



Bibliographies Nouveautés

Documentaires adultes

3^e trimestre 2024

Si vous avez des questions, n'hésitez pas à interpellier un bibliothécaire 😊



Les 1.001 secrets des jeux Olympiques

Dubois-Collet, Sophie

l'Opportun

Une série d'anecdotes et de faits méconnus relatifs à l'histoire des jeux Olympiques, de l'Antiquité à nos jours.



3 : une aspiration au dehors

Lagasnerie, Geoffroy de

Flammarion

G. de Lagasnerie a noué avec E. Louis et D. Eribon une relation amicale, devenue ensuite un mode de vie à part entière, rejoignant ainsi l'idée d'un projet d'émancipation visant à refuser le familialisme et à vivre une amitié à trois. Il relate cette expérience, comprise comme une politique de l'existence, ses rites, sa temporalité et son ouverture au monde social.

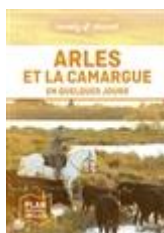


Amsterdam en quelques jours

Le Nevez, Catherine

Lonely planet

Des informations pratiques sur la ville, sa culture, ses musées et son architecture, des idées d'activités en plein air, de balades sur les canaux, de festivals et d'excursions à vélo. Avec des conseils pour faire des achats, réserver un hôtel ou acheter des billets de concert ainsi que des exemples d'itinéraires de un à trois jours.

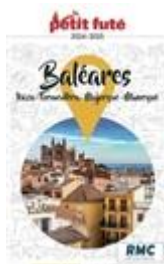


Arles et la Camargue en quelques jours

Delabroy, Caroline

Lonely planet

Toutes les informations culturelles, historiques et pratiques pour découvrir Arles et la Camargue. Avec des adresses de restaurants, d'hôtels et de commerces ainsi que des idées de visites pour un court séjour.



Baléares : Ibiza, Formentera, Majorque, Minorque : 2024-2025

Auzias, Dominique

Labourdette, Jean-Paul

Nouv. éd. de l'Université

Pour organiser son séjour et visiter les Baléares, des renseignements pratiques et des informations sur l'archipel espagnol, son histoire, sa culture, sa gastronomie, des idées de circuits touristiques, des descriptions de sites et de monuments ainsi que des adresses : hôtels, restaurants, bars, discothèques. Avec un code pour obtenir la version numérique du guide.



Bande dessinée : 1964-2024 : Centre Pompidou

Beaux-arts éditions

Plongée dans l'histoire de la bande dessinée, de 1964 à 2024, centrée autour de ses trois principaux foyers d'expression que sont l'Europe, le Japon et l'Amérique du Nord, du manga à la BD franco-belge, en passant par les comics ou les styles les plus abstraits. L'exposition propose des échos inattendus entre différents auteurs, à travers des thématiques telles que le rêve, le rire ou la mémoire.



Barcelone

Divry, Barbara

Hachette Tourisme

Des idées de visites et de sorties ainsi qu'une sélection d'adresses de restaurants, d'hébergements et de magasins pour un séjour bref à Barcelone. Avec un calendrier des festivités, la localisation des restaurants sélectionnés et des rues commerçantes.



La bible de la confiture : 170 recettes, toutes les techniques et les conseils d'une cheffe confitière

Maquet, Sandrine

Marabout

Plus de 170 recettes variées de confitures intemporelles et d'associations originales, de l'abricot au litchi en passant par la framboise, le kiwi, la pêche, l'orange amère ou encore la mirabelle. Avec des pas-à-pas, des méthodes de cuisson, de conservation et de mise en pot ainsi qu'un cahier technique complet.



Le brush lettering : les techniques essentielles en 5 modèles

Eternot, Noëlie

Mango

Cinq modèles pour apprendre les techniques essentielles de brush lettering, style d'écriture au pinceau basé sur les techniques classiques de calligraphie.

