



**Connaissez-vous vraiment Internet ? : protocoles, sécurité, censure, gouvernance...**

**Article 19**

Eyrolles

Des explications simples sur Internet pour comprendre qui le contrôle, la signification du www dans les adresses, la navigation anonyme, entre autres.

COTE : 004 ART

BIBLI : LON MAU



**Les réseaux pour les nuls**

**Lowe, Doug**

First interactive

Un guide expliquant les fondamentaux du réseau informatique, du réseau personnel à celui d'entreprise avec connexion à un serveur. Il comprend des conseils pour choisir le sien, l'administrer et le protéger ainsi qu'une présentation des environnements Linux, Windows Server et Windows XP, 7 et 8 et 10.

COTE : 004.67 LOW

BIBLI : LON VIL



**Les réseaux de zéro : comprendre les réseaux par la pratique**

**Sénétaire, Vincent**

**Pouabou, Jean-Manassé**

Eyrolles

Présentation des fondamentaux des techniques modernes du réseau, illustrée d'exemples, d'exercices et de cas pratiques. Aborde tour à tour la notion de protocole, la manière de se repérer sur un réseau avec l'adressage et les mécanismes avancés de la communication.

COTE : 004.67 SEN

BIBLI : ROS VIL



**Internet et les réseaux sociaux pour les nullissimes : + de 90 tâches essentielles !**

**Jolivait, Bernard**

First interactive

Présentation des notions de base pour découvrir l'outil numérique, utiliser Internet et les réseaux sociaux, échanger du courrier électronique, consulter les actualités, regarder des vidéos sur YouTube, publier sur Facebook ou Twitter, contrôler sa sécurité en ligne, entre autres.

COTE : 004.678 INT

BIBLI : CHA CLO



**Je crée mon site avec WordPress : le guide complet, de l'hébergement à la promotion**  
**Diaz, Lycia**  
Eyrolles

Des conseils et des astuces pour créer son site web avec le système de gestion de contenu WordPress : nom de domaine, design, sauvegarde, maintenance, référencement, etc.

COTE : 004.678 WOR

BIBLI : LAN

---



**Python sans détour : de l'addition au deep learning**  
**Berger, Laurent**  
**Guezet, Pascal**  
D-Booker éditions

Guide dans lequel les auteurs présentent les usages possibles du langage Python : manipulation de documents, extraction d'informations issues du web, calcul scientifique et tracé de courbes, traitement de l'image, du son et de la vidéo, cartes géographiques et itinéraires, deep learning et interfaces graphiques. Les exemples sont réalisés à partir des dernières versions de Python (3.9 à

3.10).

COTE : 005.133 BER

BIBLI : BOU CHA

---



**Programmation VBA pour Excel pour les nuls : Excel 2013, 2016, 2019 & 2021**  
**Walkenbach, John**  
**Alexander, Michael**  
First interactive

Présentation des programmations VBA et macro pour la création de feuilles de calcul spécialisées sur Excel. L'auteur détaille notamment la création de boîtes de dialogue personnalisées, l'interfaçage des bases de données et les menus personnalisés.

COTE : 005.133 EXC

BIBLI : CHA CLO

---



**Word, Excel & PowerPoint 2021 pour les nullissimes : + de 140 tâches essentielles !**  
**Sehan, Jean-François**  
First interactive

Une approche simple et visuelle des principales actions pour maîtriser la suite Office 2021 : rédiger un texte et le mettre en forme, ajouter des cadres, des images ou des tableaux, effectuer des calculs, entre autres.

COTE : 005.5 SEH

BIBLI : ROS VIL

---



## **La cybersécurité pour tous**

**Ghernaoui-Hélie, Solange**

Slatkine

Destiné aux professionnels, ce guide propose des outils pour faire face avant, pendant et après à une cyberattaque. L'auteure explique également les moyens à mettre en oeuvre pour protéger et défendre son patrimoine numérique.

COTE : 005.8 GHE

BIBLI : BOU CLO

---



## **Dernières nouvelles de l'intelligence artificielle**

**Gelin, Rodolphe**

Flammarion

Une synthèse consacrée à l'essor et aux applications de l'intelligence artificielle, exposant le fonctionnement des voitures autonomes, de la reconnaissance faciale et de la traduction automatique. L'auteur explique les avancées technologiques dans ce domaine et les pistes de recherche actuelles.

COTE : 006.3 GEL

BIBLI : BOU LAN

---



## **Le machine learning avec Python pour les nuls**

**Mueller, John**

**Massaron, Luca**

First interactive

Une initiation au machine learning et à son langage de référence Python, un outil permettant le développement d'applications liées à l'intelligence artificielle.

COTE : 006.3 MUE

BIBLI : BEL CHA

---



## **Lightroom classic : la méthode de Scott Kelby**

**Kelby, Scott**

Eyrolles

Une méthode pour exploiter Lightroom classic, illustrée de 21 études de cas, afin de corriger des photographies : une vue sur mer, des reflets dans l'eau, un intérieur architectural, un portrait en extérieur, etc.

