



Les plus belles librairies du monde

EPA

Gestalten

Une sélection de librairies étonnantes, audacieuses et innovantes situées dans le monde entier : institutions ou lieux alternatif, sur l'eau ou dans une cathédrale gothique, contemporaine ou à l'ancienne. L'ouvrage invite à découvrir l'histoire de ces lieux de vie et d'inspiration et à rencontrer les libraires qui en font l'âme, proposent leurs coups de coeur et s'engagent.

COTE : 070 PLU

BIBLI : BOU



Les 50 règles d'or pour bien gérer ses émotions

Arrivé, Jean-Yves

Larousse

Cinquante règles, conseils et astuces pour comprendre ses émotions et les exprimer tout en les contrôlant : s'affirmer sans s'énerver, dire non à la tristesse, parler de ses émotions au travail, entre autres.

COTE : 152 ARR

BIBLI : ANT



Femme atypique : hypersensibilité, haut potentiel, TDAH... faites de votre différence une force au travail

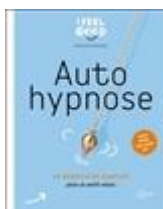
Crépel, Elodie

Jouvence

Le test au début de l'ouvrage permet d'identifier son profil parmi les huit grands types de femmes atypiques. S'ensuivent des informations sur chacun d'entre eux, accompagnés de conseils pour assumer son plein potentiel et surmonter les difficultés professionnelles.

COTE : 152 CRE

BIBLI : ANT



Autohypnose : 20 exercices simples pour se sentir mieux : vivez votre meilleure vie !

Garnier, Antoine

Hachette Pratique

Un guide pratique proposant dix leçons d'autohypnose pour s'adresser à son subconscient et vaincre les maux du quotidien : combattre l'insomnie, développer sa confiance en soi, apaiser sa colère ou lutter contre l'addiction à la cigarette.

COTE : 154 GAR

BIBLI : ANT



1, 2, 3, les devoirs ne sont plus un cauchemar ! : ni pour les enfants, ni pour les parents...

Maciejak, Véronique

Eyrolles

La coach parentale explore l'ensemble des difficultés rencontrées par les enfants face aux apprentissages scolaires et livre aux parents des clés pour une meilleure compréhension de chacun. Elle propose des solutions pratiques et concrètes inspirées de la pédagogie positive pour que les devoirs ne soient plus une source de conflits au sein de la famille mais un réel épanouissement pour l'enfant.

COTE : 155.4 MAC

BIBLI : LON



Le grand livre de l'ennéagramme : le guide de référence pour découvrir votre vraie personnalité et celle de vos proches

Chabreuil, Fabien

Chabreuil, Patricia

Eyrolles

Issu de la tradition orientale et compatible avec les apports récents de la psychologie moderne, l'ennéagramme dépeint le fonctionnement de la personnalité humaine. Cet ouvrage de synthèse explique l'ennéagramme et la façon de l'utiliser pour son évolution personnelle.

COTE : 158 CHA

BIBLI : ANT



50 exercices de gestalt-thérapie : le secret de l'instant présent

Clouzard, Catherine

Eyrolles

Thérapie née dans les années 1950 aux Etats-Unis, la gestalt s'inspire de la psychologie, de la psychanalyse, de la philosophie et de l'art pour proposer une réflexion sur le bien-être et les besoins réels des individus. Cette thérapie vise à permettre à chacun d'explorer son ressenti selon son expérience subjective et d'aborder le travail sur lui comme un processus nécessaire à son

équilibre.

COTE : 158 CLO

BIBLI : ANT



Les 5 blessures de l'âme : identifier ses blessures dominantes pour les panser

Gauducheau, Isabelle

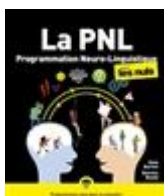
Teysse, Mary Laure

Jouvence

Cet ouvrage décrit les principaux types de blessures psychologiques que sont le rejet, l'abandon, l'humiliation, la trahison et le jugement. Les auteures proposent des exemples issus de leur expérience ainsi que des questionnaires pour identifier et guérir ses blessures.

COTE : 158 GAU

BIBLI : ANT



La PNL, programmation neuro-linguistique, pour les nuls

Ready, Romilla

Burton, Kate

First Editions

Des informations précises sur les outils de la programmation neurolinguistique, tels que la visualisation, le rêve éveillé, l'hypnose et le travail sensoriel et linguistique, ainsi que sur leurs applications.

COTE : 158 REA

BIBLI : ANT



Mes 77 secrets de vie

Servan-Schreiber, Perla

La Martinière

Des conseils pour se sentir bien et apprécier les plaisirs simples de la vie. L'auteure livre également ses réflexions sur l'amour, l'amitié, la liberté, mais aussi sur la fragilité et la mort.

COTE : 158 SER

BIBLI : BOU



Les clés de l'intelligence érotique : 12 rituels pour prendre soin de son couple et retrouver une sexualité à soi

Aulnois-Wang, Florentine d'

Larousse

Douze rituels permettant de se reconnecter à soi et à son partenaire, pour une sexualité libérée et pleinement vécue.

COTE : 158.2 AUL

BIBLI : ANT



Je t'aime, un peu, beaucoup, hyper sensiblement : hypersensibles et autres atypiques, découvrez votre haut potentiel amoureux

Crépel, Elodie

Solar

Présentation des troubles relatifs à l'amour chez les personnes hypersensibles ou atypiques, qu'il s'agisse de la rencontre, de la vie quotidienne, de la sexualité ou du célibat. La psychanalyste donne des conseils pour les aider à appréhender leur singularité, à définir leurs besoins et leurs limites ainsi qu'à mieux se comprendre afin de construire une relation dans la durée.

COTE : 158.2 CRE

BIBLI : ANT



Apprivoiser l'iceberg émotionnel : voyage au coeur de la psyché

Laguës, Mathilde

MA éditions

À travers de nombreux exemples concrets, l'auteure invite chacun à analyser les ressorts psychologiques de sa relation au travail, aux autres et à soi-même. Elle donne des clés pour se libérer dans la bienveillance et exprimer pleinement son potentiel.