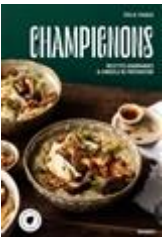


C'est Jane, Birkin Jane

Crawford, Gabrielle

Actes Sud

G. Crawford, photographe anglaise, et J. Birkin se sont rencontrées en 1965. Au fil des photographies et des témoignages de son entourage le plus proche (famille, amis et collaborateurs), ce récit brosse un portrait intime de la chanteuse et actrice, évoquant les innombrables facettes de sa personnalité, de son talent ou encore de sa vie.



Champignons : recettes gourmandes & conseils de préparation

Franzo, Emilie

Marabout

Soixante recettes à base de champignons, accompagnées de conseils pour apprendre à les cuisiner : quiche aux champignons et au chèvre frais, linguine à la bolognaise de champignons, burger de pleurotes effilochés, entre autres.



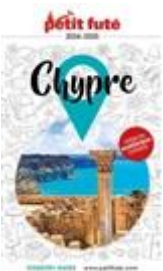
Cheminier vers l'essentiel

Morin, Edgar

Smedt, Marc de

Albin Michel

Quatorze conversations entre Edgar Morin et Marc de Smedt, de 1971 à 2023, sont rapportées et situées dans leur contexte. Les deux amis réfléchissent sur des sujets variés et d'actualité tels que les philosophies orientales, l'amour, la psychogénéalogie, les pouvoirs de la conscience, les phénomènes paranormaux et la métamorphose de l'humanité ainsi que les espoirs envisageables.



Chypre : 2024-2025

Auzias, Dominique

Labourdette, Jean-Paul

Nouv. éd. de l'Université

Découverte de Chypre et de la partie turque du nord de l'île : son histoire, sa culture, ses traditions, ses différentes régions. Ce guide propose des renseignements pratiques pour organiser son séjour, des suggestions de circuits touristiques, des descriptions de sites et de monuments ainsi qu'une sélection d'adresses. Un code permet d'accéder à la version numérique gratuite.



Côte d'Opale : baie de Somme : 2024-2025

Auzias, Dominique

Labourdette, Jean-Paul

Nouv. éd. de l'Université

Une présentation des sites naturels, de l'histoire, du patrimoine, de la gastronomie ou encore des loisirs de la Côte d'Opale et de la baie de Somme. Avec des renseignements pratiques afin d'organiser son séjour, des suggestions de circuits, des idées de visite ainsi qu'un choix d'adresses. Un code permet d'accéder à la version numérique.



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

Belles Balades éditions

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



La cuisine de la consolation : récits et recettes

Schwartzbrod, Stéphanie

Actes Sud

Un voyage culinaire au fil de 24 récits de vie témoignant de l'importance fondamentale de la nourriture pour célébrer les absents et apaiser la douleur lors des cérémonies funéraires. 90 recettes traditionnelles du monde entier ponctuent ces histoires familiales et rappellent les souvenirs d'enfance enfouis.



D-Day et la bataille de Normandie

Dréer, Francis

Glénat

L'ouvrage retrace le Débarquement et la bataille de Normandie, le 6 juin 1944, à travers des photographies colorisées. Cette opération militaire, la plus importante de l'histoire de par son ampleur et le nombre de pays impliqués, est le point de départ de l'opération Overlord, la grande manœuvre organisée par les pays alliés pour anéantir le régime nazi.



Dans le cerveau des champions

Lachaux, Jean-Philippe

O. Jacob

Une analyse de ce qui se passe dans le cerveau d'un champion sportif au moment de réaliser une prouesse, éclairée par les neurosciences cognitives et accompagnée de nombreux témoignages de sportifs de haut niveau. L'auteur livre ensuite des clés pour transformer son corps et son cerveau afin d'atteindre un état de concentration idéal.



De guerre en guerre : de 1940 à l'Ukraine

Morin, Edgar

Ed. de l'Aube

Le sociologue a décidé, à l'âge de 101 ans, d'écrire un texte en réaction à la guerre en Ukraine. Ce conflit lui rappelle les souvenirs de la Seconde Guerre mondiale, les traits communs à toutes les guerres qu'il a connues : guerres d'Algérie, de Yougoslavie, d'Irak. Il a publié ce texte pour que ces années d'histoire servent à affronter le présent et éviter une nouvelle guerre mondiale.