COTE : 006.6 ADO

BIBLI : MAU

---



## **La 3D libre avec Blender**

**Saraja, Olivier-Hebeisen, Henri-Fauret, Boris**

Eyrolles

Présentation des fonctionnalités de ce logiciel de création d'images et d'animation en 3D. Avec en complément les fichiers des exemples, des matériaux et des textures prêtes à l'emploi ainsi que des films réalisés avec Blender disponibles en ligne.

COTE : 006.6 SAR

BIBLI : LON

---



## **Joomla ! 4 : créez et gérez votre site web**

**Mazier, Didier**

**ENI**

Une méthode progressive d'initiation à la version 4 de Joomla ! afin de créer un site ou une application web et d'étendre ses fonctionnalités avec des avancées comme les champs personnalisables.

COTE : 006.7 JOO

BIBLI : BEL LAN

---



## **Les réseaux sociaux pour les nuls**

**Lecomte, Yasmina**

**First interactive**

Un guide permettant de gérer son adhésion aux différents réseaux sociaux et de mieux les comprendre, de Facebook à Twitter en passant par Instagram, TikTok, Spotify, Kickstarter ou Snapchat. Des plates-formes tombées en désuétude sont également évoquées, y compris celles qui ont totalement disparu telles que Vine.

COTE : 006.754 LEC

BIBLI : ROS

---



## **Mourir, à quoi bon ? : sur la question du bonheur éternel**

**Jolibert, Bernard**

**L'Harmattan**

Une réflexion sur la mort, l'immortalité et le bonheur éternel. La vie éternelle serait à première vue consolante pour qui sait qu'il est condamné à mourir mais n'apporterait en réalité que l'ennui et obligerait à revivre sans cesse les mêmes événements. Convoquant différents philosophes, l'auteur propose que l'idée de la mort sert à mieux aimer la vie dans ce qu'elle a de fragile et d'éphémère.

COTE : 128 JOL

BIBLI : LON

---



## **Les rêves et leur interprétation : plus de 500 symboles de rêves interprétés**

**Aeppli, Ernest**

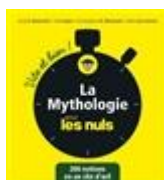
**Payot**

Né de l'inépuisable richesse de l'âme, le rêve ne laisse à chacun, bien souvent, qu'un sentiment de perplexité, un souvenir fugace. Pour en saisir le sens, il est indispensable d'en définir la nature, son langage, sa fonction, ses formes, et de rappeler l'histoire de ses interprétations.

COTE : 154 AEP

BIBLI : ROS

---



## **La mythologie pour les nuls : vite et bien ! : 200 notions en un clin d'oeil**

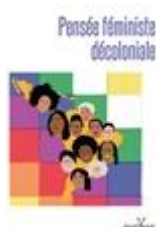
**First Editions**

Introduction à toutes les croyances et autres histoires fabuleuses qui ont façonné le monde, de la Grèce ancienne à la Rome antique, en passant par les mythologies celtes et les légendes des pays nordiques, du continent amérindien jusqu'à l'Égypte.

COTE : 292 BLA

BIBLI : CLO

---



## **Pensée féministe décoloniale**

**Anacaona Editions**

Quinze contributions d'Amérique du Sud, centrale et caribéenne interrogent les concepts du genre, du patriarcat et du développement. Les auteures mettent en lumière la nécessité de défendre un féminisme communautaire et autochtone, un écoféminisme, une nouvelle conception des droits humains ou encore un nouveau véganisme.

COTE : 305.42 GON

BIBLI : BOU

---



## **Dialogue transatlantique : perspectives de la pensée féministe noire et des diasporas africaines**

**Ribeiro, Djamila**

**Kisukidi, Nadia Yala**

**Anacaona Editions**

Les deux philosophes noires, l'une brésilienne, l'autre française d'origine congolaise, interrogent leurs expériences diasporiques et leur rapport au savoir, au militantisme, aux débats qui traversent les espaces publics de leurs pays respectifs. Elles évoquent ensemble la négritude, le féminisme, l'empowerment et surtout la puissance des intellectuelles noires.

COTE : 305.42 RIB

BIBLI : BOU

---



## **Le transfémisme : genres et transidentités**

**Nascimento, Leticia**

**Anacaona Editions**

Dénonçant l'inégalité de traitement entre femmes cis et transgenres, l'auteure insiste sur l'importance de l'autodétermination dans la construction de l'identité. Se fondant sur une réflexion décoloniale et intersectionnelle, sa réflexion pluralise les sujets du féminisme en incluant d'autres corps et identités de genre qui ne répondent pas à la binarité homme-femme.

COTE : 306.7 NAS

BIBLI : BOU

---



**Le grand livre du CV : les outils de la réussite : les pièges à éviter, les règles d'or d'un bon CV, plus de 100 CV commentés**

**Ras, Patrice**

Studyrama

Guide pour rédiger son curriculum vitae, éviter les écueils et mettre en valeur ses compétences.

Avec des conseils sur la présentation et des CV commentés par domaine d'activité, afin de mieux cerner les attentes des employeurs.