COTE : 158.2 LAG

BIBLI : ANT



J'ai pas les codes ! : comprendre enfin le monde qui nous entoure

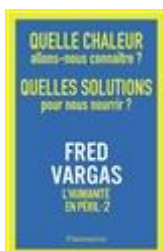
Petitcollin, Christel

Albin Michel

Un guide destiné aux personnalités atypiques telles que les surefficients, les hypersensibles ou les personnes qui pensent trop, afin de les aider à mieux accepter leur différence et à comprendre certains des ressorts du monde ou de la vie en communauté qu'elles peuvent avoir du mal à saisir.

COTE : 158.2 PET

BIBLI : LAN



L'humanité en péril

Volume 2, Quelle chaleur allons-nous connaître ? Quelles solutions pour nous nourrir ?

Vargas, Fred

Flammarion

L'écrivaine poursuit son travail de lanceuse d'alerte concernant le réchauffement climatique, passant en revue les différents scénarios envisagés par le Groupe d'experts intergouvernemental sur l'évolution du climat. Elle propose également un programme de préparation au monde d'après.

COTE : 304.2 VAR

BIBLI : BOU



N'ayez plus peur de la retraite : les conseils sans tabou d'un neurologue pour réussir sa 3e vie

Chaîne, Pascal

Privat SAS

Spécialisé dans les neurosciences, l'auteur a accompagné des centaines de patients durant leur transition de la vie active à la retraite. En s'appuyant sur son expérience professionnelle, il décrypte les symptômes positifs ou négatifs liés à ce bouleversement et fournit des conseils pour vivre une retraite épanouie et saine.

COTE : 305.26 CHA

BIBLI : CHA SMAE

FRANÇOIS
DE CLOSETS

LA PARENTHÈSE
BOOMERS

RÉCONCILIER
LES GÉNÉRATIONS!

Bayard

La parenthèse boomers

Closets, François de

Fayard

Indigné par l'appel à solidarité des Français pour prendre en charge la dépendance des anciens baby-boomers, le journaliste renvoie ces derniers au bilan désastreux de leur propre contribution à la santé économique du pays. Après avoir hérité d'une France prospère, ils laissent aux générations suivantes un pays sur le déclin, écrasé de dettes. Il propose des solutions pour redresser la situation.

COTE : 320.944 CLO

BIBLI : LON



Vendre la guerre : le complexe militaro-intellectuel

Conesa, Pierre

Ed. de l'Aube

Une réflexion sur l'interventionnisme militaire et le rôle des médias. L'auteur critique le recours systématique d'experts à la télévision pour débattre d'une crise géopolitique, fustiger l'inaction des politiques ou encore convaincre qu'une guerre soit justifiée et justifiable. Il analyse ce phénomène et tente de cerner ses enjeux.

COTE : 324.4 CON

BIBLI : TRI



L'engrenage

Jirnov, Sergueï

Albin Michel

Ancien agent du KGB et spécialiste en relations internationales, l'auteur livre son analyse du conflit en Ukraine et décrypte le rôle de V. Zelensky, E. Macron et J. Biden. Il se fonde sur son expérience et sa connaissance de V. Poutine pour expliquer les raisons de cette guerre, la réalité de la menace nucléaire ou encore l'enlisement des offensives militaires en Ukraine.

COTE : 327 JIR

BIBLI : MAU



Un autre monde : l'ère des dictateurs

Frachon, Alain

Perrin

Une sélection des chroniques que l'auteur tient chaque semaine depuis 2014, augmentée d'une préface et d'un essai sur la Chine. L'ensemble brosse le tableau d'un monde nouveau marqué par la possible fin de l'Occident.

COTE : 327.4 FRA

BIBLI : CLO



Préparez votre succession : adapter son régime matrimonial, conclure un Pacs, faire une donation, rédiger son testament, souscrire une assurance vie : 2021

Le Particulier (périodique)
le Particulier éditions

Panorama des principales règles juridiques et fiscales à connaître pour préparer la transmission de son patrimoine et assurer l'avenir de ses proches. Les stratégies patrimoniales adaptées à différentes situations familiales, comme assurer l'avenir d'un enfant handicapé ou partager dans une famille recomposée, ainsi que les outils de transmission sont détaillés.

COTE : 346.01 PRE

BIBLI : LAN



Acheter son logement 2022

Doleux-Janat, Catherine

Prat

Un guide à jour des dernières réformes présentant les différentes étapes d'un achat immobilier : comment trouver son logement, les intermédiaires à contacter, les questions à se poser, la façon de financer son projet, les prêts aidés ou encore que faire en cas de contentieux. Avec des modèles de lettres et de contrats.

COTE : 346.04 DOL

BIBLI : BEL



Négociateur : face à la violence, avec ses émotions, pour trouver son chemin

Corona, David

Grasset

Membre du GIGN durant douze ans et négociateur de crise, l'auteur retrace son parcours au sein de cette unité d'élite de la gendarmerie française. Il raconte les entraînements, l'apprentissage des divers modes de combat et la cohésion au sein du groupe. Fêru de psychologie, il devient coach pour les entreprises et les sportifs après son départ de l'armée et promeut la bienveillance et le dialogue.

COTE : 355 COR

BIBLI : ROS



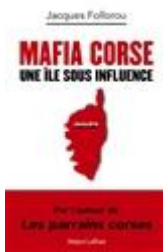
Ciel de combat : témoignages inédits de pilotes de chasse

Nimrod

Une centaine de témoignages sur le quotidien des pilotes de chasse, les opérations, les missions de guerre et les entraînements en Afghanistan, en Libye, au Mali, en Irak ou encore en Syrie.

COTE : 358 CIE

BIBLI : CLO



Mafia corse : une île sous influence

Follorou, Jacques

R. Laffont

Depuis 2004, l'auteur travaille sur la définition d'un phénomène de violence organisée ayant pris, en Corse, le contrôle d'un territoire et d'une économie. Dans cet ouvrage, il s'intéresse à cette mafia corse et aux relations entre les voyous devenus mafieux et les élus, initiées à la fin des années 1980.

COTE : 364 FOL

BIBLI : VII



Scènes de crime : dans le labo de la gendarmerie scientifique

Mallaval, Catherine

Nocent, Mathieu

Flammarion

Une plongée dans les techniques employées par les scientifiques de l'Institut de recherche criminelle de la gendarmerie nationale pour aider à élucider des crimes.

COTE : 364 MAL

BIBLI : MAU



La traque du Grêlé : au coeur du plus vieux cold case de la police parisienne : récit

Kemmet, Brendan

Sellami, Stéphane

R. Laffont

En 2014, la magistrate Nathalie Turkey reprend le dossier du Grêlé, une affaire non résolue depuis trente ans. Elle multiplie les auditions et se lance dans des investigations, convaincue que le tueur en série est un membre des forces de l'ordre. S'appuyant sur de nombreux témoignages, les auteurs retracent le déroulement de cette enquête hors normes.

