



Comprendre la révolution de l'intelligence artificielle

Ascoli, Stéphane d'

First Editions

A travers soixante questions concrètes, l'auteur explique comment l'intelligence artificielle a investi et révolutionné la vie quotidienne, décryptant ses prouesses, ses limites et ses enjeux.

COTE : 006.3 ASC

BIBLI : CHA-CLO-MAU



La vie secrète des émotions : agité ? tendu ? fatigué ? enthousiaste ? : comprendre la source cachée de nos comportements pour mieux vivre avec nos émotions

Pecqueur, Maïté

Marciano, Clothilde

Eyrolles

En s'appuyant sur la biologie et les neurosciences, telles que décrites par Henri Laborit, Lionel Naccache et Antonio Damasio, les auteures décrivent la méthode qui permet de développer son agilité émotionnelle. Elle consiste à décoder le message qui se cache derrière les émotions pour vivre avec elles, et ainsi faire coordonner le corps et l'esprit.

COTE : 152 PEC

BIBLI : LAN-ROS-TRI-SMAE



Reconnaître le burn-out : agir contre l'épuisement émotionnel et se retrouver

Bonnet, Agnès

Eyrolles

L'auteure explique le mécanisme psychologique de l'épuisement dû aux tâches professionnelles ou domestiques, notamment par la pression interne, la fatigue et une surcharge d'émotions négatives. Elle propose des pistes à même de faciliter le ressourcement mental et affectif pour reprendre confiance en soi et retrouver une énergie saine.

COTE : 158 BON

BIBLI : BEL-TRI-VIL



Bloum ! : écrire pour s'épanouir et kiffer

Servan-Schreiber, Florence

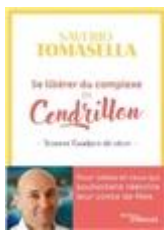
Marabout

Un guide, accompagné d'une trentaine d'exercices, pour développer la pratique de l'écriture personnelle comme forme de thérapie ou comme cheminement vers un plus grand bien-être.

L'auteure décrit les avantages à puiser dans cette activité pour se défouler, se plaindre, apaiser son anxiété, clarifier son esprit, s'épanouir ou encore témoigner.

COTE : 158 SER

BIBLI : BOU-CHA-CLO-SMAE



Se libérer du complexe de Cendrillon : trouver l'audace de vivre
Tomasella, Saverio

Eyrolles

Dans le conte de Charles Perrault, Cendrillon semble condamnée à une vie recluse et étriquée avant de trouver une opportunité salutaire. Ce guide invite à suivre son exemple en période de repli existentiel, à profiter de son isolement pour interroger ses aspirations véritables et à trouver sa voie créatrice dans l'espoir de les réaliser.

COTE : 158 TOM

BIBLI : CLE-CLO



Changer avec le kaizen : quel sera votre prochain petit pas ?
Vanbremeersch, Christe

First Editions

Présentation de la méthode kaizen, une philosophie de vie japonaise qui permet de s'améliorer au jour le jour, à petits pas.

COTE : 158 VAN

BIBLI : CHA-MAU



L'art de gérer les conflits : en famille, au travail, dans la rue
Maillot, Olivier

Amphora

Un guide pour apprendre à résoudre les situations relationnelles difficiles qui se produisent tant dans la vie personnelle que professionnelle. Consultant en gestion de crise auprès d'organisations, l'auteur présente, au travers de cas concrets, des outils permettant de prévenir, d'analyser, de gérer et de dénouer les conflits ou encore d'accompagner les personnes en souffrance.

COTE : 158.2 MAI

BIBLI : BOU-LON



Dessine-moi un pangolin

Au diable Vauvert

Des intellectuels, écrivains et artistes s'interrogent sur le monde de demain, après la pandémie de Covid-19. Tour à tour, ils abordent le rôle de la science et de l'arbitrage politique, les libertés et les droits, mais aussi l'éternel débat des frontières, de la mondialisation et de la relocalisation, des nouveaux rapports de force entre les nations, entre autres sujets.

COTE : 303.4 COL

BIBLI : VIL



Changeons de voie : les leçons du coronavirus

Morin, Edgar

Denoël

Une réflexion sur les bouleversements sociologiques provoqués par la Covid-19. L'humanité à l'échelle planétaire a été touchée et à tous les niveaux, de l'individu à l'Etat. L'économie, les modes de vie et les comportements ont été modifiés. Le sociologue explique comment cette crise complexe et multiple peut initier une mutation en profondeur de la société.

COTE : 303.4 MOR

BIBLI : LON-MAU



Le 21e homme : enquête en territoire masculin

Levy, Aurélie

A. Carrière

Vingt hommes de milieux différents dont un artiste, un universitaire, un banquier ou un paysan, partagent leur opinion sur la masculinité, la séduction ou leur rapport avec les femmes.