COTE : 331.12 RAS

BIBLI : LAN

---



**Apprenez facilement la langue des signes ! : méthode illustrée pour bien débiter**

**Pavone, Chris**

l'Opportun

Un manuel illustré pour apprendre la langue des signes française. La subtilité des signes pour exprimer les nuances du français, les différentes gestuelles et l'importance des expressions faciales sont présentées. Des anecdotes sur ce langage non verbal et son histoire complètent l'ouvrage.

COTE : 411 DIC

BIBLI : CLO-ROS

---



**L'anglais pour les nuls en voyage ! : guide de conversation**

**Raimond, Claude**

First Editions

Ce guide de conversation propose, pour toutes les situations courantes que peuvent rencontrer les voyageurs, des phrases et des expressions, leur transcription phonétique et leur traduction, des listes de mots, des points de grammaire et des renseignements pratiques. Avec des MP3 à télécharger et un dictionnaire bilingue.

COTE : 420 ANG

BIBLI : ROS

---



**Tirami su! : premiers pas en italien : A1-A2**

**Consonni, Enrico**

**Consonni, Matteo**

Ellipses

Destinée aux débutants, cette méthode de langue propose des leçons de vocabulaire et de grammaire, des exercices corrigés et des fichiers audio disponibles en téléchargement.

COTE : 450 ITA

BIBLI : ROS

---



### **Adelante ! : premiers pas en espagnol : A1-A2**

**Dubois, Martine**

Ellipses

Dix chapitres pour apprendre ou réviser les bases de l'espagnol à partir d'un cours complet, d'exercices corrigés, de dialogues et de points culturels. Chaque chapitre dispose de ses exercices dont les corrigés figurent en fin d'ouvrage. Avec des fichiers audio accessibles via des QR codes.

COTE : 460 ESP

BIBLI : ROS

---



### **Le portugais pour les nuls en voyage ! : guide de conversation**

**Keller, Karen**

First Editions

Guide de conversation décrivant toutes les situations courantes que peuvent rencontrer les voyageurs : commander au restaurant, demander son chemin, faire une réservation, emprunter les transports, entre autres. Avec des MP3 à télécharger et un dictionnaire bilingue.

COTE : 469 POR

BIBLI : ROS

---



### **Le breton pour les nuls : guide de conversation**

**Denez, Gwendal**

**Le Bihan, Hervé**

**Menard, Martial**

First Editions

Guide de conversation décrivant toutes les situations courantes que peuvent rencontrer les voyageurs : commander au restaurant, demander son chemin, faire une réservation, emprunter les transports, entre autres. Avec un mini-dictionnaire breton-français.

COTE : 491.68 LEB

BIBLI : ANT BOU

---



### **Paul Watson : Sea Shepherd, le combat d'une vie**

**Watson, Paul**

**Essemlali, Lamya**

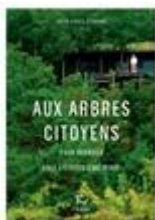
Glénat

A l'occasion des 40 ans de l'association Sea Shepherd, la créatrice de l'antenne française présente son fondateur, l'écologiste Paul Watson, et revient, avec lui, sur les actions les plus spectaculaires de son organisation.

COTE : 551.46 WAT

BIBLI : BOU

---



### **Aux arbres citoyens : pour renouer avec l'écosystème Terre**

**Etienne, Jean-Louis (explorateur)**

Paulsen

Maillon essentiel de la biodiversité, pourvoyeur d'oxygène et régulateur du climat, l'arbre est aussi le garant de la conservation des sols. L'auteur, médecin et explorateur, décrit le rôle central dévolu aux arbres et aux forêts dans l'équilibre de la planète et propose des solutions écologiques pour en prendre soin à l'avenir.

COTE : 582.16 ETI

BIBLI : TRI

---



### **Au chevet des arbres : réconcilier la ville et le végétal**

**Happe, David**

Mot et le reste

Technicien forestier et ingénieur écologue, l'auteur évoque le travail des experts arboricoles qui évaluent l'état de santé des arbres dans les villes, les soignent et les préservent.

COTE : 582.16 HAP

BIBLI : BOU

---



### **Après de mon arbre**

**Muscat, Jean-Luc**

Mot et le reste

Ancien garde forestier, l'auteur évoque ses premiers émois arboricoles et ses constructions initiales. La cabane dans les arbres est pour lui un lieu d'écriture, un refuge et un moyen de se reconnecter à la nature environnante.

COTE : 582.16 MUS

BIBLI : TRI

---



### **A la recherche de l'arbre-mère : découvrir la sagesse de la forêt**

**Simard, Suzanne**

Dunod

La chercheuse présente le rôle de l'arbre-mère, qui désigne l'arbre le plus puissant et le plus ancien de la forêt. Elle évoque la communication invisible des arbres ainsi que le pouvoir de la nature qui lui a permis de surmonter certaines épreuves.