Le Débarquement, Arromanches, juin 1944 : l'exploit : la création du port artificiel

Beaux-arts éditions

Présentation du musée dédié au débarquement en Normandie des Alliés en juin 1944, à l'occasion de sa réouverture au printemps 2023. Des reconstitutions de batailles sont proposées en trois dimensions.



L'éclaireuse : entretiens avec Marie de Hennezel

Hennezel, Marie de

Le Naire, Olivier

Actes Sud

Opposée au suicide assisté, M. de Hennezel dénonce l'abandon des personnes âgées par les pouvoirs publics puis propose des solutions innovantes à mettre en place pour une meilleure inclusion de cette population et contre leur perte d'autonomie, leur déclin physique ou leur solitude. Elle encourage également la solidarité intragénérationnelle et met en avant le bien mourir.



L'électronique pour les nuls

Shamieh, Cathleen

First interactive

Un manuel expliquant ce qu'est l'électronique, détaillant le fonctionnement des principaux composants et présentant les informations nécessaires à la conception, au test ainsi qu'à la réparation de tout système.



Entrez dans l'histoire

Volume 3, De Vercingétorix à Marie Curie

Deutsch, Lorant

M. Lafon

M6 Editions

Portraits de grandes figures historiques qui ont marqué leur époque : Ramsès II, Charlemagne, Spartacus, Louise Michel, Antoine de Saint-Exupéry, Robert Surcouf, Abraham Lincoln ou encore Alan Turing. Plongeant le lecteur dans leur vie, l'acteur raconte leurs défaites et leurs victoires, leurs moments de gloire et leur descente aux enfers, leurs rêves et leurs exploits.



Faire son kombucha : guide pratique & conseils d'entretien

Ponge, Julie

Ulmer

Un guide pour apprendre à réaliser soi-même cette boisson fermentée au goût acidulé et fruité, originaire de Mongolie et vieille de plus de 2.000 ans. L'auteure donne des conseils pour la réussir, de sa préparation à sa dégustation, propose des recettes pour profiter de ses qualités culinaires et donne des informations sur ses bienfaits ainsi que sur ses avantages nutritionnels.



Femmes, soyez soumises à vos maris : récit

Davril, Alice

Larousse

Le témoignage d'une femme qui a vécu quinze ans sous le joug d'un mari violent. Elle raconte sa rencontre, à 16 ans, avec cet homme fascinant et cultivé très attaché aux préceptes de la foi chrétienne, la mécanique de l'emprise, son quotidien organisé selon des principes sectaires et oppressifs, puis son parcours pour se libérer, elle et ses sept enfants.



La fin de la conversation ? : la parole dans une société spectrale

Le Breton, David

Métailié

A cause de toutes les technologies qui l'entourent, l'individu hypermoderne ne perçoit que de manière accessoire son environnement physique et humain. L'auteur regrette que la société numérique morcelle le lien social et détruise les anciennes solidarités, rendant les individus plus solitaires que jamais. La dissociation est désormais une donnée banale du quotidien, surtout pour les adolescents.



La génération de verre : enfants nés après 2010 : comprendre et accompagner les adolescents d'aujourd'hui

Humbeeck, Bruno

Mardaga

Après avoir analysé la triple métamorphose, physiologique, identitaire et sociale, de l'adolescent, le psychopédagogue offre des conseils concrets et pratiques pour améliorer ses attitudes éducatives face aux adolescents de la génération alpha, nés dans un monde digitalisé et confrontés quotidiennement aux crises de l'actualité.



Histoire de la joie

Corbin, Alain

Fayard

Une histoire de la joie, non pas collective mais intime, qui est ressentie par chacun à des moments décisifs de sa vie et que les théologiens et penseurs ont longtemps considéré comme un élément divin. La joie intime des catholiques dans la prière a été progressivement laïcisée depuis Spinoza avant de s'épanouir dans la vie privée.

