vagues**

Le journaliste a rencontré des salariés en grève, des étudiants en colère, des gilets jaunes et des militants des quartiers populaires pour brosser le tableau d'une France qui lutte contre les injustices et le mépris. Il revient sur la vidéo qu'il a filmée d'Alexandre Benalla et ses conséquences. Il fait le bilan du quinquennat d'Emmanuel Macron, pointant l'autoritarisme et la volonté séparatiste.

COTE : 320.944 BOU

BIBLI : BEL LAN TRI

---



## Quel monde voulons-nous ?

Starhawk

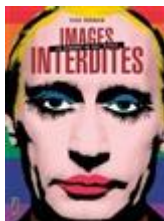
Cambourakis

L'auteur aborde, dans ces écrits rédigés après le 11 septembre 2001, des sujets chers aux altermondialistes : la relation à la nature et aux lieux, l'organisation d'une démocratie directe, les problèmes posés pour construire un mouvement plus diversifié.

COTE : 321 STA

BIBLI : BOU

---



## Images interdites : la censure au XXIe siècle

Frémion, Yves

Alternatives

Un panorama des images interdites ces vingt dernières années par les censeurs de tous types (dirigeants, groupes de pression, réseaux sociaux, etc.) dans tous les pays et tous les domaines iconographiques : dessin de presse, illustration, bande dessinée, cinéma, télévision, photographie, peinture, affiches, etc.

COTE : 323 FRE

BIBLI : ANT TRI-SMAE

---



## Marianne face aux faussaires

Diome, Fatou

Albin Michel

S'appuyant sur son parcours de femme franco-sénégalaise attachée à ces deux cultures, l'écrivaine tente de définir la notion d'identité française, renvoyant dos à dos ceux qui veulent la figer dans un passé et une histoire largement fantasmés et les communautaristes qui adoptent des postures victimaires.

COTE : 323.6 DIO

BIBLI : BEL TRI VIL SMAE

---



## 50 idées reçues sur l'état du monde : mondialisation, guerres et conflits, duel

Chine/ Etats-Unis... : qui dirige le monde ?

Boniface, Pascal

Armand Colin

Pour comprendre la complexité de l'actualité internationale, cet essai revient sur certaines idées reçues en abordant des notions telles que la mondialisation, les guerres et les conflits, la démocratie ou le terrorisme. Cette édition est enrichie de nouveaux thèmes comme l'épidémie de Covid-19 ou la guerre froide entre la Chine et les Etats-Unis.

COTE : 327.4 BON

BIBLI : TRI

---



## **Résister à la corruption**

**Alt, Eric**

**Van Beneden, Elise**

Gallimard

Membres d'une association de lutte contre la corruption, les auteurs expliquent que, sans le savoir, les citoyens sont victimes de ce fléau car, contraints de payer toujours plus d'impôts, ils bénéficient de moins en moins de services publics. Ils examinent les effets sur l'économie, le vivre ensemble et la confiance en les élus et exposent les moyens d'instaurer une résistance citoyenne.

COTE : 336 ALT

BIBLI : LAN LON

---



## **Climat, crises : le plan de transformation de l'économie française**

**The Shift project (laboratoire d'idées)**

**O. Jacob**

Le programme du Shift project qui vise l'établissement d'une société décarbonée et propose des leviers de transformation pour chaque secteur de l'économie : industrie, santé, logement, administration publique, entre autres. Les conséquences sur l'emploi, le mode de vie et l'organisation de la société sont également examinées. Avec des exemples et des récits fictifs.

COTE : 338.92 SHI

BIBLI : ANT LON VIL SMAE

---



## **Successions : le guide pratique 2022**

**Dibos-Lacroux, Sylvie**

Prat

Panorama de la législation en matière de succession : testament, donation, notion d'héritier réservataire, frais de notaire, droits du conjoint survivant, impact de l'impôt sur la fortune immobilière, droit de déshériter ses enfants, entre autres. Des cas pratiques illustrent les notions essentielles ainsi que les références aux lois et à la jurisprudence.

COTE : 346.01 DIB

BIBLI : BOU

---



## **Méga gâchis : histoire secrète de la pandémie**

**Blachier, Martin**

Cerf

Le témoignage du médecin et statisticien Martin Blachier qui revient sur la pandémie de Covid-19. Il avait prévu, phase après phase, l'évolution de la crise de la Covid, sans que les pouvoirs publics ne l'aient écouté. Ces derniers ont alors cherché à étouffer ses conclusions pour continuer leur politique sanitaire.

COTE : 362.1 BLA

BIBLI : CLO VIL

---





**Santé publique année zéro**

**Stiegler, Barbara**

**Alla, François**

**Gallimard**

Respectivement philosophe et praticien de santé publique, les auteurs de cet essai montrent que la période entamée avec le confinement en 2020 a provoqué une suspension de la vie démocratique contraire à l'esprit de la charte d'Ottawa de 1986. Ils exposent les effets délétères de ce nouveau libéralisme autoritaire instauré avec la pandémie et proposent une lecture critique des années Covid.

COTE : 362.1 STI

BIBLI : VII



**Associations : le guide pratique : 2022**

**Le Gall, Paul**

**Prat**

Un guide expliquant comment créer et gérer une association loi 1901. La maintenir ainsi que bénéficier des aides de l'Etat et des collectivités locales requiert d'être informé des règles en vigueur, des démarches à accomplir et des responsabilités sous-jacentes. Avec un point sur les mesures d'accompagnement des associations mises en oeuvre dans le cadre de la crise de la

Covid-19.

COTE : 366 LEG

BIBLI : ROS



**Votre parole vaut de l'or : 25 règles pour convaincre**

**Blanckaert, Amélie**

**Plon**

25 leçons d'art oratoire pour être plus éloquent au quotidien. Chacune d'elles est accompagnée d'une injonction, parfois provocatrice, d'une citation ou d'un exemple emprunté à la politique, à la culture ou à l'histoire.

COTE : 374 BLA

BIBLI : ANT-MAU



**La fabrique du crétin**

**Volume 2, Vers l'apocalypse scolaire**

**Brighelli, Jean-Paul**

**Archipel**

Quinze ans après le premier volume, l'auteur poursuit sa réflexion sur la déstructuration de l'école, qu'il explique notamment par une laïcité à géométrie variable, un nivellement par le bas, une réécriture de l'histoire et une trop grande indulgence face à l'intolérance religieuse.