COTE : 582.16 SIM

BIBLI : TRI

---





### **Les insectes nourriront-ils la planète ? : essai**

**Panafieu, Jean-Baptiste de**

Actes Sud

Evoquant le déclin programmé de l'élevage de mammifères ainsi que la consommation actuelle d'insectes dans le monde et plus particulièrement en Europe, l'auteur aborde dans cet essai les perspectives économiques, écologiques et alimentaires qu'ouvrirait une entomophagie plus généralisée.

COTE : 595.7 PAN

BIBLI : TRI

---



### **Combattre, sauver, soigner : une histoire de fourmis**

**Frank, Erik T.**

CNRS Editions

A partir de son expérience de terrain dans le parc national de la Comoé, en Côte d'Ivoire, l'auteur décrit une attaque de fourmis Matabele contre des termites. Il analyse leur stratégie militaire et les soins qu'elles apportent à leurs congénères.

COTE : 595.79 FRA

BIBLI : TRI

---



### **La grossesse pour les nuls**

**Stone, Joanne**

**Eddleman, Keith**

**Duenwald, Mary**

First Editions

Des conseils pour surveiller le développement du bébé trimestre par trimestre, l'alimentation, l'exercice physique, l'échographie, le travail, l'accouchement, le rétablissement qui s'ensuit, les cas particuliers, entre autres. Avec un focus sur les démarches administratives et onze méthodes de préparation à l'accouchement.

COTE : 612.6 STO

BIBLI : LAN

---



### **Au masculin : sport, santé, bien-être après 40 ans**

**Doguet, Fabien**

**Delorme, Jean-Marc**

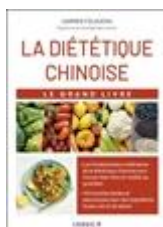
Flammarion

Coach sportif et médecin, les auteurs livrent leurs conseils destinés aux hommes pour prendre soin d'eux après 40 ans en associant exercices physiques et hygiène de vie.

COTE : 613 DOG

BIBLI : CLO

---



## **La diététique chinoise : le grand livre**

**Folguera, Carmen**

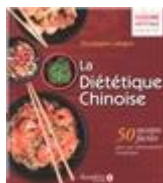
Leduc.s éditions

Une présentation de la diététique chinoise : la loi des cinq éléments, les huit règles d'or pour une digestion optimale, les éléments à privilégier, les meilleurs modes de préparation, etc. Avec 140 recettes inspirées de ses principes, adaptées à la cuisine occidentale et à préparer à partir d'ingrédients locaux, bio et de saison.

COTE : 613.2 FOL

BIBLI : CHA

---



## **La diététique chinoise : 50 recettes faciles pour une alimentation énergétique**

**Labigne, Christophe**

Dauphin

Ce guide rappelle les principes de la médecine traditionnelle chinoise et des lois de l'énergétique appliquées à l'homme et à son alimentation. Il s'attache ensuite à décrire les qualités énergétiques de plus de 180 aliments et propose des recettes diététiques et thérapeutiques pour soigner les affections courantes.

COTE : 613.2 LAB

BIBLI : CLO

---



## **L'assiette santé : alimentation, sommeil, sport et bien-être**

**Marx, Thierry**

**Dalu, Alexandra**

Flammarion

Une approche holistique de la santé avec des conseils en nutrition, des exercices quotidiens et des recettes équilibrées pour retrouver énergie et bien-être.

COTE : 613.2 MAR

BIBLI : CHA

---



## **Guide des vitamines et minéraux naturels : soutenir votre santé et votre système immunitaire par l'alimentation**

**Streit, Lizzie**

Ed. de Terran

Présentation de trente vitamines et minéraux essentiels au bon fonctionnement du corps humain, dont l'auteure présente le rôle ainsi que les quantités nécessaires à chaque profil. Elle indique des aliments capables de pallier les carences pour tout type de régime alimentaire, en fonction des périodes de l'année, pour composer des repas variés et équilibrés.

COTE : 613.2 STR

BIBLI : CHA

---



## **Le stretching : pour être en forme et le rester**

**Anderson, Bob**

Solar

Présentation d'exercices d'étirements variés, progressifs et détaillés étape par étape, des mouvements de base aux séries pour pratiquants confirmés : 150 étirements, 17 enchaînements pour les activités quotidiennes, dix séries pour les personnes devant un ordinateur ou assises à un bureau et 37 séries liées à des sports. Avec des informations pour prendre soin de son dos.

COTE : 613.7 AND

BIBLI : CLO

---



## **La gym pour les jeunes de plus de 50 ans : du réveil au renforcement musculaire**

**Engammare, Brigitte**

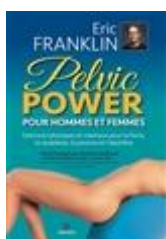
Ellébore

Des séances de gymnastique destinées à freiner le processus de vieillissement, à corriger ses mauvaises postures et à diminuer les douleurs grâce à des exercices physiques adaptés à moduler en fonction de ses besoins.

COTE : 613.7 ENG

BIBLI : LAN

---



## **Pelvic power pour hommes et femmes : exercices physiques et mentaux pour la force, la souplesse, la posture et l'équilibre**

**Franklin, Eric N.**

Gremese

Adaptés aux personnes souffrant de problèmes de dos, de genoux ou de pieds, ces exercices physiques, de toucher ou d'imagination mentale sont conçus pour le soulagement des douleurs, l'amélioration du flux énergétique, la prévention et la résolution de l'incontinence urinaire, la santé de la femme avant et après l'accouchement ou encore l'amélioration de l'activité sexuelle.