Gilles Kepel

HOLOCAUSTES



Holocaustes : Israël, Gaza et la guerre contre l'Occident

Kepel, Gilles

Plon

Des pistes de réflexion sur le conflit entre Israël et la Palestine, plus particulièrement depuis les attaques du Hamas le 7 octobre 2023, et leurs conséquences géopolitiques. L'auteur développe la théorie selon laquelle l'affrontement représenterait également une guerre contre l'Occident et ses valeurs.



Idées reçues sur le Royaume-Uni : les paradoxes d'un pays en crise

Fourton, Clémence

le Cavalier bleu

Une analyse des dynamiques qui ont mené le Royaume-Uni au Brexit. La spécialiste de la civilisation britannique contemporaine contextualise le processus au regard de l'histoire du pays, évoquant les crises multiples : aggravation des inégalités sociales, montée du nationalisme, instabilité de l'Irlande, perte d'influence sur la scène diplomatique, entre autres.



Il suffit parfois d'un signe : rêves, synchronicités, prémonitions, déjà-vu... : apprenez à les décrypter pour mieux vous connaître et développer votre intuition

Tuffigo, Anne

Le Livre de poche

Ce guide de développement personnel se fonde sur l'ésotérisme et donne des clés pour mieux se comprendre, déterminer sa mission de vie et décrypter les signes autour de soi comme les schémas de répétition, les synchronicités, les rêves et les autres sensations. Des profils types sont proposés afin d'accompagner l'introspection et le travail sur soi.



Je fabrique mes propres bracelets tibétains ! : 10 bracelets pour attirer sérénité et harmonie

Loiseau, Anne

Dessain et Tolra

Les techniques de base illustrées et des indications détaillées pour créer dix bracelets tibétains. Avec, en introduction, des explications sur leur origine, leurs bienfaits au quotidien et une liste de cristaux à même d'agir sur les énergies physiques et psychiques.



Je répare mes vêtements : simple et sans machine ! : raccommodage visible et créatif

Pouillot-Ferrand, Emilie

Terre vivante

Cinq techniques de raccommodage sont expliquées et illustrées de pas en pas en images : le patchwork, la broderie traditionnelle, l'art japonais du sashiko, le reprisage et le rapiécage. Des explications préalables sur les points de couture et les outils nécessaires sont fournies.



Je souffre donc je suis : portrait de la victime en héros

Bruckner, Pascal

Grasset

Le philosophe analyse la généalogie et le triomphe de l'idéologie victimaire dans les grandes démocraties modernes. La victimisation comme chantage sur autrui, véritable pathologie de la reconnaissance, est présentée comme l'envers de la médaille du souci des humiliés, qui fait la grandeur de la civilisation. La capacité des jeunes générations à affronter un monde chaotique est interrogée.

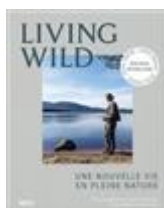


Katanga ! : la guerre oubliée de la Françafrique contre l'ONU

Picard, Maurin

Perrin

Une immersion dans cette guerre sanglante qui s'est déroulée au début des années 1960, dans la province du Katanga. Le conflit oppose les casques bleus et des mercenaires à la solde d'un régime minier pro-occidental. Ces derniers sont des ex-officiers d'élite de l'armée française en mission commandée, sur ordre du gouvernement français.



Living wild : une nouvelle vie en pleine nature

MacLennan, Joanna

MacLennan, Oliver

EPA

Récit qui regroupe les témoignages de personnes du monde entier qui ont décidé de mener une vie plus proche de la nature et de consommer moins, en raison de l'impact du réchauffement climatique et des pressions de la vie citadine.

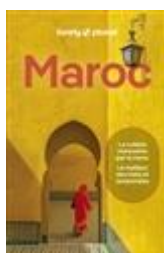


Manuel du jardinier pour cultiver les bulbes : art, technique et projets pour votre jardin

Wilford, Richard

Artémis

Des conseils et informations pour cultiver des bulbes dans son jardin, avec une description détaillée de soixante variétés ainsi que douze projets d'aménagement.



Maroc

Lonely planet

Des informations pratiques (hôtels et restaurants pour tout type de budget, transports, formalités) et culturelles (histoire, art, contexte politique, architecture) pour organiser un séjour au Maroc. Avec des pages dédiées aux randonnées et des conseils pour voyager avec ses enfants.