COTE : 364.1 KEM

BIBLI : TRI SMAE



Genèse : le grand récit des origines

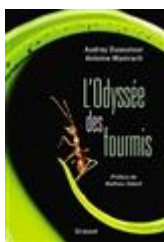
Tonelli, Guido

Dunod

Le récit de sept moments décisifs dans l'histoire de la genèse de l'espèce humaine, des origines de l'Univers à l'émergence de la vie et du langage.

COTE : 576.8 TON

BIBLI : TRI



L'odyssée des fourmis
Dussutour, Audrey
Wystrach, Antoine
Grasset

À partir de leurs voyages à travers le monde, les auteurs racontent le périple effectué par les fourmis en recherche de nourriture. En effet, ces insectes sont capables de réaliser des trajets de plusieurs centaines de mètres pour effectuer cette tâche. Au cours de leur route, semée d'embûches, les fourmis font appel à leur mémoire, leur force physique, leur sociabilité et leur stratégie.

COTE : 595.79 DUS

BIBLI : LAN



L'intelligence intime : libérez votre désir et inventez votre sexualité
Fried-Filliozat, Margot
R. Laffont

Une critique du modèle de sexualité proposé par la société contemporaine, que la thérapeute juge dépourvu d'intelligence intime. En s'appuyant sur les interrogations de ses patients, elle propose une approche novatrice de la sexualité dans laquelle l'orgasme et la pénétration ne seraient pas obligatoires.

COTE : 612.6 FRI

BIBLI : ANT



Guérir la vieillesse
Lemaître, Jean-Marc
Humensciences

Avec son équipe, Jean-Marc Lemaître a réussi à rajeunir des cellules en les reprogrammant génétiquement. L'application de ses découvertes sur la souris donne déjà des résultats, augmentant l'espérance de vie et la condition physique. Le scientifique présente les avancées de la recherche récente sur le vieillissement, les traitements envisagés et les perspectives en matière de longévité.

COTE : 612.67 LEM

BIBLI : BOU SMAE



La méthode : bain dérivatif, alimentation, soleil, argile
Guillain, France
Rocher

Des conseils pratiques pour mener une vie équilibrée, en combinant une alimentation intelligente et peu onéreuse, une utilisation modérée du soleil, une pratique du bain dérivatif ou l'emploi de l'argile.

COTE : 613.7 GUI

BIBLI : CHA



Méditer avec le Dr Steven Laureys : carnet d'exercices de méditation

Laureys, Steven

O. Jacob

Trente exercices de méditation guidés de durée et de niveau adaptables. Le neurologue expose les bienfaits de cette pratique sur le fonctionnement cérébral, le système immunitaire et le bien-être global.

COTE : 613.7 LAU

BIBLI : ROS



La gymnastique faciale : la méthode pour garder un beau visage au naturel

Catherine Pez

Pez, Catherine

Éditions De L'Homme

Quelques minutes de gymnastique faciale chaque jour pour préserver la jeunesse de vos traits! Comment prévenir de façon naturelle l'apparition de rides et donner de l'éclat à votre teint? Rien de plus simple! Cet ouvrage explique le rôle des muscles du visage et indique comment activer ceux dont le relâchement pourrait aggraver les marques du temps. Pour cette quatrième édition, Catherine Pez a conçu un test qui vous aidera à déterminer votre type de physionomie – visage ovale, carré, rond, long ou en triangle – et propose des exercices appropriés à chacun. Ainsi, par un simple entraînement intégré à votre routine beauté, vous donnerez du volume à vos joues, redessinerez votre bouche et lisserez la zone des yeux et du front. Toute l'efficacité d'un lifting sans les tracas de la chirurgie!

COTE : 613.7 PEZ

BIBLI : ANT



Réflexologie anti-stress : 40 points magiques : vivez votre meilleure vie !

Rizzo, Philippe

Bruno, Isabelle

Hachette Pratique

Une méthode de réflexologie pour apaiser rapidement les émotions négatives et stimuler les positives.

COTE : 613.7 RIZ

BIBLI : ANT



Ma cigarette : pourquoi je t'aime... comment je te quitte

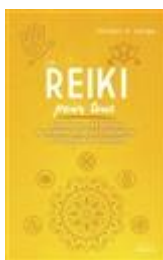
Lajzerowicz, Nathalie

De Boeck supérieur

Un guide pour comprendre le fonctionnement de l'addiction et accompagner l'arrêt de la cigarette grâce à douze stratégies comportementales.

COTE : 613.8 LAJ

BIBLI : ANT



Le reiki pour tous : des exercices faciles à réaliser pour se connecter à l'énergie universelle

Lange, Torsten Alexander

Ed. Médicis

Les fondements de cette thérapie japonaise fondée sur des soins énergétiques par imposition des mains sont exposés et de nombreux exercices proposés pour la mettre en pratique afin de se guérir ou de soigner les autres. Des conseils ciblés permettent de traiter les troubles émotionnels et les affections courantes. Avec également des informations pour devenir un praticien de reiki.

COTE : 615.5 LAN

BIBLI : ANT



Je m'initie à l'herboristerie : guide visuel

Gayet, Caroline

Pierre, Michel (herboriste)

Leduc.s éditions

Un guide illustré pour découvrir 22 plantes médicinales, de l'aubépine à l'ortie piquante, en passant par la camomille, la menthe poivrée et la bardane. Après avoir présenté leurs propriétés et leurs usages, les auteurs évoquent leurs bienfaits sur la santé : immunité, confort articulaire,

digestion, entre autres.

COTE : 615.7 GAY

BIBLI : ANT



CBD : que faire avec ? : comment fonctionne le CBD, son histoire et plus de 30 recettes pour une vie apaisée

Ruellan, Léa

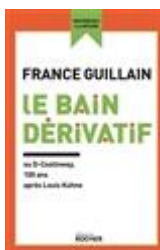
Hachette Pratique

Présentation des bienfaits du cannabidiol sur le système nerveux, notamment sous forme d'huile.

Avec une trentaine de recettes alimentaires et cosmétiques pour utiliser les huiles de CBD de façon optimale.