COTE : 305 LEV

BIBLI : CLE-ROS-TRI-SMAE



Routiers

Raspiengeas, Jean-Claude

L'Iconoclaste

Accompagnant les chauffeurs routiers durant une année, le journaliste raconte leur quotidien, entre leur habitacle qu'ils ne quittent guère, la route, les entrepôts et les relais routiers à l'ancienne ouverts toute la nuit. Il aborde également la dimension économique de ce métier, les enjeux écologiques et la place de la robotisation dans l'avenir.

COTE : 305 RAS

BIBLI : BEL-TRI-SMAE



Petit manuel antiraciste et féministe

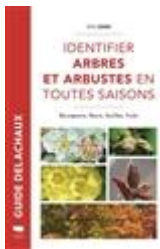
Ribeiro, Djamila

Anacaona Editions

En dix chapitres, l'auteure aborde les discriminations dans le milieu professionnel et culturel, parle de négritude et de blancheur puis évoque les désirs et les affects. Elle invite à prendre conscience de certains privilèges, à adopter des pratiques antiracistes et féministes, et à assumer la responsabilité de faire bouger les choses au quotidien.

COTE : 305.42 RIB

BIBLI : VIL- TRI



Identifier arbres et arbustes en toutes saisons : bourgeons, fleurs, feuilles, fruits

Lüder, Rita

Delachaux et Niestlé

Les quatre clés d'identification (feuilles, fleurs, fruits et bourgeons d'hiver) servant à reconnaître les végétaux selon les saisons sont décrites et mènent pas à pas, grâce à des questions-réponses, à l'espèce recherchée. Ces clés sont complétées par les portraits de 179 espèces de feuillus, de conifères et d'arbustes, illustrés de photographies et de schémas.

COTE : 582.16 LUD

BIBLI : BEL



Le guide du vélo électrique : ville, VTT, route : équipements, conseils, techniques, sécurité

Voeckler, Thomas

Solar

Une présentation du vélo électrique accompagnée de conseils pour s'équiper, réparer son vélo, rouler en ville ou à la montagne, entre autres.

COTE : 629.227 VOE

BIBLI : CLO-ROS-VIL



J'optimise l'espace au potager : vers une meilleure productivité et plus de diversité

Chauffrey, Joseph

Terre vivante

Des conseils pour améliorer la productivité du potager et favoriser l'écologie du jardin, qu'il s'agisse d'un grand espace à la campagne, d'un plus petit endroit en ville ou d'une jardinière sur un balcon. L'auteur aborde l'organisation du potager, le suivi des cultures ou encore le chevauchement des plantations.

COTE : 635 CHA

BIBLI : CLO



Faites pousser vos noyaux et pépins ! : zéro difficulté, zéro déchet, zéro dépense : 100 % récup'

I do it myself (blog)

Rustica

Guide détaillé pour apprendre à obtenir de belles plantes à partir des noyaux et des pépins : cacahuète, avocat, melon, citron, mangue, kiwi, papaye, cerise, goyave, entre autres. Avec un calendrier des fruits de saison et des conseils sur les modes de germination, la mise en pot et les besoins des plantes.

COTE : 635 IDI

BIBLI : CHA



Gestion écologique des limaces et des escargots au jardin : 35 techniques & astuces qui fonctionnent

La Spina, Sylvie

Ulmer

35 techniques écologiques pour lutter contre les principaux ennemis du jardin. L'auteure, ingénieure agronome, propose des conseils reposant sur la compréhension du cycle de vie des gastéropodes pour attirer leurs prédateurs naturels, notamment les canards coureurs indiens.

COTE : 635 LAS

BIBLI : LON-SMAE



Le potager d'Olivier : nourrir sa famille, nourrir son esprit

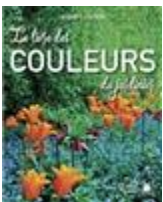
Puech, Olivier

Terre vivante

Passionné par ce loisir, l'auteur livre son expérience tout en décrivant les grands principes du jardinage biologique : travail du sol, plantations, organisation du travail ou encore récoltes. Avec des conseils à destination des amateurs de poulaillers ainsi qu'une vingtaine de fiches pratiques sur les légumes.

COTE : 635 PUE

BIBLI : BEL-CHA



Le livre des couleurs du jardinier

Lawson, Andrew

Ysec Editions

Un guide illustré de croquis et de photographies pour associer les couleurs des fleurs dans son jardin, réaliser des plates-bandes et créer des accords originaux. Il propose également des informations botaniques sur plus de 850 plantes.

COTE : 635.9 LAW

BIBLI : CLO-VIL



Je fais mes fromages : 16 recettes de fromages frais à faire chez soi

Coulon, Pierre

Desachy, Adèle

Eyrolles

Un recueil de recettes pour faire soi-même son fromage : la faisselle, le fromage blanc, la tomme blanche, l'halloumi ou encore la feta. Avec des conseils de professionnels et des astuces contre le gaspillage.