Maurice, Rodrigues : 2024-2025

Auzias, Dominique

Labourdette, Jean-Paul

Nouv. éd. de l'Université

Des informations culturelles pour découvrir les îles Maurice et Rodrigues. Avec des renseignements pratiques : hôtels, restaurants, logements chez l'habitant, excursions, entre autres. Un code permet d'accéder à la version numérique gratuite et des QR codes donnent accès à des contenus supplémentaires.



Les mercredis sous la pluie : au royaume de Noël : activités créatives pour préparer Noël en famille

Gruaz, Maéva

Albin Michel

35 activités créatives à réaliser avec des enfants à partir de matériaux faciles à trouver et peu onéreux, classées en sept rubriques : calendriers de l'Avent, cadeaux et petits personnages, cartes, décoration de la maison, décoration du sapin, décoration de la table, emballages cadeaux.



Mexico : petit atlas hédoniste

Mommaller, Thibaut

Chêne

Découverte de la capitale du Mexique et présentation des lieux essentiels à visiter.



La mort en face

Boxho, Philippe

Kennes Editions

Le médecin légiste belge évoque son parcours et raconte des épisodes de sa vie professionnelle, entre morts accidentelles, suicides et meurtres.



Les mots qui font vendre : savoir quoi dire pour influencer

Jones, Phil M.

Eyrolles

Des tactiques pour savoir exactement quoi dire, quand et comment l'énoncer, pour influencer son interlocuteur dans le cadre professionnel et obtenir ce que l'on souhaite de lui.



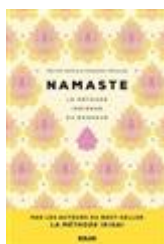
Munich, Bavière et Forêt-Noire

Christiani, Kerry

Di Duca, Marc

Lonely planet

Des informations historiques et culturelles pour découvrir la région, avec une sélection d'adresses d'hébergement, de restauration et de shopping pour bien préparer son voyage. Le guide invite par exemple à voir les églises baroques de Munich, la route romantique de Bavière, les villas de Baden-Baden, l'Oktoberfest et les forêts de l'Allemagne du Sud. Avec un plan de Munich.



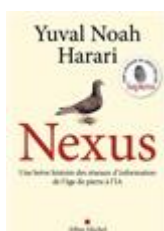
Namaste : la méthode indienne du bonheur

Garcia, Héctor

Miralles, Francesc

Solar

Initiation à la philosophie indienne, notamment à partir d'explications sur la signification du namaste et ses liens avec l'intelligence émotionnelle. Les auteurs s'appuient sur des textes traditionnels associés à des auteurs modernes et à des références tirées de la pop culture. Avec des exercices pratiques pour se libérer du stress, éveiller son potentiel créatif ou progresser vers le bonheur.



Nexus : une brève histoire des réseaux d'information, de l'âge de pierre à l'IA

Harari, Yuval Noah

Albin Michel

De l'âge de pierre à la résurgence des populismes contemporains en passant par la Bible, la chasse aux sorcières et le nazisme, l'historien explore la manière dont les sociétés et les systèmes politiques ont utilisé l'information pour atteindre leurs objectifs et imposer l'ordre. A l'heure de l'intelligence artificielle, il invite à réfléchir à la relation complexe entre information et vérité.



Normandie impressionniste 2024 : 150 ans de l'impressionnisme

Beaux-arts éditions

Un catalogue d'exposition réalisé dans le cadre de la 5e édition du festival Normandie impressionniste et des cent-cinquante ans de la naissance de l'impressionnisme, avec la présentation de figures emblématiques du mouvement telles que Monet, Boudin ou Whistler. Leur influence sur l'art contemporain est également abordée.



Où en êtes-vous aux échecs ? : un diagnostic bienveillant et motivant pour tous ceux qui veulent secrètement se tester ou reprendre le jeu après des années d'abandon

Maufras, Jérôme

Olibris

64 problèmes avec les solutions détaillées pour évaluer son niveau aux échecs.