COTE : 615.7 RUE

BIBLI : ANT



Le bain dérivatif ou D-Coolinway : 100 ans après Louis Kuhne

Guillain, France

Rocher

Une thérapeutique où l'action de la friction et de l'eau froide sur certaines régions du corps a pour effet de renforcer l'élimination de la douleur, la régulation de la transpiration et la disparition d'aspérités, entre autres. Avec des informations pour comprendre les effets sur les graisses corporelles.

COTE : 615.82 GUI

BIBLI : CHA



Premiers secours : les gestes qui sauvent : le livre qui va vous apprendre à sauver des vies

Vagnon

Un manuel pour découvrir les gestes d'urgence à pratiquer en cas d'accident domestique.

COTE : 616.025

BIBLI : VII



Mon cerveau a encore besoin de lunettes : Le TDAH chez les adolescents et les adultes

Annick Vincent

Vincent, Annick

Éditions De L'Homme

À la fine pointe des recherches dans le domaine, cet ouvrage est un guide indispensable pour tous ceux qui cherchent à comprendre et à s'outiller pour mieux vivre avec le TDAH. Accessible et parsemé de témoignages éclairants, il entraîne pas à pas le lecteur à la découverte des

symptômes cliniques, de la démarche diagnostique et des traitements pharmacologiques offerts pour traiter ce trouble neurodéveloppemental. Résolument pratique, ce guide recèle également une mine de trucs et conseils qui permettront aux adolescents et aux adultes aux prises avec le TDAH de développer des stratégies adaptatives efficaces, qui les aideront à mieux composer avec les défis qu'ils rencontrent au quotidien.

COTE : 616.89 VIN

BIBLI : ANT

©Données Electre



Ménopause manifesto

Gunter, Jen

First Editions

Des conseils pour appréhender les bouleversements dus à la ménopause. La périménopause, les changements hormonaux, les bouffées de chaleur, les maladies cardiovasculaires, la perturbation du sommeil, le sexe et la libido, la dépression ou encore le poids et la masse musculaire sont au nombre des points abordés.

COTE : 618 GUN

BIBLI : ANT



32 défis robotiques : repoussez les limites de votre robot !

Nibart, Dominique

Eyrolles

Un guide pour relever des défis avec son robot, tels qu'éviter un obstacle, réagir à un son, pousser un objet, monter une pente ou encore parcourir un sol instable. Les solutions proposées sont adaptables à la majorité des types de robots (mBot, Codey, Lego Mindstorms EV3, Tello, etc.) et plus généralement à tout robot conçu à partir d'une carte Arduino ou micro:bit.

COTE : 621.39 NIB

BIBLI : ROS



Le grand livre d'Arduino

Bartmann, Erik

Eyrolles

Un guide pour utiliser facilement Arduino, une carte programmable à microcontrôleur open source, à travers 27 projets ludiques.

COTE : 621.395 BAR

BIBLI : ROS



Code de la route 2022

Activ Permis

Ed. du Toucan

Un guide pour préparer l'examen du code de la route, avec des évaluations, 250 questions réparties sur l'ensemble des dix thèmes officiels et deux séries de quarante questions d'examen ainsi qu'un accès à des sujets d'examen en ligne. A jour des nouvelles réglementations et signalisations.

COTE : 629.2 COD

BIBLI : CHA-MAU



46 activités avec le robot mBot2 : pour mBlock 5

Nibart, Dominique

Eyrolles

Des activités progressives pour prendre en main et exploiter les différentes fonctionnalités du robot mBot2, un modèle plus puissant et plus complet que le mBot grâce à ses capteurs de couleurs, son microphone, son joystick et ses LED. Chacune présente une problématique simple et un exemple de programme.

COTE : 629.892 NIB

BIBLI : ANT ROS



Fusion 360 et l'impression 3D : 5 objets à modéliser

Franken, Frédéric

ENI

Un guide pour apprendre à maîtriser Fusion 360 et à se servir de la technique de l'impression en trois dimensions par dépôt de filament de plastique fondu. Après une présentation complète de l'interface, l'auteur décrit pas à pas la manière de procéder pour réaliser les exemples proposés : remplacer une pièce cassée, reproduire un objet, ajouter une fonction à un ustensile, entre autres.

COTE : 629.988 FRA

BIBLI : ROS



Cuisiner Simplissime et aider l'Ukraine

Mallet, Jean-François

Hachette Pratique

Touché par la guerre en Ukraine, pays de son épouse, le cuisinier propose une édition spéciale de 45 recettes, dont les droits d'auteur et les bénéfices seront reversés, via la Fondation de France, à des associations venant en aide aux victimes du conflit.

COTE : 641.5 MAL

BIBLI : BEL VIL



J'apprends à coudre ma garde-robe : 30 modèles de hauts, jupes & robes : pour femme du 36 au 42

Lubin, Clémentine

Editions Marie-Claire

Vingt modèles de robes, de jupes ou de hauts à coudre. Chaque réalisation est expliquée pas à pas à l'aide d'illustrations et de patrons à taille réelle du 36 au 42. Les techniques de base de la couture sont présentées dont le montage d'un col et la préparation des pinces.

COTE : 646 LUB

BIBLI : TRI



Dessin et peinture numérique : avec Krita

Giet, Timothée

D-Booker éditions

Manuel pour découvrir et utiliser le logiciel libre Krita, conçu pour un environnement de création numérique professionnel : croquis, design de personnage, storyboard, animation en cut-out, etc. A jour des dernières évolutions de la version 5.

COTE : 702.8 GIE

BIBLI : ROS



Get busy : l'ultime magazine : anthologie

Marabout

Premier fanzine hip hop créé par Sear, Get Busy a inspiré une émission diffusée sur la chaîne Clique TV. Cette anthologie abondamment illustrée évoque aussi bien le patrimoine musical du genre, que les thèmes qui le traversent et son influence.

COTE : 781.64 BUS

BIBLI : TRI



J'étais là : 30 ans au coeur du rap

Driver

Mereghetti, Ismaël

Faces cachées

Le rappeur retrace son parcours au sein de la culture hip-hop française depuis trente ans, des émissions sur Nova à l'âge d'or de la fin des années 1990, en passant par les époques des grandes maisons de disque, de l'indépendance et du streaming. Il n'a cessé de se renouveler, associant rap technique et RnB, vibes californiennes et reggaeton.