COTE : 641.37 COU

BIBLI : MAU-ROS



Yaourts, desserts & Cie à la yaourtière : spécial multi délices

Pape, Marie-Elodie

Dessain et Tolra

75 recettes de yaourts, fromages blancs, crèmes-desserts, flans, cheesecakes ou encore clafoutis conçues pour être réalisées avec une yaourtière.

COTE : 641.37 PAP

BIBLI : BOU-LAN-ROS



La bible de la plancha : plus de 200 recettes, des plus simples aux plus sophistiquées, pour tout cuisiner à la plancha !

Otal, Liliane

Sud-Ouest

Des conseils et plus de 200 recettes pour cuisiner à la plancha.

COTE : 641.8 OTA

BIBLI : LAN ROS



Cosmétiques solides à faire soi-même

Saint-André, Emma

Eyrolles

Une quarantaine de recettes pour réaliser ses propres cosmétiques solides pour le corps, le visage et les cheveux avec peu de matériel et d'ingrédients.

COTE : 646.72 SAI

BIBLI : LAN



Je dessine des plantes superjolies

Dorche, Victoria

Vigot

Une série de 80 fleurs, plantes, feuillages et végétaux de toutes sortes à dessiner en quatre à cinq étapes, avec une présentation du matériel, des explications pas à pas et des exemples de compositions graphiques.

COTE : 743.7 DOR

BIBLI : LAN-MAU



Couture maison durable : 20 projets zéro déchet pour remplacer les objets jetables du quotidien !

Despoisse, Sarah

Inédite

Vingt réalisations à coudre pour remplacer des objets jetables du quotidien : sac à vrac, charlotte à saladier, pochette à goûter, carrés à démaquiller, pochette à savon, couronne de feuillage en tissu ou encore plaid.

COTE : 745.5 DES

BIBLI : BEL-CHA-CLO



Souvenirs de voyages signés La Droguerie

La Droguerie (firme)

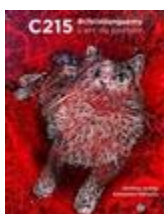
Editions La droguerie

En s'inspirant des coutumes traditionnelles, des mélanges de couleurs et des techniques artisanales de pays exotiques, les créatrices de La Droguerie ont imaginé une collection de bijoux à mixer.

Boucles d'oreilles, sautoirs, bracelets, 90 créations sont proposées. Les explications détaillées pas à pas sont accompagnées d'astuces et de conseils pour de jolies finitions.

COTE : 745.5 LAD

BIBLI : TRI-SMAE



C215, #christianguey : l'art du pochoir

C215

Mattanza, Alessandra

Ed. White star

Une découverte de l'oeuvre de C215, pseudonyme de Christian Guémy, un artiste qui peint, dessine et utilise la technique du pochoir dans les villes du monde entier. Il exprime sa propre vision et expérience de son art, où tout est prétexte à susciter les sentiments au plus profond de

chacun, à travers des portraits de personnages célèbres ou d'anonymes.

COTE : 751.7 MAT

BIBLI : VIL



Taol-lagad, serr-lagad

Coup d'oeil, clin d'oeil en Finistère

Chanteau, Jean-Pierre

Chanteau

Ce cahier de photographies donne à voir les mosaïques en forme d'oeil de Pierre Chanteau, sculptées dans 113 communes du littoral du Finistère.

COTE : 779 CHA

BIBLI : BOU- MAU



Les Bleus et la Coupe : de Kopa à Mbappé

Rocha Carneiro, François da

Editions du Détour

Récit des succès de l'équipe de France de football en Coupe du monde, qui lui ont permis de monter sur le podium, à la troisième place en 1958 et en demi-finale en 1982, puis de décrocher le titre de champion du monde en 1998 et en 2018. L'historien analyse la construction des équipes, les parcours des joueurs et des entraîneurs ainsi que l'environnement politique et médiatique des compétitions.

COTE : 796.33 ROC

BIBLI : BEL-CLO-ROS



Risques et périls : 50 catastrophes qui ont bouleversé l'histoire

Guillemin, Florian

First Editions

Le créateur de la chaîne YouTube Questions d'histoire propose une sélection de cinquante événements dramatiques qui ont changé le cours de l'histoire : l'éruption du Vésuve, la peste noire, le crash du Concorde, le naufrage du Titanic, les catastrophes Seveso, entre autres.

COTE : 909 GUI

BIBLI : CLE-MAU-SMAE



Etat civil et registres paroissiaux : les basiques de la généalogie : où chercher ? Quelles sources ? Quelles méthodes ?

Mergnac, Marie-Odile

Archives et culture

Ce guide précise les bases de la recherche généalogique. Il indique comment retrouver ses ancêtres, grâce à leurs dates, leurs lieux de vie et leurs métiers.