COTE : 613.7 FRA

BIBLI : CLO

---



## **Le grand livre des sophrologies : découvrir toutes les bonnes pratiques de cette méthode psychocorporelle**

**Eyrolles**

Synthèse de plusieurs techniques orientales de méditation, de yoga et de relaxation, la sophrologie conçue par A. Caycedo vise à développer la conscience de façon à harmoniser le corps et l'esprit. La praticienne expose les champs d'application de la discipline, ses bénéfices, les bonnes pratiques de sophrologues issus de différentes écoles et les protocoles liés à divers problèmes du quotidien.

COTE : 613.7 GRA

BIBLI : CHA

---



### **En finir avec les troubles du sommeil**

**Guéry Riquier, Cécile**

Larousse

Une présentation du fonctionnement du sommeil avec des clés pour identifier l'origine des troubles et des solutions pour retrouver des nuits réparatrices.

COTE : 613.7 GUE

BIBLI : CHA

---



### **Les pouvoirs extraordinaires du froid : pourquoi les Danois vivent vieux et heureux**

**Soberg, Susanna**

R. Laffont

Présentation des vertus physiques et mentales de la nage en eau froide. L'auteure explique les prérequis à cette pratique ancestrale, s'appuie sur les recherches médicales et scientifiques récentes, et illustre son propos de témoignages d'adeptes novices ou confirmés.

COTE : 613.7 SOB

BIBLI : CLO

---



### **Le guide familial de la médecine chinoise : les pratiques expliquées en pas à pas, 350 recettes classées par troubles, 60 aliments détaillés, 360 points d'acupression, 20 exercices de Qi Gong**

**Donguy, Gilles**

**Perli, Pascale**

**Tardif, Alain**

Mango

Des astuces expliquées en pas à pas pour soigner tous les maux du quotidien grâce à la médecine traditionnelle chinoise : stress, insomnies, migraines, démangeaisons cutanées, entre autres. Avec vingt exercices de Qi Gong accompagnés de onze flashcodes donnant accès à des vidéos.

COTE : 615.5 DON

BIBLI : CHA CLO

---



### **Le guide Leduc des huiles essentielles pour toute la famille : bébés, enfants, ados, femmes enceintes, sportifs, seniors, à chacun ses essentiels**

**Dufour, Anne**

Leduc.s éditions

Présentation des vertus et des modes d'utilisation de 52 huiles essentielles, 19 huiles végétales et quatorze hydrolats, selon les besoins des membres de la famille en fonction de leur âge et des animaux domestiques. Le traitement de 450 pathologies courantes est détaillé ainsi que le contenu de douze troussees personnalisées d'aromathérapie pour faire face aux urgences.

COTE : 615.5 DUF

BIBLI : CLO

---



## **Le guide de l'auriculothérapie : la santé par l'oreille**

**Nogier, Raphaël**

**Mango**

Une introduction à l'auriculothérapie, une technique développée dans les années 1950 par Paul Nogier, le père de l'auteur, qui consiste en la localisation de différents points sur l'oreille correspondant à un organe ou à un système du corps défaillant.

COTE : 615.5 NOG

BIBLI : CLO

---



## **Trouver l'équilibre du corps : par l'ostéothérapie Bounine : déséquilibre du bassin, dos, cervicales, douleurs articulaires et musculaires, névralgies, vertiges, arthrose...**

**Bounine, Nicolas**

**Dauphin**

Présentation des nouvelles découvertes, avancées médicales et applications en lien avec l'ostéothérapie, une méthode développée par l'auteur et enseignée depuis le début des années 2010, qui se fonde sur l'équilibre du bassin et la libération de la mémoire osseuse traumatique. Avec, en annexe, des témoignages et des exercices.

COTE : 615.82 BOU

BIBLI : CLO

---



## **Les gestes qui sauvent : sécuriser, évaluer, alerter, secourir**

**Poutriquet, Christian**

**Fuzellier, Thierry**

**Vagnon**

Un manuel visuel proposant les techniques de base du secourisme et les gestes à appliquer en situations d'urgence : réanimation cardio-pulmonaire, compression locale, position latérale de sécurité, soin des brûlures, entre autres.

COTE : 616.025

BIBLI : VIL

---



## **Mon écran et moi : stop à la fatigue !**

**Flammarion**

Sécheresse oculaire, fatigue visuelle, maux de tête, douleurs à la nuque ou au coccyx sont quelques-uns des symptômes d'une surexposition aux écrans et d'une mauvaise posture de travail. Dans ce guide, une orthopédiste, une ophtalmologiste, une kinésithérapeute et un ostéopathe proposent des exercices illustrés permettant de prévenir et de traiter ces maux.