COTE : 781.64 DRI

BIBLI : TRI



Jean Gabin

La Martinière

Des documents provenant des collections du Musée Jean-Gabin de Mériel et des témoignages de proches ou d'admirateurs retracent la vie et la filmographie du célèbre acteur français.

COTE : 791.431 GAB

BIBLI : ANT



Danser hip hop

Boisseau, Rosita

Nouvelles éditions Scala

Une exploration des enjeux de la danse hip-hop en France, focalisée autour de cinq sujets : les histoires spécifiquement françaises de la communauté, l'importance du collectif, les battles, la place des femmes et la diversité des styles de danse. Toujours ancrée dans les expérimentations de la rue, cette pratique investit également les théâtres et les plateaux de télévision.

COTE : 792.8 BOI

BIBLI : TRI SMAE



Danse et art contemporain

Boisseau, Rosita

Gattinoni, Christian

Nouvelles éditions Scala

Panorama de la danse contemporaine montrant comment la chorégraphie a, depuis les années 1970, construit son histoire en relation étroite avec les expérimentations liées à l'art contemporain.

Les présentations des danseurs et des chorégraphes rendent compte de projets singuliers à dimension plastique, expérimentés le plus souvent en collaboration avec des artistes.

COTE : 792.8 BOI

BIBLI : TRI



Danse contemporaine

Noisette, Philippe

Flammarion

Guide pour comprendre et connaître la danse contemporaine à travers ses principaux courants. Le journaliste revient sur les dates repères de la discipline, analyse ses tendances actuelles, et dresse le portrait de vingt chorégraphes incontournables : Philippe Découflé, William Forsythe, entre autres.

COTE : 792.8 NOI

BIBLI : TRI



L'art du game design : se focaliser sur les fondamentaux

Schell, Jesse

Dunod

Les fondamentaux de la conception d'un jeu vidéo, mais aussi d'autres types de jeux (de société, de cartes, etc.) par un célèbre game designer.

COTE : 794.8 SCH

BIBLI : ROS



26 mai 1993 : chronique enflammée

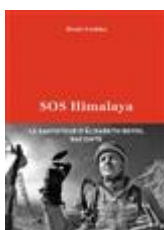
Privitera, Giovanni

The Melmac Cat

Supporter de l'Olympique de Marseille, l'auteur relate sa ferveur ainsi que celle de son entourage lorsque le club de football français remporte la Ligue des champions le 26 mai 1993. Il analyse également cet événement d'un point de vue sociologique.

COTE : 796.33 PRI

BIBLI : VIL



SOS Himalaya : le sauveteur d'Elisabeth Revol raconte

Urubko, Denis

Paulsen

En janvier 2018, D. Urubko devient une célébrité. Alpiniste chevronné, habitué des 8.000, il est en pleine ascension du K2 lorsqu'il se porte au secours d'Elisabeth Revol, en perdition au Nanga Parbat. Il relate dans cet ouvrage les différents sauvetages en haute altitude auxquels il a participé.

COTE : 796.52 URU

BIBLI : LON



Mille ans de mangas
Koyama-Richard, Brigitte
Flammarion

Synthèse sur l'histoire culturelle et artistique du manga depuis la fin du VIIe siècle. Cette forme d'expression à destination des enfants ou des adultes trouve son origine dans les peintures anciennes comme celles ornant le plafond du kondo du temple Hôryûji. Elle constitue un pan essentiel de la culture nippone, traitant de thèmes variés, légers ou profonds.

COTE : 809.306 KOY

BIBLI : ANT



Auvergne : 2022-2023
Gloaguen, Philippe
Hachette Tourisme

Des informations historiques et culturelles, des renseignements pratiques, quatre propositions d'itinéraires géographiques et thématiques, des activités ainsi qu'un choix d'adresses pour visiter l'Auvergne.

COTE : 914.45 AUV

BIBLI : MAU ROS



Portugal
Lonely planet

Des informations pratiques et culturelles pour découvrir le Portugal et notamment les mégalithes d'Evora, la vie nocturne lisboète, le défilé de la Romaria de Nossa Senhora da Agonia, le musée maritime de Ilhavo, le street art à Porto, les voies romaines entre Braga et Astorga.

COTE : 914.69 POR

BIBLI : LON



Islande : 2022-2023
Gloaguen, Philippe
Hachette Tourisme

Des renseignements pratiques pour organiser son séjour, des informations sur l'histoire, la culture et les traditions islandaises et, pour chaque grande région, des itinéraires touristiques ainsi qu'une sélection d'adresses d'hébergement, de restauration, de bars, de lieux de sorties et de loisirs. Les lieux incontournables sont présentés en photographies.

COTE : 914.91 ISL

BIBLI : ANT



Fabuleux Pays-Bas et Belgique

Collectif Ulysse

Collectif Ulysse

Guides De Voyage Ulysse

Fabuleux Pays-Bas et Belgique vous propose une odyssée visuelle à la rencontre des villes dynamiques, des villages de charme, des paysages enchanteurs et des sites patrimoniaux de ces deux pays riches d'histoire. Leurs nombreux attraits y sont admirablement mis en valeur grâce à une présentation somptueuse que soulignent des photographies spectaculaires.

COTE : 914.92 PAY

BIBLI : CHA



Bruxelles et Bruges en quelques jours

Walker, Benedict

Smith, Helena

Lonely planet

Des conseils pratiques, des itinéraires de visite à Bruxelles, à Bruges et leurs environs, ainsi que des idées de courts séjours pour découvrir la côte belge en tramway, le patrimoine Art nouveau de Zurenborg ou encore les communes de Saint-Josse et de Schaerbeek. Avec une sélection d'adresses et un plan présentant les principaux sites.

COTE : 914.93 BRU

BIBLI : LAN-MAU



La rafle du Vél'd'Hiv : Paris, juillet 1942

Joly, Laurent

Grasset

Les 16 et 17 juillet 1942, 12.884 femmes, enfants et hommes sont arrêtés par la police parisienne. 8.000 d'entre eux sont enfermés dans le Vél'd'Hiv. A partir des archives de la police et de l'administration, l'auteur retrace l'histoire de ces deux jours, restituant le contexte de la politique nazie et de la collaboration d'Etat ainsi que les points de vue des victimes et de leurs tortionnaires.