ALEXANDRE MARS

PAUSE

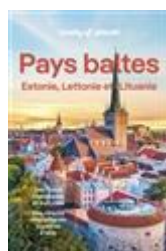
Pause : pour une vie alignée

Mars, Alexandre

Fayard



Des conseils, des pistes de réflexion et des leçons de vie pour être aligné avec ses aspirations et ses objectifs. Issus du podcast de l'auteur, des entretiens avec divers interlocuteurs aux destins particuliers sont accessibles grâce à des QR codes : l'explorateur Mike Horn, le chanteur Ben Mazué, l'activiste Yann Arthus-Bertrand, l'humoriste Dany Boon, entre autres.



Pays baltes : Estonie, Lettonie et Lituanie

Ragozin, Léonid

Kaminski, Anna

Zinna, Angelo

Lonely planet

Guide touristique pour découvrir la Lettonie, l'Estonie et la Lituanie : sites incontournables, suggestions d'itinéraires, patrimoine culturel. Avec des sections thématiques consacrées aux voyages en famille, aux activités de plein air, etc.



Peut-on encore manger des bananes ? : l'empreinte carbone de tout : on a tous un rôle à jouer

Berners-Lee, Mike

L'arbre qui marche

Pionnier de la quantification carbone, l'auteur présente les bons gestes à adopter au quotidien afin de réduire efficacement son empreinte carbone, tordant le cou à de nombreuses idées reçues en matière d'alimentation, de transport, de consommation et de logement.



Plages du débarquement et bataille de Normandie

Manufacture française des pneumatiques Michelin

Michelin Editions

Guide de visite des lieux de la bataille de Normandie organisé en quatre régions : Caen et Bayeux, les plages du débarquement, marais et bocage et les ports stratégiques. Avec des développements historiques, des extraits de guides Michelin et des documents d'époque, ainsi que des informations pratiques.



Pois chiches, lentilles & Cie : 50 recettes, 5 ingrédients, 3 étapes maxi

Lebrun, Delphine

Larousse

Cinquante recettes rapides à réaliser à partir de légumineuses en conserve : lasagnes aux lentilles, salade de pois chiches, quesadillas au thon, cheddar et haricots rouges, etc.



Prenons soin de nous : précis de médecine holistique pour comprendre notre corps, préserver notre santé et embellir notre vie

Burguière, Fabienne

Favre

Sous forme d'abécédaire, l'auteure propose une approche holistique de la santé afin de comprendre le fonctionnement de son corps et de son mental, et d'accéder au bien-être physique et psychique. Elle aborde notamment la physiologie de l'organisme et donne des conseils pour une vie harmonieuse ainsi que des recettes culinaires ou médicinales.



Reconnaître les oiseaux : guide d'identification de 100 oiseaux grandeur nature

Hajeski, Nancy J.

Marabout

Un guide d'identification de cent espèces d'oiseaux présentes en France, classées par catégorie : percheurs, de proie, de mer, entre autres. Les textes et les nombreuses photographies apportent des informations sur le plumage, la couleur des oeufs, le chant ou encore les périodes de reproduction.



Renoncer aux voyages : une enquête philosophique

Morice, Juliette

PUF

Alors qu'avec la transition écologique les voyages devront peut-être être limités, l'auteure en propose une philosophie, depuis leurs débuts jusqu'à l'ère du tourisme de masse. Elle dévoile les contradictions des voyageurs, entre désir d'évasion et refus de l'inconnu, entre mensonges exotiques et besoin d'ailleurs.



Résister à la culpabilisation : sur quelques empêchements d'exister

Chollet, Mona

Zones

Une réflexion sur le sentiment de culpabilité dans la société, qui s'articule autour de quatre de ses manifestations : la diabolisation des enfants, la culpabilisation des femmes et des mères,

le culte du travail et la résurgence de logiques punitives. L'auteure montre qu'il est plus présent chez les catégories dominées, comme les enfants, les femmes et les minorités sexuelles ou raciales.



S'estimer et s'oublier : abécédaire de l'estime de soi et de tout le reste

André, Christophe

O. Jacob

Le psychiatre poursuit son exploration de l'estime de soi, une dimension psychologique capitale pour mieux vivre, en développant et en affinant la compréhension de cette notion.