COTE : 379 BRI

BIBLI : BEL-LON



## **Contes et légendes du Portugal**

**Flies France**

Des contes provenant de l'ensemble du territoire portugais. De contenus variés, ils expliquent avec poésie et souvent avec humour les phénomènes naturels, les relations humaines, l'origine des lieux ou le calendrier.

COTE : 398.094 CON

BIBLI : CHA

---



## **La nature à 200 m de chez moi**

**Balança, Erwan**

**Ulmer**

A travers une série de photographies prises dans un rayon de 200 mètres autour de son domicile, dans une commune relativement urbanisée de Loire-Atlantique, Erwan Balança donne à voir la richesse parfois insoupçonnée de la faune et de la flore présentes à proximité des lieux d'habitation. Avec des informations relatives aux modes de vie des espèces observées.

COTE : 577.3 BAL

BIBLI : CHA-SMAE

---



## **Ma biosphère : vivre autonome grâce aux low-tech**

**Chatelperron, Corentin de**

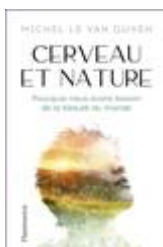
**Arthaud**

En 2016, l'ingénieur parcourt les océans pour trouver des dispositifs permettant de répondre à des besoins vitaux de manière accessible et écologique. Durant quatre mois, il a vécu en totale autarcie sur une plateforme flottante dans la baie de Koh Chong Lat Tai, en Thaïlande. A partir de sa propre expérience, il propose une sélection de trente inventions low-tech favorisant la vie en autonomie.

COTE : 609 CHA

BIBLI : BOU-TRI

---



## **Cerveau et nature : pourquoi nous avons besoin de la beauté du monde**

**Le Van Quyen, Michel**

**Flammarion**

Un exposé sur les bienfaits neurologiques du contact avec la nature, permettant de comprendre les bénéfices du contact avec les règnes animal et végétal sur le bien-être : écouter le silence des montagnes, se laisser flotter sur l'eau, contempler les étoiles, etc.

COTE : 612.82 LEV

BIBLI : BOU CLO

---



**VP4S, ventre plat en 4 semaines ! : des exercices pour muscler la sangle abdominale et renforcer le périnée, des conseils et des recettes anti-ballonnements**

**Mellet, Jessica  
Edmond, Aurélie  
Larousse**

Un programme d'entraînement avec des exercices ciblés pour diminuer son tour de taille. Avec une trentaine de recettes, des pages thématiques et des conseils sur la nutrition, la façon de se tenir et de réguler son transit, entre autres.

COTE : 613.7 MEL

BIBLI : CLO ROS

---



**Zéro contrainte : surtout, ne changez rien ! : 48 astuces pour rester en bonne santé**

**Mohamed, Jimmy  
Flammarion**

48 astuces et conseils pour entretenir sa santé sans effort : mieux dormir, protéger son foie, privilégier l'activité physique et la lumière naturelle, éviter la déshydratation, lutter contre les ronflements, prendre soin de sa flore vaginale, entre autres.

COTE : 613.7 MOH

BIBLI : BEL-SMAE

---



**Revivre, 12 étapes pour sortir de l'addiction**

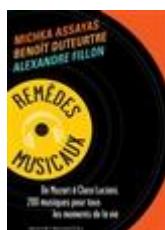
**Cavaroz, Philippe  
Actes Sud**

Le psychologue clinicien propose une méthode en douze étapes pour vaincre durablement une addiction. Le partage d'expérience et le soutien mutuel sont privilégiés aux traitements médicaux, afin de réparer l'estime de soi.

COTE : 613.8 CAV

BIBLI : ANT MAU

---



**Remèdes musicaux : de Mozart à Clara Luciani, 200 musiques pour tous les moments de la vie**

**Assayas, Michka  
Duteurtre, Benoît  
Fillon, Alexandre  
Buchet Chastel**

En 200 entrées correspondant à des états d'âme ou à des maladies, des recommandations de musique à écouter pour vaincre ses maux et ses tourments : rock, classique, chanson française. Avec des encarts sur de grands compositeurs et interprètes persuadés des effets bénéfiques de la musique sur la santé.

COTE : 615.5 ASS

BIBLI : ANT ROS

---



## **100 médecines douces validées par la science : le guide pour se soigner efficacement**

**Ninot, Grégory**

**Belin**

Présentation de cent méthodes de soin non médicamenteuses ayant fait la preuve de leur efficacité pour soigner les maux du quotidien, de l'acupuncture à l'hypnose, en passant par la musicothérapie ou encore les thérapies manuelles.

COTE : 615.5 NIN

BIBLI : CLO

---



## **Les bienfaits de l'écriture, les bienfaits des mots : un atelier d'écriture**

**Chidiac, Nayla**

**O. Jacob**

26 exercices pour s'initier à l'écriture thérapeutique ou intime et en découvrir les bienfaits, notamment pour comprendre des événements personnels, structurer sa pensée et mettre à distance ses émotions positives ou négatives. L'auteure propose d'expérimenter diverses formes d'écriture (lettre, journal, fable, conte ou encore haïku) en s'appuyant sur des extraits de textes d'auteurs inspirants.

COTE : 615.85 CHI

BIBLI : BOU CHA SMAE

---



## **Ecrire pour se soigner : la science et la pratique de l'écriture expressive**

**Pennebaker, James W.**

**Smyth, Joshua Morrison**

**Markus Haller**

Une présentation de l'écriture expressive, un dispositif permettant la facilitation de l'expression des pensées et émotions difficiles par l'écrit et au quotidien.

COTE : 616.89 PEN

BIBLI : CLO

---



## **L'expérience dépressive : la parole d'un psychiatre**

**Prigent, Yves**

**Desclée De Brouwer**

L'auteur met à la disposition de tous ceux qui sont concernés par les névroses ses quinze années d'expérience psychiatrique. Il envisage la crise dépressive comme une poussée de forces souterraines présentes en chacun et explique comment cette expérience peut conduire, dans certains cas, à une résurrection.