COTE : 944.081 6 JOL

BIBLI : ANT BEL



La Corée du Sud en 100 questions : la tyrannie de l'excellence

Morillot, Juliette

Tallandier

Des questions pour comprendre l'histoire du pays et son évolution ultra-rapide aux conséquences complexes et paradoxales pour la population, entre réussite, ouverture à la mondialisation et démocratisation mais aussi corruption, poids des obligations sociales, démographie ralentie et fort taux de suicide.

COTE : 951.9 MOR

BIBLI : MAU



Quand s'avance l'ombre : mission à haut risque en Syrie

Chame, Enora

Mareuil

En 2011, des enfants d'un village du sud de la Syrie sont arrêtés par les services du gouvernement pour avoir inscrit un graffiti sur un mur. Les sévices qu'ils subissent sont le déclencheur de la révolution syrienne. Sous la forme d'un journal de guerre, l'auteure raconte de l'intérieur le déroulement de la mission des 300 observateurs des Nations unies envoyés sur place en 2012.

COTE : 956 CHA

BIBLI : LON



Coudre zéro déchet pour la cuisine : 26 créations pour une vie plus écolo

Collinet, Clémentine

Editions Marie-Claire

26 projets de couture pour remplacer les objets jetables de la cuisine et être plus écologique au quotidien : essuie-tout en tissu, sacs à vrac, éponge, serviettes de table, entre autres.

COTE : LOISIRS CRÉATION aiguilles

BIBLI : ANT



Petits cadeaux à coudre pour les fêtes

Editions Marie-Claire

Trente projets de couture autour du thème des fêtes pour réaliser des cadeaux ou de la décoration : chouchou, foulard, nappe et linge de table, boules et guirlandes, entre autres.

COTE : LOISIRS CRÉATION aiguilles

BIBLI : ANT



Adorables pâtisseries

Clesse, Marie

Mango

Des modèles de crochet représentant des pâtisseries comme des parts de gâteau multicolore ou des tartes aux fruits.

COTE : LOISIRS CRÉATION aiguilles

BIBLI : ANT



Le vestiaire des créatrices couture : 14 créatrices, 20 modèles

Mango

Vingt modèles originaux à réaliser, proposés par quatorze créatrices indépendantes : robes, blouses, jupes, vestes, entre autres.

COTE : LOISIRS CRÉATION aiguilles

BIBLI : ANT



Coudre cuisine durable : 20 projets zéro déchet pour remplacer les objets jetables de votre cuisine !

Despoisse, Sarah

Leduc créatif

Vingt réalisations à coudre pour remplacer des objets jetables du quotidien dans la cuisine : charlotte à saladier, sac à vrac, éponge, torchon, manique, essuie-tout ou encore housse

isotherme.

COTE : LOISIRS CRÉATION aiguilles

BIBLI : ANT



Le tricot en 300 points

Marabout

Présentation de 300 points de tricot pour maîtriser les bases de la technique. Chacun des points est accompagné d'explications et d'illustrations pas à pas.

COTE : LOISIRS CRÉATION aiguilles

BIBLI : ANT



Coudre à la surjeteuse

Grontec, Emilie

CréaPassions

Un guide pour apprendre à coudre à la surjeteuse grâce à des tutoriels de trois niveaux différents. L'auteure développe particulièrement la partie consacrée aux assemblages et aux finitions et présente quinze techniques : assembler un tee-shirt, insérer un élastique ou encore finir un ourlet. Elle donne aussi des conseils pour l'achat d'une machine.

COTE : LOISIRS CRÉATION aiguilles

BIBLI : ANT



Les amis de Pica Pau : 20 amigurumis à crocheter

Volume 2

Schenkel, Yan

Eyrolles

Vingt nouveaux modèles d'animaux à crocheter : koala, tortue, hibou, fourmilier ou encore tigrisse. Avec des patrons et des conseils pour débiter le crochet.

COTE : LOISIRS CRÉATION aiguilles

BIBLI : ANT



Un sweat pour toutes : du 34 au 56

Anna Rose Patterns

la Plage

Un modèle de sweat à confectionner décliné en cinq styles différents pour les tailles allant du 34 au 54.

COTE : LOISIRS CRÉATION aiguilles

BIBLI : ANT



Je couds ma robe de mariée : 12 patrons & 6 accessoires : tailles du 34 au 48

Sumitomo, Aki

Editions de Saxe

Les techniques de base pour coudre une robe de mariée et des conseils pour manipuler les grandes pièces de tissu. Hauts et jupes sont interchangeable pour plus de diversité. Des patrons en taille réelle complètent l'ouvrage ainsi que des propositions pour personnaliser et accessoriser sa tenue.

COTE : LOISIRS CRÉATION aiguilles

BIBLI : ANT



22 amigurumis en fil chenille

Ichikawa, Miyuki

Editions de Saxe

Des modèles d'animaux de toutes tailles à crocheter à l'aide de fil chenille, avec des explications pas à pas : lapin, ourson, koala, toucan, entre autres.

COTE : LOISIRS CRÉATION aiguilles

BIBLI : ANT



Guide de couture à la machine à coudre

Beneytout, Christelle

Eyrolles

Des conseils et des astuces pour optimiser sa machine à coudre en fonction du résultat souhaité. Dix projets construits de A à Z servent d'exemples. Pour chaque technique, l'ouvrage indique le point, le pied presseur, le fil et le tissu à sélectionner.

COTE : LOISIRS CRÉATION aiguilles

BIBLI : ANT



Tricot mohair 100 % douceur : 18 modèles légers & douilletts

Trade, Rebecca

Editions de Saxe

Classés par couleurs, des modèles unis ou avec des motifs, de pulls, de cardigans et de boléros à tricoter avec de la laine en mohair.

COTE : LOISIRS CRÉATION aiguilles

BIBLI : ANT



Cadeaux brodés : 39 créations pour gâter vos proches

Editions Marie-Claire

DMC

39 créations en broderie à offrir à ses proches, des projets entièrement brodés aux petites personnalisations plus rapides.

COTE : LOISIRS CRÉATION aiguilles

BIBLI : ANT



Céramique : 12 projets en pas-à-pas pour la maison

Brison, Corentin

CréaPassions

Après avoir présenté les techniques du tournage et du modelage, l'auteur propose de réaliser douze projets grâce à des pas à pas illustrés et détaillés dans une maquette épurée : assiette, cuillère, bol, porte-savon, mug, tasse, vase, entre autres.