COTE : 616.047 BAL

BIBLI : CLO

---



### **3 milliards de battements : les secrets de notre coeur**

**Berthelot-Garcias, Emmanuelle**

**Rocher**

Une présentation du fonctionnement du coeur à travers l'histoire de Catherine, une femme atteinte d'une maladie cardiaque. L'auteure explique les bruits normaux et anormaux à l'auscultation, les maladies, de la découverte d'un souffle à l'insuffisance, les traitements (médicaments et chirurgies) jusqu'à la possibilité de sauver une vie par la transplantation.

COTE : 616.1 BER

BIBLI : CLO

---



### **Le petit garçon et l'éléphant : autisme, une enfance extra-ordinaire**

**Itji, Monia**

**Issa**

**La Boîte à Pandore**

Issa perd son jumeau à la naissance. Ce traumatisme engendre des troubles moteurs, puis des problèmes comportementaux importants. Monia Itji, sa mère, témoigne de l'évolution des difficultés de son fils, progressivement identifiées comme appartenant au spectre autistique. Elle retrace son parcours pour trouver les thérapies et les méthodes permettant à son enfant d'évoluer.

COTE : 616.898 ILT

BIBLI : LON

---



### **H2O : la fascinante histoire de l'eau et des civilisations, de l'Antiquité à nos jours**

**Boccaletti, Giulio**

**Fyp éditions**

Directeur de l'organisation environnementale The nature conservancy, l'auteur explique comment l'exploitation et la conservation de l'eau ont façonné les sociétés humaines, engendrant des systèmes politiques, juridiques et économiques capables d'accompagner la gestion et le développement des infrastructures de l'eau.

COTE : 628 BOC

BIBLI : TRI

---



### **L'automobile pour tous : entretien et dépannage pas à pas**

**Collomb, Bruno**

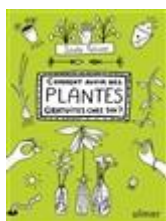
**Dunod**

Un guide de maintenance automobile qui détaille les opérations d'entretien courantes et l'outillage à utiliser selon les parties et les fonctions du véhicule : les circuits de graissage et de refroidissement, les systèmes d'alimentation et d'allumage, la transmission, le freinage, la suspension, le train roulant et la carrosserie, entre autres.

COTE : 629.24 COL

BIBLI : CLO-MAU SMAE

---



## Comment avoir des plantes gratuites chez soi ?

**Patissier, Juliette**

Ulmer

Un ouvrage humoristique illustré dans lequel l'auteure explique comment acquérir gratuitement des plantes, notamment en récupérant des graines et des noyaux ou en ramassant et en troquant des boutures.

COTE : 635.9 PAT

BIBLI : MAU

---



## Abeilles : une histoire intime avec l'humanité

**Cherche Midi**

CNRS Editions

Occupant une place essentielle dans les écosystèmes, les abeilles sont aujourd'hui victimes de maladies, de parasites, de prédateurs, du changement global. Les contributeurs dévoilent leur monde et rappellent les liens qu'elles entretiennent avec la nature et avec l'humanité depuis le néolithique.

COTE : 638.1 ABE

BIBLI : TRI

---



## Wok me up ! : assemblez, faites sauter, et dégustez ! : 40 recettes gourmandes !

**Drouet, Valéry**

Larousse

Quarante recettes de plats à cuisiner au wok : fenouil et gambas à l'ail et au gingembre, riz cantonnais aux algues, cabillaud aux épices, boeuf au concombre, riz grillé aux brocolis et au soja, ananas et mangues au sésame noir, crabe et céleri au curry, porc caramélisé au chou, entre autres.

COTE : 641.4 DRO

BIBLI : CHA

---



## Les bases de la cuisine japonaise : sushi, yakitori, onigiri, ramen, tempura...

**Kié, Laure**

Mango

Les recettes japonaises incontournables expliquées pas à pas, accompagnées d'anecdotes et d'informations culturelles : yakitori, sushi, gyoza, onigiri, nouilles, entre autres.

COTE : 641.59 KIE

BIBLI : ANT CHA

---



## Tajines et couscous

**Mallet, Jean-François**

Larousse

35 recettes de tajines et de couscous : poulet aux citrons confits, boeuf façon makfoul, Saint-Jacques et patate douce à la coriandre, couscous au boulgour et à la souris d'agneau, entre autres.

COTE : 641.59 MAL

BIBLI : CHA

---



### **Brunch simplement naturel : 80 recettes joyeuses et paresseuses**

**Castel, Benoît**

**La Martinière**

80 recettes sucrées et salées regroupées par saisons pour des brunchs réconfortants, sains ou audacieux, à consommer seul, en famille ou entre amis.

COTE : 641.8 CAS

BIBLI : CHA SMAE

---



### **Débuter en menuiserie simplement : 10 projets simples et abordables pour apprendre à travailler le bois**

**Deloup, Alexandre**

**Dunod**

Un guide pour se lancer dans la menuiserie sans connaissances préalables. Les projets sont classés de manière croissante pour permettre d'apprendre progressivement les bases du travail du bois : la notion de fil du bois, les premières découpes, le collage, le traitement pour l'extérieur, la teinte, les assemblages simples, les premiers outils, le lamellé-collé, entre autres.