COTE : 616.89 PRI

BIBLI : ROS

---



## **Une affaire d'Etat : la tentative de sabotage du nucléaire français**

**Accoyer, Bernard**

Hugo Doc

Une défense de la production d'énergie nucléaire, seule capable, selon l'auteur, de maintenir l'indépendance énergétique et la compétitivité économique de la France. Il considère que les mouvements écologistes organisent une désinformation à propos des rejets de CO2 émis par la production des énergies renouvelables et l'exploitation du gaz naturel.

COTE : 621.48 ACC

BIBLI : MAU TRI

---



## **Tomates : techniques de culture, choix des variétés, conseils d'entretien, cuisine et conservation**

**Soubre, Alain**

Artémis

Un guide pratique sur la culture de la tomate : histoire et botanique du fruit, vertus nutritives, techniques de plantation, de greffe et de taille, prévention et traitement des maladies, conseils de récolte et de conservation. Avec des recettes de cuisine.

COTE : 635 SOU

BIBLI : ROS VIL

---



## **Créez un potager en sacs : spécial balcon : des légumes bons et bios à portée de main, même sans jardin**

**Espiritu, Kevin**

Larousse

Des conseils pour utiliser des sacs de culture adaptés aux potagers, avec des descriptions pas à pas afin de planter, entretenir, fertiliser et récolter des légumes sur un balcon.

COTE : 635.9 ESP

BIBLI : MAU-VIL

---



## **Que du bonheur avec mes plantes d'intérieur : plus de 80 fiches pour des plantes en pleine forme**

**Garnaud, Valérie**

Rustica

Plus de 80 fiches pour autant de plantes de toutes formes et couleurs permettant de végétaliser son intérieur. Avec des conseils pratiques : emplacement dans la maison, arrosage, engrais, repotage, soins quotidiens.

COTE : 635.9 GAR

BIBLI : MAU

---



## **Un potager-compost sur ma terrasse : conseils et astuces pour le construire, le cultiver et l'entretenir**

**Tranchant, Jean-Paul**

Alternatives

Mis au point par l'auteur, le Recyplant est un outil de culture urbaine associant les fonctions de composteur et de potager en bac. J.-P. Tranchant explique comment réaliser soi-même ce composteur sur une terrasse ou un balcon, y cultiver des légumes au fil des saisons et recycler les biodéchets.

COTE : 635.9 TRA

BIBLI : MAU-CHA

---



## **Ma tribu & moi : recettes XXL et menus d'une maman active... et organisée !**

**Gryffon, Jenny**

Marabout

COTE : 641.5 GRY

BIBLI : MAU VIL

---



## **Cuisine japonaise : sushis, gyozas, udons... les recettes iconiques accessibles à tous**

**Amiel, Vincent**

**Kirikura, Ryo**

Solar

Plus de 70 recettes inspirées de la cuisine traditionnelle et familiale du Japon : onigiri, gyoza, tonkatsu, nouilles udon au boeuf, espadon en namban-zuke, soupe de haricots rouges, entre autres.

COTE : 641.59 AMI

BIBLI : BEL CHA

---



## **Cuisine asiatique, le grand livre Marabout : pour faire voyager vos papilles : Thaïlande, Japon, Chine, Corée**

Marabout

Ce tour d'Asie présente les recettes de plats japonais, chinois, coréens et thaïs les plus emblématiques : yakiudon, laksa de poulet, dim sums au poulet et aux shiitakés, bossam, etc. Avec un guide des aliments spécifiques de ces cuisines.

COTE : 641.59 CUI

BIBLI : LAN ROS

---



## **Ecosse : avoine, haggis & cranachan : 60 recettes et autres explorations du garde-manger écossais**

**Lachhab, Sarah**

La Martinière

Soixante recettes représentatives de la gastronomie écossaise : haggis, scones, shortbread, Shepherd's pie, entre autres. Avec des encarts sur le terroir, l'histoire et la culture de ce territoire.

BIBLI : ROS

COTE : 641.59 LAC



**Petits plats comme au Portugal : c'est meilleur à la maison : en 30 minutes seulement**  
**Mahut, Sandra**

Marabout

Trente recettes portugaises parmi les plus plébiscitées sur les réseaux sociaux, accessibles et réalisées en peu d'étapes : poulet piri piri, morue à la cantabrica, pasteis de nata, entre autres.

COTE : 641.59 MAH

BIBLI : CHA



**Le Portugal à votre table**

**Rodrigues, Pedro**

Artémis

Recettes portugaises de plats à base de produits de la mer et de viandes ainsi que de desserts : accras de morue, soupe aux choux à la minhota, riz au poulpe, cassoulet aux fruits de mer, pot-au-feu portugais, cailles à la sauce au Porto, flan abade de Priscos, entre autres.

COTE : 641.59 ROD

BIBLI : CHA



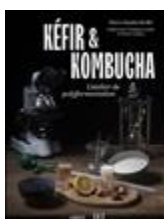
**Ukraine : cuisine et histoire : immersion dans la culture et les traditions ukrainiennes en 80 recettes d'aujourd'hui**

La Martinière

Conçues par des chefs ukrainiens, 80 recettes pour découvrir la cuisine de ce pays comme les challah ou le gâteau de Kiev. Avec des informations sur les traditions, les spécialités et les produits locaux.

COTE : 641.59 UKR

BIBLI : ROS



**Kéfir & kombucha : l'atelier de polyfermentation**

**Faudot dit Bel, Pierre**

Uqbar

L'art de la fermentation expliqué par un docteur en biochimie moléculaire. Des recettes et conseils pour fabriquer kéfir et kombucha sont accompagnés d'une explication des phénomènes à l'origine de ces boissons naturelles millénaires.

COTE : 641.8 FAU

BIBLI : BOU TRI



## **Tartes & tartelettes**

**Guerna, Marine**

**Marabout**

Trente recettes de tartes sucrées : pécan, aux fraises ou encore chocolat, caramel, pistache.

COTE : 641.8 GUE

BIBLI : BOU BEL SMAE

---



## **Tracer ses patrons**

**Pau, Mathilde**

**CréaPassions**

Des pas à pas, des astuces et des conseils pour apprendre à faire ses patrons. L'auteure présente le matériel, les tissus et la prise de mesure ainsi que des modèles pour mettre en pratique tous les apprentissages : des jupes, des tops, des chemisiers ou encore des robes.