COTE : LOISIRS CRÉATION artisanat

BIBLI : ANT



Peinture sur céramique : 20 projets en pas-à-pas pour un lâcher prise créatif

Landsmann, Geneviève

CréaPassions

Des projets en pas à pas qui détaillent un motif particulier sur des supports variés : mug nuit étoilée, vase à points, service à café marbré, assiette mandala, entre autres. Avec une partie technique consacrée à l'équipement, à l'utilisation de la peinture et à l'entretien.

COTE : LOISIRS CRÉATION artisanat

BIBLI : ANT



30 modelages en argile naturelle autodurcissante

Châtelain, Antoinette

Merci les Livres

Trente modèles de sculptures en argile naturelle, de difficulté progressive dont quinze à réaliser en famille, sont proposés et expliqués en pas à pas. Avec des conseils et des astuces pour les personnaliser.

COTE : LOISIRS CRÉATION artisanat

BIBLI : ANT



À la fin de ce livre vous saurez faire du macramé : le b.a.-ba pour débuter : 20 modèles inratables

Allen, Tiffany Eatman

Dessain et Tolra

Des pas à pas illustrés décrivant les différents noeuds et les techniques de base du macramé, suivis de vingt créations à réaliser pour débuter : tentures murales, abat-jour bohème ou encore suspensions pour plantes d'intérieur.

COTE : LOISIRS CRÉATION artisanat

BIBLI : ANT



52 DIY : un projet par semaine : best of CréaPassions

CréaPassions

Des techniques détaillées pour réaliser des activités manuelles autour de différentes thématiques comme le papier, la décoration, le modelage, les beaux-arts, le nail-art, le scrapbooking ou les bijoux. Avec neuf tutoriels destinés aux enfants sur le dessin, la pâte polymère, les tampons, le découpage et le slime.

COTE : LOISIRS CRÉATION artisanat

BIBLI : ANT



Le macramé : les techniques essentielles en 10 modèles

Bayol-Lavoux, Caroline

Mango

Dix modèles pour s'initier aux principales techniques du macramé : torsade, noeud boule, couture, réalisation de motifs, etc.

COTE : LOISIRS CRÉATION artisanat

BIBLI : ANT



Créations kawaii en pâte polymère et résine : fabriquez d'adorables figurines et pendentifs

Lee, Alex

Leduc créatif

Des conseils et des astuces pour créer 25 petits objets ou bijoux en pâte polymère et résine. L'auteur présente les outils et les techniques pour les réaliser, du modelage jusqu'à l'ajout de couleur et de la fabrication du moule jusqu'au durcissement.

COTE : LOISIRS CRÉATION artisanat

BIBLI : ANT VIL



Argile sans tour et sans four

Vannier, Charlotte

Eyrolles

Des leçons progressives pour apprendre les gestes et les méthodes du travail de la terre, avec des matériaux à froid ne nécessitant pas de cuisson et des techniques sans tour. Etayé par des créations à réaliser pas à pas, l'ouvrage montre comment modeler, mouler, imprimer des motifs, graver, assembler des plaques, découper, teinter, faire des inclusions, vernir, entre autres.

COTE : LOISIRS CRÉATION artisanat

BIBLI : ANT



Couleurs & teintures végétales : l'art de la teinture naturelle : techniques & créations

Gesbert, Sophie

la Plage

Ce guide présente les techniques de la teinture végétale et naturelle, accompagnées d'un répertoire des couleurs obtenues selon les plantes utilisées. Vingt créations de décorations et d'accessoires à reproduire ou à décliner sont proposées, illustrées de photos pas à pas.

COTE : LOISIRS CRÉATION nature

BIBLI : ANT



Bento, gamelle & lunch box

Delvaille, Alice

Artémis

Cinquante recettes pour préparer des repas quotidiens à emporter dans un bento, avec des suggestions d'accompagnements et de desserts, des conseils ainsi que des informations nutritionnelles.

COTE : LOISIRS CUISINE

BIBLI : ANT



Le meilleur du fromage

Artémis

Recettes à partir de fromages : amuse-bouche, feuilleté, omelette, flan, soufflé, tarte, gratin, tartiflette, aligot, truffade, fondue, entre autres.

COTE : LOISIRS CUISINE aliments

BIBLI : ANT



Le meilleur des pommes de terre

Artémis

Recettes à partir de pommes de terre : terrines, bouchées, boulettes, pommes de terre au four ou farcies, galettes, gratins, salades, gâteaux, frites, entre autres.

COTE : LOISIRS CUISINE aliments

BIBLI : ANT



Les bijoux : art et techniques

Codina, Carles

Vial

Présentation illustrée des techniques de fabrication de bijoux, étape par étape : laminage, découpe, perçage, assemblage, gravure, patines, sertissage, émaux, entre autres.

COTE : LOISIRS CUISINE artisanat

BIBLI : ANT



Boissons végétales : 35 recettes salées ou sucrées faciles à réaliser ! : des conseils pour bien les choisir, les cuisiner et profiter de leurs bienfaits

Tombini, Marie-Laure

Larousse

35 recettes proposant d'incorporer le lait d'amande, de soja, de riz, de noisette et autres boissons végétales dans ses préparations : gratins, quiches, gâteaux, tartes, crêpes, crèmes, etc.

COTE : LOISIRS CUISINE boissons

BIBLI : ANT



Le vin en 70 cépages
Durand-Viel, Sébastien
Cobbold, David
Hachette Pratique

Initiation au vin pour se familiariser avec 70 cépages français ou étrangers, leurs arômes, leurs saveurs ainsi que les accords mets et vins. Plus de 200 vins d'appellation d'origine sont également présentés pour connaître les meilleurs terroirs de chaque cépage.

COTE : LOISIRS CUISINE boissons

BIBLI : ANT



Le petit manuel des gâteaux de voyage : cakes, banana bread, cookies et autres gâteaux à emporter
Dupuis, Mélanie
Marabout

40 recettes de gâteaux pouvant être emportés facilement, accompagnées de pas-à-pas et de conseils techniques pour chaque étape de la réalisation : cake aux agrumes, cannelé, gâteau marbré, pain d'épices, madeleines, cookies, gâteau breton, financiers, flan, entre autres.

COTE : LOISIRS CUISINE desserts

BIBLI : ANT CLO



Je veux faire un gâteau mais je n'ai pas... de farine, d'oeuf, de sucre, de beurre : 60 recettes pour pallier tous les manques
Thérond, Aurélie
La Martinière

Plus de soixante recettes pour réaliser des desserts gourmands alors qu'il manque un ingrédient essentiel : riz au lait à la vanille et à la cannelle, moelleux au chocolat et aux amandes, flan coco, barres de céréales, macarons au chocolat sans fourrage, sauce caramel au beurre salé, crème brûlée à l'orange et à la cardamome, tarte tatin, roses des sables, clafoutis, entre autres.