COTE : 684.1 DEL

BIBLI : CLO

---



### **Le manuel de plomberie : apprenez tout pour faire vous-même vos travaux de plomberie**

**Pessey, Christian**

**Ed. Massin**

Un guide accessible à tous pour apprendre à réaliser toutes sortes de travaux de plomberie. Les notions de base, les outils, les techniques et les écueils à éviter sont expliqués et accompagnés de schémas.

COTE : 696 PES

BIBLI : ROS

---



### **La maison : une collection d'idées déco à faire soi-même**

**Las Cases, Zoé de**

**Hachette Pratique**

S'appuyant sur de nombreux exemples, la décoratrice propose des idées pour décorer chacune des pièces de la maison, de la cuisine à la chambre à coucher, du style bohème à l'industriel. Plus de 80 projets expliqués pas à pas permettent de réaliser ou de customiser objets et accessoires.

COTE : 698 LAS

BIBLI : ANT SMAE

---



### **Design bien-être pour la maison : 100 conseils d'aménagement pour se sentir bien chez soi/Heath, Oliver**

**Eyrolles**

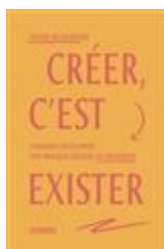
Cent idées d'aménagement pour inviter la nature chez soi et concevoir un intérieur sain, source de bien-être et de quiétude mentale et émotionnelle. L'auteur prodigue des conseils pour optimiser la lumière naturelle d'un espace, améliorer la qualité de l'air, obtenir la température idéale ou encore pour associer au mieux les couleurs, les textures et les motifs.

COTE : 698.1 HEA

BIBLI : CHA

---





## **Créer, c'est exister : comment développer une pratique créative au quotidien**

**Belmokhtar, Valérie**

**Pyramyd éditions**

L'artiste affirme l'importance d'accorder une place à la créativité dans sa vie. Elle donne des conseils pour permettre à chacun de développer la sienne et de l'exercer au quotidien, par exemple en nourrissant son inspiration par des lectures et des visites de musées, en apprenant à se connaître, en se formant, en dépassant ses blocages ou encore en diffusant son travail.

COTE : 701 BEL

BIBLI : ROS

---



## **Urbanisme et biodiversité : vers un paysage vivant structurant le projet urbain**

**Apogée**

Des contributions pluridisciplinaires offrant une réflexion sur la manière de placer les processus écologiques et la biodiversité au coeur du projet urbain, non plus seulement en intégrant la nature dans la ville mais en imaginant un véritable écosystème donnant une place aussi importante aux bâtiments qu'aux espaces naturels.

COTE : 710 URB

BIBLI : ANT

---



## **(Dé)construire la ville : les villes en décroissance, laboratoires d'une production urbaine alternative**

**Presses universitaires de Saint-Etienne**

Issues d'un colloque organisé en 2017 à Saint-Etienne, des réflexions sur les décroissances urbaine, démographique et économique. Les contributeurs abordent la question de la décroissance comme opportunité de transformer la ville par la déconstruction, ainsi que le rôle-clé des expérimentations face à l'absence de politiques publiques en la matière.

COTE : 710 DEC

BIBLI : ANT

---



## **Inventer les villes durables : idées et outils pour relever les défis d'aujourd'hui**

**Guillaud, Maxime**

**Chéreau, Matthieu**

**Dunod**

Présentation d'idées et d'outils pour la mise en pratique d'une transition efficace vers des villes à la fois viables et durables, sur des aspects tels que l'utilisation de ressources, les moyens de transport ou la place de la nature en milieu urbain.

COTE : 710 GUI

BIBLI : ANT

---



## Créatures mythologiques et fantastiques

Vigot

Méthode pour apprendre à dessiner pas à pas et avec un minimum de matériel des créatures et des personnages inspirés d'imaginaires mythologiques et fantastiques, parmi lesquels des dragons, des sirènes ou encore des cyclopes.

COTE : 741.2 CRE

BIBLI : ROS

---



Galerna

Cazenave, Jon

Atelier EXB

Le photographe interroge la notion d'appartenance à un territoire et à une culture, en particulier l'identité basque, et explore l'histoire et les légendes de ce peuple euskarien. Les images mettant en lumière les paysages sont accompagnées d'un texte de l'écrivain K. Uribe qui questionne les fondements linguistiques de la langue basque et ses résonances ethnographiques.

COTE : 770.92 CAZ

BIBLI : TRI

---



New York, Ukraine : guide d'une ville inattendue

Gobert, Sébastien

Ackermann, Niels

Noir sur blanc

Le journaliste et le photographe arpentent les rues de New York, une ville ukrainienne appelée Novhorodske au XXe siècle et située sur la ligne de front en plein coeur du conflit russo-ukrainien. Les portraits et les interviews donnent à voir les répercussions de la guerre sur la vie des habitants et dévoilent une histoire riche de la tradition mennonite des anciens colons

allemands.