COTE : 646 PAU

BIBLI : CLO

---



## **Macramé : une passion créative : 20 modèles d'exception**

**Zedenius, Fanny**

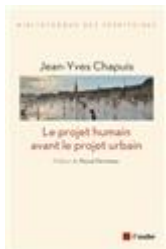
**Mango**

Des modèles de macramés accompagnés d'explications détaillées.

COTE : 646 ZED

BIBLI : ANT CLO LON

---



## **Le projet humain avant le projet urbain**

**Chapuis, Jean-Yves**

**Ed. de l'Aube**

À partir de son expérience d'urbaniste et d'exemples concrets, comme ceux de Rennes et de Lyon, J.-Y. Chapuis insiste sur la nécessité de remettre l'homme au coeur des projets urbains. Il propose d'articuler les espaces politiques et administratifs autour de notions humanistes prenant en compte la fragilité et la mobilité humaine ainsi que l'importance de son environnement.

COTE : 710 CHA

BIBLI : BOU

---



## **Dessiner son quotidien : 100 exercices pour explorer son environnement**

**Soheylian, Jérémy**

**Eyrolles**

Des exercices progressifs pour s'initier au dessin et comprendre les principales notions de cette discipline : la perspective, les plans, l'ombre et la lumière, entre autres.

COTE : 741.2 SOH

BIBLI : VIL-SMAE

---





## **Objectif mangaka ! : apprends à dessiner tes personnages mangas !**

**Medzi-O**

Merci les Livres

Quinze leçons afin d'apprendre les bases du dessin de manga, avec des explications progressives, des exemples, des exercices d'application et des défis à réaliser. Elles permettent de s'initier ainsi à l'encrage, à la forme des visages et au placement des dialogues.

COTE : 741.5 MED

BIBLI : MAU

---



## **Galets mandalas : 50 motifs à peindre pour méditer**

**Alexander, Natasha**

Leduc créatif

Cinquante motifs de mandalas variés et colorés à reproduire grâce aux pas à pas et aux explications détaillées pour peindre et décorer des galets.

COTE : 745.5 ALE

BIBLI : LON SMAE

---



## **Mes jolis bracelets : 35 projets multi-techniques pour orner vos poignets !**

Editions Marie-Claire

Des modèles de bracelets demandant peu de matériel et utilisant des techniques variées telles que le tissage de perles, le macramé ou le tricotin.

COTE : 745.5 JOL

BIBLI : MAU VIL SMAE

---



## **Textile nature : couleur & impression : techniques, projets, trucs & astuces pour un succès immédiat !**

**Berkau, Elisabeth**

Editions de Saxe

Panorama pratique des techniques de teinture et d'impression sur tissu, tant pour les vêtements et les accessoires que pour la décoration, comme le shibori, le cyanotype, le sunprint ou encore le flower pounding.

COTE : 746 BER

BIBLI : CHA

---



## **La faune et la flore : animaux, bouquets et autres compositions : tout peindre à l'aquarelle**

**Duval-Dumas, Anne-Claire**

Marabout

COTE : 751 DUV

BIBLI : LON ROS



**Les fleurs : bouquets, couronnes & autres compositions : tout peindre à l'aquarelle**  
**Duval-Dumas, Anne-Claire**

Marabout

Plus de quarante modèles de motifs floraux à reproduire sont expliqués pas à pas pour maîtriser l'aquarelle botanique et développer sa créativité.

COTE : 751 DUV

BIBLI : MAU



**Aquarelle & lettering aux crayons aquarellables**

**Rötters, Nina**

Editions de Saxe

Un guide pas à pas pour apprendre à dessiner des motifs et des lettres avec des crayons aquarellables afin de s'initier à cette technique : animaux, motifs abstraits, bicyclette, cupcake, végétaux, entre autres.

COTE : 751 ROT

BIBLI : BEL BOU SMAE



**Escales en Polynésie**

**Lamazou, Titouan**

**Lamazou, Zoé**

Au vent des îles

En compagnie de sa fille, le peintre poursuit son exploration du monde en documentant, à l'aide de plus de 200 tableaux, leur errance à travers cinq archipels de Polynésie. Les deux voyageurs mettent ainsi à l'honneur la culture métisse de cette région du globe ainsi que sa biodiversité

marine et terrestre.

COTE : 758 LAM

BIBLI : LON TRI



**Son oeil dans ma main**

Images plurielles

**Barzakh**

Une sélection de photographies prises par R. Depardon à l'occasion de séjours en Algérie entre 1961 et 2019, accompagnées de textes de l'écrivain K. Daoud.

COTE : 770.92 DEP

BIBLI : BEL LAN



## Femmes photographes de guerre

Paris-Musées

Le catalogue met à l'honneur le photojournalisme féminin par la présentation du travail de huit femmes photographes correspondantes de guerre, dont Gerda Taro, Catherine Leroy, Françoise Demulder, Lee Miller ou encore Anja Niedringhaus. Il s'attache à montrer qu'elles modifient l'image, habituellement à connotation masculine, que la société a généralement des conflits armés.

COTE : 779 FEM

BIBLI : CHA TRI

---



## Le Puy du faux : enquête sur un parc qui réforme l'histoire

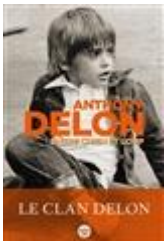
Les Arènes

Une mise au point historique consacrée aux spectacles du parc d'attractions du Puy du Fou présentant une histoire de France romancée, réinventée et erronée. Les auteurs passent au crible les erreurs historiques et les biais politiques présents dans ce divertissement.

COTE : 791 BES

BIBLI : TRI

---



## Entre chien et loup

Delon, Anthony

Cherche Midi

L'acteur retrace son parcours depuis son enfance jusqu'à sa carrière en passant par sa relation avec son père et la maladie de sa mère. En filigrane, un questionnement sur la façon de dépasser ses peurs, ses blessures et ses déceptions.