COTE : 929.1 MER

BIBLI : CHA-ROS



La vie brisée d'Eugénie Djendi : de l'Algérie à Ravensbrück : la légende et la mémoire

Camusso, Dominique

Arrio, Marie-Antoinette

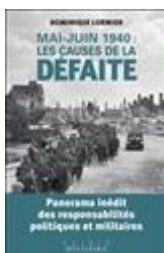
L'Harmattan

Biographie d'E. Djendi, résistante algérienne. Engagée dans le Corps féminin des transmissions à Alger en janvier 1943, elle participe à la campagne de Tunisie avant d'être transférée en Angleterre puis d'être parachutée en France en avril 1944. Arrêtée par les Allemands, elle est déportée à

Ravensbrück le 11 août 1944 et assassinée le 18 janvier 1945 à 21 ans.

COTE : 940.53 CAM

BIBLI : LON-TRI



Mai-juin 1940 : les causes de la défaite : panorama inédit des responsabilités politiques et militaires

Lormier, Dominique

Alisio

S'appuyant notamment sur des archives et des témoignages inédits, l'auteur expose les raisons de la défaite française de mai et juin 1940, vécue comme une humiliation, et analyse les responsabilités sur le plan militaire, politique, diplomatique et intellectuel.

COTE : 944.081 6 LOR

BIBLI : BOU-CLO



Accompagner l'éveil psychomoteur : le bien-être du tout-petit, de la naissance à la marche

Pavy, Pascale

Rault, Cyrielle

Mango

Un guide pour suivre et comprendre chaque étape de l'éveil du bébé et l'aider à acquérir une aisance motrice. Des QR codes donnent accès à trente vidéos.

COTE : PAR 155.4 PAV

BIBLI : BEL-ROS



140 jeux d'éveil pour préparer son enfant à la maternelle : 0-3 ans

Pfersdorff, Arnault

Hatier

Des activités d'éveil ludiques, variées et sans matériel, conçues pour stimuler l'enfant, de la naissance jusqu'à 3 ans, et l'aider à acquérir les compétences requises dès la maternelle. Le pédiatre explique pas à pas leur déroulement et suggère des idées de mises en situation adaptées au rythme de l'enfant.

COTE : PAR 155.4 PFE

BIBLI : BEL-VIL-SMAE



Les émotions de nos enfants : du rire aux larmes, les comprendre et les accompagner

Piroddi, Chiara

ESF éditeur

Un guide pour comprendre les émotions des enfants grâce à la méthode Montessori. L'auteure donne des conseils pour les accompagner avec des activités manuelles et ne plus se sentir démuni lorsqu'ils pleurent, sont en colère, ont des cauchemars ou des angoisses.

COTE : PAR 155.4 PIR

BIBLI : CLO-TRI-SMAE



Ado, déprimé ou dépressif ? : quand s'inquiéter pour votre ado

Boulard, Aurore

Leclercq, Cédric

De Boeck supérieur

Des conseils à destination des familles, des éducateurs et des enseignants pour mieux dépister la dépression chez les adolescents. L'ouvrage décrit les symptômes spécifiques, la forme sévère de la maladie, ses facteurs clés, son développement, etc. Avec des cas cliniques.

COTE : PAR 155.5 BOU

BIBLI : BEL-LAN-SMAE



A l'ombre du chêne : 20 histoires et activités de sylvothérapie à partager en famille

Karche, Vincent

Leduc.s éditions

Ces 24 histoires d'arbre insolite, destinées à des enfants de 3 à 12 ans, sont accompagnées de jeux et de l'évocation de forêts de France et du monde. Elles permettent de se reconnecter à la nature en famille et à apprendre aux enfants à ressentir la densité de leur silence intérieur, à écouter le monde et à éprouver pleinement les choses.

COTE : PAR 615.5 KAR

BIBLI : CLE-LAN



L'enfant en surpoids : conseils de vie au quotidien

Nègre, Véronique

Mellouet, Blandine

John Libbey Eurotext

Destiné aux parents et aux adolescents, ce guide pratique répond aux questions qu'ils peuvent se poser sur la prévention de l'obésité, les risques de cette maladie et l'accompagnement d'un enfant en surpoids. Il crée un lien entre médecins et familles, grâce à de nombreux témoignages.

COTE : PAR 616.3 NEG

BIBLI : CHA-LON-SMAE



100 activités Montessori avec mon tout-petit : 0-3 ans

Esclaibes, Sylvie d'

Esclaibes, Noémie d'

Hatier

Une centaine d'activités guidées pour éveiller l'enfant dans les différents domaines de l'apprentissage, tels que les nombres, le langage, la motricité et le développement sensoriel.

COTE : PAR 618.92 ESC

BIBLI : CHA-LAN

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