COTE : 770.92 GOB

BIBLI : TRI

---



Sans limites : comprendre le cerveau de l'athlète d'endurance pour mieux performer

Lanthier, Chloë

Paulsen

À travers une approche scientifique et une analyse de l'anatomie et des mécanismes du cerveau, en s'appuyant sur son expérience d'athlète de haut niveau, l'auteure propose de changer sa perception de l'effort, de la douleur ou de la fatigue et donne des stratégies pour aller au-delà de ses limites. Une approche nouvelle de l'endurance pour améliorer sa condition physique et ses performances.

COTE : 796 LAN

BIBLI : LON

---



**Le grand livre de la pêche : le matériel, les appâts et les leurres, les espèces, les techniques, les lieux**

**Gilbey, Henry**

**Delachaux et Niestlé**

Un manuel qui allie théorie et pratique pour proposer aux débutants, comme aux personnes plus expérimentées, de partir à la découverte de l'univers de la pêche en eau douce et en mer. Les informations indispensables y figurent, notamment sur les matériels et les techniques, complétées de nombreuses illustrations des principales espèces de poissons.

COTE : 799 GIL

BIBLI : LON

---



**La panthère des neiges**

**Tesson, Sylvain**

**Munier, Vincent**

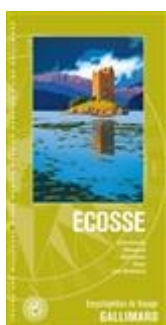
**Gallimard**

En 2018, l'écrivain accompagne V. Munier sur les hauts plateaux tibétains pour photographier les dernières panthères des neiges. Il relate cette aventure dans un environnement inhospitalier mais grandiose et livre ses réflexions sur la menace que représente l'homme pour le règne animal, sur la raréfaction des espèces et sur la spiritualité asiatique. Avec cent photographies inédites légendées.

COTE : 910.4 TES

BIBLI : TRI

---



**Ecosse : Edimbourg, Glasgow, Aberdeen, Skye, les Shetland**

**Gallimard loisirs**

Après des pages consacrées à l'histoire et à la langue, ce guide présente les différentes facettes de la culture écossaise : étoffes, musique et danses, jeux traditionnels des Highlands, élevage ovin, golf, pêche au saumon et chasse à la grouse, fabrication du whisky, gastronomie, etc. Avec des informations pratiques, des itinéraires de visite et une sélection d'adresses.

COTE : 914.11 ECO

BIBLI : TRI

---



**GR 70, GR 700 : chemin de Saint-Gilles (La Régordane) du Velay au Midi à travers les Cévennes : chemin de R.L. Stevenson, guide de randonnée**

**Cambriels, Marie-Virginie**

**Ed. du Vieux Crayon**

Un guide du chemin de Saint-Gilles et du chemin Stevenson pour marcher sur les pas de l'écrivain britannique et de son âne. Propose des conseils pour préparer son pèlerinage et un récapitulatif des lieux où se loger et se nourrir, étape par étape. Avec un QR code pour accéder aux mises à jour et corrections en ligne de l'ouvrage.

COTE : 914.4 SAI

BIBLI : TRI

---



**Voie de Vézelay, via Lemovicensis : Vézelay/Saint-Jean-Pied-de-Port, branches de Bourges et Nevers, variante de Bergerac : chemin de Compostelle, guide de randonnée**

**Chevolleau, Josette**

**Clouteau, Jacques**

Ed. du Vieux Crayon

Des conseils pour préparer son pèlerinage et un récapitulatif des lieux pour se loger et se nourrir, étape par étape, sur la portion du chemin de Compostelle située entre Vézelay et Saint-Jean-Pied-de-Port.

COTE : 914.4 SAI

BIBLI : TRI

---



**Ces noms bretons si insolites**

**Allain, Dominique**

**Yoran Embanner**

Des explications sur l'origine et la forme des patronymes bretons.

COTE : 929.4 ALL

BIBLI : ANT

---



**L'Occident médiéval : d'Alaric à Léonard : 400-1450**

**Chandelier, Joël**

**Belin**

Cette histoire de l'Europe au Moyen Age en montre la diversité au fil des siècles et selon les lieux. L'auteur analyse comment s'opère la synthèse des cultures antiques, chrétiennes et germaniques. Il examine également le système féodal et la composition des différentes strates de la société.

COTE : 940.1 CHA

BIBLI : TRI

---



**Danton et Robespierre : le choc de la Révolution**

**Chavanette, Loris**

**Passés composés**

Essai mettant en parallèle le destin de ces figures de la Révolution française, tous deux avocats et bourgeois, qui ont fréquenté les mêmes sociétés politiques et les mêmes amis tout en ayant à affronter les mêmes ennemis. Jeunes et déjà célèbres, ces orateurs passionnés ont gouverné la France par le discours avant d'être guillotisés la même année, en 1794, pendant la Terreur.

COTE : 944.04 CHA

BIBLI : TRI

---



**Couture trendy pour hommes : 15 patrons taille réelle du S au XXL**

**Hoots, Sebastian**

Editions de Saxe

Des modèles décontractés à coudre pour les hommes de la taille 46 au 60.

COTE : 646 HOO

BIBLI : TRI