COTE : 791.431 DEL

BIBLI : BOU TRI

---



## Irlande

Gallimard loisirs

Un guide adapté aux séjours d'une à deux semaines, avec des informations pour préparer son voyage, des idées d'activités et d'itinéraires, des points sur les sites remarquables et des conseils pratiques (restauration, hébergement, transport).

COTE : 914.15 IRL

BIBLI : LON TRI

---



### **Simplissime : Irlande : le guide de voyage le + pratique du monde**

**Malié, Violaine**

**Quigley, Ketty**

Hachette Tourisme

Ce guide touristique rassemble des informations culturelles et historiques, des renseignements pratiques, une sélection d'adresses et des suggestions de visites. Avec deux circuits détaillés étape par étape : de Dublin au Connemara en passant par Cork et Galway ainsi qu'une boucle depuis

Belfast en Irlande du Nord.

COTE : 914.15 IRL

BIBLI : LAN VII

---



### **Berlin**

**Schulte-Peevers, Andrea**

Lonely planet

Présentation de l'histoire, de la culture, de l'architecture et de la vie quotidienne à Berlin. Avec des idées de visites pour chaque quartier de la ville, des suggestions de circuits touristiques à pied ou à vélo, une sélection d'adresses de restaurants, de sorties, d'activités sportives, de commerces, d'hôtels et des renseignements pratiques pour organiser son séjour.

COTE : 914.3 BER

BIBLI : TRI

---



### **Madones de Rennes : itinéraires des niches sculptées**

**Lemaître, Capucine**

Ouest-France

Six itinéraires d'environ 3,5 kilomètres pour découvrir plus de 220 sculptures votives méconnues de la Vierge Marie et d'autres saints protecteurs, présentes dans des niches ornant les façades de la ville de Rennes.

COTE : 914.41

BIBLI : CHA MAU SMAE

---



### **Randos bières en Bretagne : la façon la plus rafraîchissante de voir la Bretagne**

**Luisier, Fabienne**

**Luisier, Benoît**

Helvetiq

Quarante randonnées pour parcourir la Bretagne et déguster des bières locales et artisanales. Avec, pour chaque parcours, des informations sur la difficulté, la durée, le raccordement aux transports, les sites remarquables. Les bières font également l'objet d'une description détaillée : couleur, nez, goût.

COTE : 914.41 LUI

BIBLI : LAN

---



**Côte d'Opale : baie de Somme, entre terre & mer : 26 balades sur les sites protégés du Conservatoire du littoral**

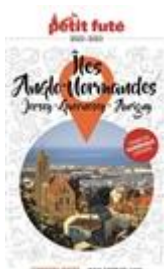
**Belles Balades éditions**

26 circuits illustrés de cartes IGN, avec une description des richesses naturelles. Une application mobile est incluse permettant de survoler les itinéraires en animation 3D, d'entendre et d'identifier plus de 150 chants d'oiseaux ou d'écouter des anecdotes sur les balades. Avec, en fin d'ouvrage, un cahier sur la faune et la flore à découvrir dans cette région.

COTE : 914.42 COT

BIBLI : LAN ROS

---



**Iles Anglo-Normandes : Jersey, Guernesey, Aurigny : 2022-2023**

**Auzias, Dominique**

**Labourdette, Jean-Paul**

Nouv. éd. de l'Université

Des renseignements pratiques et des informations historiques, culturelles et touristiques pour découvrir Jersey, Guernesey, Aurigny, Sercq, Herm, entre autres. Un code permet d'accéder à la version numérique gratuite.

COTE : 914.42 ILE

BIBLI : CLO

---



**Picardie : baie de Somme (Hauts-de-France) : 2022-2023**

**Gloaguen, Philippe**

**Hachette Tourisme**

Des informations historiques et culturelles, des renseignements pratiques, des suggestions de balades et une sélection d'adresses (restaurants, hôtels, commerces) pour découvrir la région picarde et particulièrement la baie de Somme. Se promener dans les rues de Senlis, découvrir le musée de Condé ou admirer la colorisation de la cathédrale d'Amiens figurent parmi les suggestions de ce guide.

COTE : 914.42 PIC

BIBLI : MAU

---



**Les week-ends surprises des petits Parisiens : 52 passions à vivre en famille**

**Durand-Raynal, Jennifer**

**Parigramme**

52 idées de sorties familiales à Paris, en Ile-de-France et au-delà : week-end à la ferme, en forêt, d'observation astronomique, entre autres.

COTE : 914.436 PAR

BIBLI : TRI

---



## **Architectures Art déco, 1910-1939 : Paris et environs : 100 bâtiments remarquables**

**Texier, Simon**

Parigramme

Une présentation de cent bâtiments de la région parisienne représentatifs de ce mouvement artistique.

COTE : 914.436 PAR

BIBLI : ANT

---



## **Vallée du Lot et bastides**

**Gloaguen, Philippe**

Hachette Tourisme

Des itinéraires pour découvrir les villages et les paysages de la vallée du Lot, des informations sur le territoire, des coups de coeur, des incontournables aux visites hors des sentiers battus, et une sélection d'adresses sur le terrain.

COTE : 914.47 LOT

BIBLI : BEL LON

---



## **Lot, Aveyron, Tarn : Occitanie : 2022-2023**

**Gloaguen, Philippe**

Hachette Tourisme

Pour organiser un séjour dans la partie nord de l'Occitanie, ce guide propose des informations historiques et culturelles, des renseignements pratiques mis à jour et, pour chaque grande région, des descriptions de circuits et un choix d'adresses : hôtels, campings, restaurants, lieux de vente de produits locaux.

COTE : 914.48 LOT

BIBLI : BOU MAU

---



## **Ardèche, Drôme : Auvergne-Rhône-Alpes : 2022-2023**

**Gloaguen, Philippe**

Hachette Tourisme

Des informations culturelles et pratiques, des adresses d'hôtels, de restaurants et de commerces ainsi que des descriptions de circuits autour de Valence, dans les Cévennes ardéchoises, les collines de la Drôme et le Vercors.

COTE : 914.49 ARD

BIBLI : MAU

---



## **Florence en quelques jours**

**Bassi, Giacomo**

Lonely planet

Un guide pour des courts séjours à Florence, pour découvrir l'essentiel, les incontournables et les côtés insolites de la ville. Avec des informations pratiques et touristiques, des adresses et des idées de visites.