COTE : LOISIRS CUISINE desserts

BIBLI : ANT



Focaccia, pita, flatbread : un pain, une garniture et hop c'est prêt !
Chovancova, Ilona
Marabout

75 recettes de pains à garnir pour des apéros ou des dîners rapides à préparer, de la pizza au lahmacun turc, en passant par la flammenküche, la focaccia ou encore le naan.

COTE : LOISIRS CUISINE monde

BIBLI : ANT



Bowls : 100 recettes incontournables !

Hachette Pratique

Des recettes de bowls à base de fruits, de porridge, de vanille, d'oeufs, de tofu, de poissons, de boulghour, de champignons, entre autres.

COTE : LOISIRS CUISINE monde

BIBLI : ANT



Choukran : la cuisine marocaine d'aujourd'hui

Alaoui, Abdel

Marabout

Des recettes marocaines contemporaines.

COTE : LOISIRS CUISINE monde

BIBLI : ANT



Portugal : the cookbook

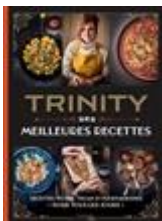
Carreira, Leandro

Phaidon

Plus de 550 recettes de plats traditionnels et originaux pour célébrer l'art culinaire et la gastronomie du Portugal avec ses produits locaux et ses vins.

COTE : LOISIRS CUISINE monde

BIBLI : ANT



Trinity : ses meilleures recettes : recettes veggie, vegan et flexitariennes pour tous les jours

Trinity

Hachette Pratique

Quarante recettes végétariennes, véganes ou flexitariennes sélectionnées par l'animatrice de l'émission Miam Miam sur la plateforme Twitch : houmous au citron confit, pâte à tartiner aux noisettes torréfiées, cervelle de canut, nems au tofu fumé, cookies, entre autres.

COTE : LOISIRS CUISINE plats

BIBLI : ANT



Astuces vegan

Vidaling, Raphaële

Tana

Quarante recettes pour réaliser soi-même des produits végans : beurre végétal, lasagnes aux protéines de soja, tartinades, pain sans gluten, galette des rois, chili sin carne, entre autres.

COTE : LOISIRS CUISINE plats

BIBLI : ANT



Thermomix au quotidien : je cuisine à tous les étages : bol bien rempli, panier cuisson en action, Varoma garni, faites cuire tout votre repas en une seule fois !

Pape, Marie-Elodie

Larousse

Cinquante recettes combinées permettant de faire cuire en une seule fois plusieurs préparations en utilisant simultanément tous les ustensiles du Thermomix : la cuve, le panier-cuisson et le Varoma. Elles sont accompagnées de conseils pour s'organiser en cuisine.

COTE : LOISIRS CUISINE plats

BIBLI : ANT



Recettes sans courses : les trésors insoupçonnés des étagères de votre cuisine

Turckheim, Stéphanie de

Hachette Pratique

Soixante recettes à réaliser à l'aide de soixante ingrédients simples : brick de sardines, tourte feuilletée aux légumes, papillote de blanc de dinde au pesto ou poêlée de quinoa aux crevettes. Avec des conseils pour avoir à tous moments des aliments de base dans ses placards.

COTE : LOISIRS CUISINE plats

BIBLI : ANT



Lunchbox vegan pour le boulot

Healthy Lalou

la Plage

Soixante recettes de lunch boxes véganes à préparer à l'avance, classées par saisons, pour des repas complets au travail ou à l'extérieur.

COTE : LOISIRS CUISINE plats

BIBLI : ANT



Les inratables recettes pour apéritifs dînatoires

Larousse

200 recettes variées et simples avec cinq ingrédients maximum pour composer un apéritif dînatoire : dips, cakes, verrines pizzas, notes sucrées, boissons, etc.

COTE : LOISIRS CUISINE sur le pouce

BIBLI : ANT



Planter un clou et autres petits travaux de bricolage : toi aussi, tu peux le faire !

Lazerges, Laëtitia

Hachette Pratique

Des conseils de bricolage pour créer ses propres accessoires de décoration et des petits meubles. Avec une présentation de la boîte à outils de base et des matériaux indispensables, des techniques utiles, des tutoriels et des encadrés pratiques.

COTE : LOISIRS MAISON bricolage

BIBLI : ANT



Les ateliers Filliozat : comprendre et éduquer son enfant : les outils concrets de la parentalité positive pour transformer votre quotidien

Filliozat, Isabelle

Marabout

Des explications appuyées sur des données scientifiques récentes pour mieux comprendre son enfant et améliorer le quotidien de la famille. Avec quatre ateliers à thème sur les crises, l'accueil des émotions, les peurs et les techniques d'écoute empathique, des schémas explicatifs, des mises en situation ainsi que des outils concrets pour ne plus être démuni face aux réactions de l'enfant.

COTE : PARENTS 155.4 FIL

BIBLI : LAN



Mes maux en couleurs : et mon combat pour le bonheur

Wattlelos, Diane

Leduc.s éditions

Atteinte d'algie vasculaire de la face, l'auteure raconte son quotidien alors que la douleur est permanente et que les traitements sont inefficaces. Les moments de répit auprès de ses proches et de ses amis lui donnent la force de combattre et elle envisage désormais la maladie comme une force qui lui a permis de développer sa détermination et sa persévérance.

COTE : VECU 616.8 WAT

BIBLI : ANT VIL



Celle qui souriait trop pour être autiste

Sandeau, Sylvie

Tchou

Diagnostiquée autiste Asperger à l'âge adulte, l'auteure relate son parcours et dénonce les difficultés de repérage, de diagnostic et de prise en charge des femmes atteintes de troubles autistiques.

COTE : VECU 616.898 SAN

BIBLI : BOU

BIBLIS : BEL = Bellangerais / BOU = Bourg l'Evesque / CHA = Champs-Manceaux / ANT = Antipode / CLO = Clôteaux-Bréquigny / LAN = Landry / LON = Longs-Champs / MAU = Maurepas / ROS = Thabor-Lucien Rose / TRI = Triangle / VIL = Villejean -- SMAE = Service Médiation