COTE : 914.5 FLO

BIBLI : LAN ROS

---



## **Rome**

**Garwood, Duncan**

**Averbuck, Alexis**

**Maxwell, Virginia**

Lonely planet

Guide complet de la capitale italienne, comportant des éclairages sur l'art et la culture romains, des adresses d'hôtels, de restaurants, de pensions et d'institutions religieuses pouvant héberger, les monuments et les musées à visiter, une sélection de boutiques. Avec des propositions d'excursions dans les alentours, à Ostia Antica, Tivoli, Orvieto, les Collini Romani, Cerveteri et Tarquinia.

COTE : 914.5 ROM

BIBLI : BEL ROS

---



## **Sardaigne : 2022**

**Auzias, Dominique**

**Labourdette, Jean-Paul**

Nouv. éd. de l'Université

Des informations sur l'histoire et les traditions de la Sardaigne, des renseignements pratiques pour organiser son séjour, des suggestions de circuits touristiques, des descriptions de sites et de monuments ainsi qu'un choix d'adresses : hébergements, restaurants, commerces ou encore sorties. Un code permet d'accéder à la version numérique gratuite.

COTE : 914.5 SAR

BIBLI : MAU TRI

---



## **Espagne Centre : Madrid, Castille, Estrémadure**

**Manufacture française des pneumatiques Michelin**

Michelin Editions

Des renseignements pratiques pour préparer son séjour, des informations sur la région, son histoire, sa culture et ses paysages, des descriptions de villes et de sites, 45 propositions d'activités à faire avec les enfants ainsi qu'une sélection de plus de 400 adresses.

COTE : 914.6 ESP

BIBLI : LON VIL

---



**Espagne**  
**Manufacture française des pneumatiques Michelin**

Michelin Editions

Guide de terrain en trois sections : une partie pratique pour organiser son séjour, des éléments d'histoire et de civilisation ainsi qu'un répertoire alphabétique des sites et des monuments à visiter.

COTE : 914.6 ESP

BIBLI : MAU TRI

---



**Espagne côté est : Valence, Costa Blanca, Aragon, Saragosse**

**Manufacture française des pneumatiques Michelin**

Michelin Editions

Guide culturel de terrain en trois sections : une partie pratique pour organiser son séjour, des pages pour comprendre le pays avec une synthèse de son histoire, un répertoire des villes et des sites à visiter ainsi qu'une sélection d'adresses : hôtels, restaurants et commerces.

COTE : 914.6 ESP

BIBLI : BOU ROS

---



**Portugal**

**Montagnon, Denis**

**Sergent, Sarah**

**Rabardeau, Sandrine**

Hachette Tourisme

Des informations sur l'histoire et les spécificités culturelles du Portugal, des itinéraires touristiques, des idées d'activités ainsi que des adresses de restaurants, d'hôtels et de boutiques.

COTE : 914.69 POR

BIBLI : CLO-ROS

---



**Belgique : 2022**

**Auzias, Dominique**

**Labourdette, Jean-Paul**

Nouv. éd. de l'Université

Des renseignements pratiques et des informations sur la Belgique, son histoire, son économie, ses traditions, sa gastronomie, des suggestions de circuits touristiques et des descriptions de sites et de monuments. Avec un choix d'adresses : hôtels, restaurants ou encore sorties. Un code permet d'accéder à la version numérique gratuite.

COTE : 914.93 BEL

BIBLI : LAN MAU

---





## **Grèce : Athènes et le Péloponnèse**

**Vidal-Naquet, Maud**

**Cervellin-Chevalier, Isabelle**

Hachette Tourisme

Des informations pratiques pour organiser son séjour, des circuits d'une à deux semaines pour découvrir les sites incontournables, des adresses de restaurants, d'hébergements et de boutiques traditionnelles, des balades insolites, des randonnées à travers les paysages sauvages de l'île ou encore des idées d'activités pour profiter de son voyage.

COTE : 914.95 GRE

BIBLI : ANT BEL

---



## **Vietnam**

**Sullivan, James**

National Geographic

L'histoire et la culture du pays, les quartiers et les régions, des propositions d'excursions et, en fin d'ouvrage, des adresses d'hôtels, de restaurants, de shopping et de lieux où sortir.

COTE : 915.97 VIE

BIBLI : CLO MAU ROS

---



## **Sénégal : 2022-2023**

**Gloaguen, Philippe**

Hachette Tourisme

Pour préparer son voyage au Sénégal, des renseignements pratiques, des informations historiques et culturelles, et, région par région, des suggestions de circuits, des descriptions de sites et une sélection d'adresses : hôtels, restaurants, commerces, entre autres.

COTE : 916.6 SEN

BIBLI : VIL

---



## **Réunion : + randonnées et activités sportives : 2022-2023**

**Gloaguen, Philippe**

Hachette Tourisme

Des informations historiques et culturelles sur l'île, des renseignements pratiques pour organiser son séjour, des descriptions de circuits et une sélection d'adresses. Avec des conseils pour y pratiquer la randonnée pédestre et la plongée.

COTE : 916.9 REU

BIBLI : BOU LAN MAU

---



## **Guadeloupe : Marie-Galante, les Saintes, la Désirade, la Dominique : 2022**

**Auzias, Dominique**

**Labourdette, Jean-Paul**

Nouv. éd. de l'Université

Des informations sur l'histoire, l'économie, la culture, les arts de la Guadeloupe, des îles de l'archipel et de la Dominique. Avec des suggestions de visites, des renseignements pratiques pour organiser son séjour ainsi que des adresses d'hôtels, de restaurants, de loisirs et de commerces divers. Un code permet d'accéder gratuitement à la version numérique.

COTE : 917.297 GUA

BIBLI : BEL TRI



## **Grands parcs de l'Ouest américain**

**Manufacture française des pneumatiques Michelin**

Michelin Editions

Ce guide propose de découvrir les parcs situés entre les Rocheuses et le plateau du Colorado. Il contient des informations pratiques pour préparer et organiser son voyage, des éléments d'histoire et de civilisation, des propositions de circuits, d'activités à faire en famille, ainsi que des adresses classées par budget.

COTE : 917.3 ETA

BIBLI : LAN



## **Chili, île de Pâques : 2022-2023**

**Auzias, Dominique**

**Labourdette, Jean-Paul**

Nouv. éd. de l'Université

Des informations culturelles sur le Chili et l'île de Pâques, des idées de circuits avec une sélection d'adresses pour chaque grande région : hébergement, restauration, loisirs et visites touristiques.

Un code permet d'accéder à la version numérique gratuite.

COTE : 918.3 CHI

BIBLI : TRI VIL



## **Violette Szabo : de Londres à Ravensbrück : une espionne face aux SS**

**Zeller, Guillaume**

Tallandier

Biographie de V. Szabo (1921-1945), résistante et agent des services secrets britanniques créés en 1940 par W. Churchill. Elle est devenue le symbole d'une jeunesse prête à tout dans la lutte contre le nazisme. Arrêtée en 1944, elle est déportée à Ravensbrück où elle est exécutée en 1945.

L'auteur retrace son enfance dans la Somme puis à Londres, sa vie amoureuse et ses engagements politiques.

COTE : 940.53 SZA

BIBLI : BOU



## **Infographie de la Révolution française**

**Martin, Jean-Clément**

**Passés composés**

Une histoire illustrée de la Révolution française, les infographies offrant une vue synthétique sur les événements et les thèmes de cette période, comme la chute de la monarchie, la Terreur, la condition des femmes, la Vendée et la déchristianisation.

COTE : 944.04 MAR

BIBLI : MAU VIL

---



## **Les Trois Glorieuses : la révolution de 1830 démystifiée**

**Montplaisir, Daniel de**

**Perrin**

Le spécialiste du XIXe siècle détaille le contexte politique, économique et social qui précède les émeutes des 27, 28 et 29 juillet 1830 durant lesquelles le peuple parisien renverse Charles X et la seconde Restauration. Il met également en exergue les conséquences de l'avènement de Louis-Philippe durant la monarchie de Juillet ainsi qu'un certain syndrome révolutionnaire français.

COTE : 944.06 MON

BIBLI : BEL

---



## **Pour l'Ukraine**

**Zelensky, Volodymyr**

**Grasset**

Une trentaine de discours prononcés par le président de la République ukrainienne depuis le 21 février 2022, veille de la guerre opposant l'Ukraine à la Russie. Avec, notamment, le discours du premier jour et ceux, plus institutionnels, tenus devant le Congrès américain, l'Assemblée nationale française ou encore le Parlement anglais.

COTE : 947 ZEL

BIBLI : LAN ROS

---



## **Sandormokh : le livre noir d'un lieu de mémoire**

**Flige, Irina**

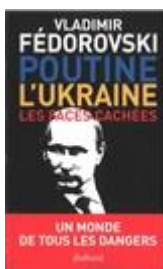
**Belles lettres**

Entre recherche historique, analyse culturelle, recueil de témoignages et journalisme, l'ouvrage présente ce charnier de 236 fosses abritant les restes de fusillés de la Grande Terreur, mis au jour en 1997. L'auteure revient ainsi sur un chaînon manquant dans l'histoire de son pays, les 800.000 personnes victimes des purges staliniennes abattues dans le plus grand secret en 1937 et 1938.

COTE : 947.084 FLI

BIBLI : TRI

---



## **Poutine, l'Ukraine : les faces cachées**

**Fédorovski, Vladimir**

**Balland Editions**

L'auteur, diplomate et écrivain russo-ukrainien, donne des clés pour comprendre la personnalité de V. Poutine en qui il voit à la fois l'enfant meurtri, le sportif tacticien, l'espion fourbe, l'homme politique blessé et le tsar fantasmé. La guerre en Ukraine serait, selon lui, liée aux humiliations subies par la Russie depuis la fin de la sortie du communisme.

COTE : 947.086 FED

BIBLI : ANT CHA SMAE

---



## **Les 15 jours qui ont fait basculer Kaboul**

**Martinon, David**

**Editions de l'Observatoire**

Ambassadeur de France en Afghanistan au moment de la prise de Kaboul par les talibans en août 2021, l'auteur, témoin direct, revient sur cet épisode. Il décrit les stratégies élaborées pour secourir le plus de gens possible en rappelant également les conditions qui ont permis la chute de la ville ainsi que les signes qui l'annonçaient et que personne n'a vus.

COTE : 958 MAR

BIBLI : LAN TRI

---



## **Algérie coloniale : traces, mémoires et transmissions**

**le Cavalier bleu**

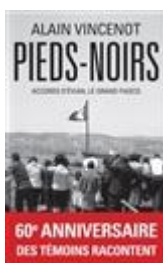
**Maison méditerranéenne des sciences de l'homme**

Une exploration des mémoires associées à la colonisation et à la guerre d'indépendance algériennes en France et en Algérie, dans différents domaines et dans différents milieux. Au sein des deux sociétés, l'ensemble des acteurs expriment des narrations et des exigences mémorielles parfois antagonistes, chacun participant à la construction d'une mémoire en dehors d'une vision globale.

COTE : 965 ALG

BIBLI : BEL

---



## **Pieds-noirs : accords d'Evian, le grand fiasco**

**Vincenot, Alain**

**Archipel**

L'histoire des Français d'Algérie, du débarquement de Sidi Ferruch en 1830 jusqu'aux accords d'Evian en 1962 et à leur rapatriement forcé en France. La seconde partie de l'ouvrage est consacrée à des témoignages recueillis auprès de pieds-noirs de tous milieux.

COTE : 965 VIN

BIBLI : LON

---



## **Farines alternatives : 30 farines pour changer de la farine de blé**

**Cupillard, Valérie**

la Plage

La première partie décrypte les bienfaits et les qualités nutritionnelles de trente farines. La seconde partie présente trente recettes sucrées et salées à base de farines de riz, de pois chiches ou encore de chanvre : crumble cacao framboise, cake olives basilic, crème pâtissière au rhum, entre autres.

COTE : LOISIRS CUISINE ALIMENTS 641.33 CUP

BIBLI : ANT CHA

---



## **Le riz jaune : Thaïlande, Japon, Chine... : avec Thai, la cuisine asiatique c'est facile !**

**Liou, Thai**

Larousse

Une sélection de recettes présentées sur la chaîne YouTube Le riz jaune, emblématiques des cuisines chinoise, thaïe, japonaise, vietnamienne, coréenne et laotienne.

COTE : LOISIRS CUISINE MONDE 641.33 LIO

BIBLI : ANT MAU

---



## **La sécurité émotionnelle de l'enfant : comment l'aider à se construire grâce au lien d'attachement**

**Raynaud Postel, Anne**

Marabout

Alors que le développement cognitif de l'enfant entre souvent en contradiction avec les normes de sociétés de plus en plus impatientes et exigeantes, l'auteure explique les besoins de sécurité émotionnelle et physique de l'enfant. Elle propose également des moyens pour y parvenir.

COTE : PARENTS ENFANTS PSYCHOLOGIE 155.4 RAY

BIBLI : ANT

---



## **Etre mère c'est que du bonheur... ou pas**

**Martins, Daniela**

Solar

D. Martins livre sa vision décomplexée de la maternité et aborde des sujets tels que le post-partum, l'allaitement, le cododo, l'éducation positive, entre autres.

COTE : PARENTS FAMILLE GENERALITES 155.6 MAR

BIBLI : MAU TRI SMAE

---



**Jouons ensemble autrement**  
**Dumonteil-Kremer, Catherine**  
la Plage

Une approche différente du jeu : jouer pour donner de l'attention personnalisée, sortir des impasses relationnelles avec les petits comme avec les adolescents, souder la famille, entre autres. L'auteure propose concrètement une cinquantaine de jeux spontanés simples à mettre en place, ainsi qu'une sélection de jeux de société coopératifs et de jeux de plateau originaux.

COTE : PARENTS JEUX 794 DUM

BIBLI : ANT VIL SMAE

---



**Les guerriers sans nom**  
**Notin, Jean-Christophe**  
Tallandier

Les portraits d'officiers faisant partie des forces spéciales, dont la plus grande discrétion est essentielle à leur réussite, qui se livrent sur la réalité de leur métier, leurs motivations et leurs peurs. Si ces unités d'élite ont remporté des succès, le coût physique et psychique reste élevé. L'auteur aborde ainsi les questions du rapport à la mort et des conséquences sur la vie privée.

COTE : VECU 355.1 NOT

BIBLI : BEL-LAN

---



**Au coeur de la prison des femmes : ma vie de surveillante**  
**Horel, Marie-Annick**  
Tallandier

Surveillante durant trente-sept ans au Centre pénitentiaire de Rennes, exclusivement réservé aux femmes, l'auteure témoigne de son vécu en évoquant les liens forts tissés avec les prisonnières, le manque de moyens et le tabou qui subsiste concernant son métier.

COTE : VECU 365 HOR

BIBLI : LON ROS-SMAE

---



**Fragments de prison : histoires vécues**  
**Sousset, Véronique**  
Cherche Midi

Directrice d'établissements pénitentiaire depuis 2000, l'auteure donne son vécu de système pénitentiaire français par le prisme de la rencontre. La trentaine de récits dévoile le quotidien d'hommes et de femmes détenus, célèbres ou anonymes et éclaire la réalité de l'institution carcérale en France.

COTE : VECU 365 SOU

BIBLI : BEL VIL SMAE

---



**La mort en face**  
**Grosjean, Romain**  
City

Le pilote automobile français subit un grave accident lors d'une course le 29 novembre 2020. Sorti des flammes, il se retrouve confronté à une lutte de chaque instant pour surmonter ses blessures et adapter son mode de vie. Ce combat l'amène à participer de nouveau aux courses malgré les séquelles.

COTE : VECU 629.21 GRO

BIBLI : CLO-LAN

---



**Résilience : autobiographie**  
**Winter, Ophélie**  
HarperCollins

La chanteuse retrace son parcours jusqu'aux sommets du hit-parade et aux Victoires de la musique, en passant par ses incursions cinématographiques. Star des années 1990, Ophélie Winter évoque ses rapports parfois difficiles avec le monde du showbiz, dans lequel elle est plongée dès son enfance, ainsi que le caractère qu'elle s'est forgé, loin de l'image futile parfois renvoyée par les médias.

COTE : VECU 782.092 WIN

BIBLI : TRI

---



**Des choses qui se dansent : récit**  
**Louvet, Germain**  
Fayard

Danseur étoile de l'Opéra de Paris, l'auteur relate son enfance en Bourgogne, son apprentissage à l'école de danse à Nanterre et la consécration en 2016 à l'issue d'une représentation du ballet Le lac des cygnes au cours de laquelle il interprète le rôle de Siegfried. Il évoque les coulisses des répétitions et pose un regard critique sur l'institution.

COTE : VECU 792.8 LOU

BIBLI : ANT TRI

---



**La chance de ma vie : j'ai fait de ma différence une force**  
**Curin, Théo**  
Flammarion

L'autobiographie du nageur handisport français, 21 ans, amputé des deux bras et des deux jambes suite à une méningite bactérienne foudroyante à l'âge de 6 ans.

COTE : VECU 797.2 CUR

BIBLI : ROS-VIL

---



**Nature aquatique**  
**Néry, Guillaume**  
**Arthaud**

Le champion d'apnée décrit le lien intime qui le relie à la mer. Pendant le confinement dû à la pandémie de Covid-19, il prend conscience de l'importance de la plongée dans sa vie. Le sport est devenu un art de vivre et un besoin vital. Il relate notamment un accident lors d'une descente à moins 139 mètres en mer durant laquelle il a évité la mort de peu.

COTE : VECU 797.2 NER

BIBLI : LAN



**Mala et le chat de l'espoir : le témoignage d'une rescapée de l'Holocauste, sauvée grâce à son chat**  
**Kaczenberg, Mala**  
**City**

Vivant dans la région de Lublin au sein d'une famille juive, l'auteur voit son village de Tarnograd transformé en ghetto par les nazis. Elle risque sa vie en enlevant son étoile jaune pour sortir du village afin de rapporter de la nourriture à sa famille. Un jour, elle voit les soldats allemands arrêter les siens. Elle fuit dans la forêt accompagnée de son chat Malach et parvient à survivre.

COTE : VECU 940.547 KAC

BIBLI : CLO