Slovénie : 2024-2025

Auzias, Dominique

Labourdette, Jean-Paul

Nouv. éd. de l'Université

Des conseils pratiques pour organiser son séjour ainsi qu'une présentation historique, culturelle et touristique du pays. Avec des idées de visites, des renseignements touristiques ou encore une sélection d'adresses région par région : hébergements, restaurants, commerces, sorties, entre autres. Un code permet d'accéder à la version numérique gratuite.



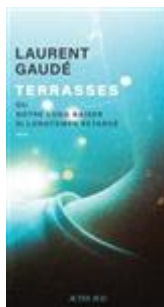
Taqueria : le Mexique en 80 recettes

Chini, Olivier

Sananes, Luc

Marabout

Propriétaires de la taqueria Jajaja à Paris, les auteurs proposent des recettes salées et sucrées pour s'essayer à la cuisine mexicaine : tortillas, guacamole, tres leches, gorditas, entre autres.



Terrasses ou Notre long baiser si longtemps retardé : récit

Gaudé, Laurent

Actes Sud

Un récit choral qui décrit, à l'aide de voix entremêlées de victimes, de passants, de secouristes ou de parents, les attentats terroristes qui se sont déroulés dans la nuit du 13 novembre 2015.



Tiny house : le nid qui voyage

Saint-Jours, Yvan

Thiéry, Bruno

Robert, Célia

YpyPyp

Une première partie composée de douze tiny houses détaillées en photographies avec de nombreuses légendes et histoires des habitants, et une seconde constituée d'un cahier technique présentant en détail la réalisation d'une tiny house.



Torture blanche : des détenues iraniennes témoignent

Mohammadi, Narges

Albin Michel

A partir de son expérience personnelle et d'entretiens menés avec treize prisonnières politiques ou militantes, l'auteure raconte les conditions de vie des femmes emprisonnées en Iran et les mauvais traitements, notamment la torture psychologique, qui leur sont infligés pour corriger leur âme.



Tout ce que je voulais, c'était courir : récit

Quemener, Anaïs

Flammarion

Atteinte d'un cancer du sein à 24 ans, l'auteure, aide-soignante et athlète de haut niveau, fait de la course à pied sa thérapie et, à peine remise, remporte les championnats de France de marathon. Elle raconte son parcours hors du commun.



Les Vikings : aux origines de la Normandie

Beaux-arts éditions

Le parcours des Danois et des Norvégiens ayant trouvé un accord avec l'empereur des Francs pour occuper le territoire en 911 est retracé, par le biais d'une exposition immersive tenue sur les quais de Seine de Rouen. Des informations sur la civilisation scandinave, leurs coutumes, leurs exploits guerriers, entre autres, sont également présentées.



Voor het Nederlands, druk één ! : pour le français, tapez deux...

Burette, Nicole

Couleur livres

Un essai dans lequel l'auteure analyse la prise de pouvoir de la Flandre sur la Belgique dans différents domaines tels que la politique, l'économie, la culture, le social ou encore la diplomatie. Elle appelle les Belges francophones à se montrer exigeants dans les prochaines négociations institutionnelles et à restaurer un rapport de forces plus équitable.



Voyager avec son chien : pour un week-end au vert ou quelques mois au bout du monde

Trussardi, Morgane

Albin Michel

Un guide complet pour voyager de toutes les façons possibles avec un chien : en road trip, à l'hôtel, en avion, en train, en France ou à l'étranger, entre autres. Avec des conseils en matière

d'éducation et de santé, des check-lists de voyage détaillées, des listes de lieux acceptant les animaux et des histoires inspirantes.



Yin yoga : lâcher-prise, méditation, simplicité

Roubaud, Cécile

First Editions

Un guide illustré pas à pas pour découvrir le yin yoga, une pratique inspirée de la médecine traditionnelle chinoise permettant de relâcher la pression et de se détendre en profondeur à travers un enchaînement lent de postures de yoga. Une édition enrichie de douze séances

vidéo.



Yoga facial : les secrets japonais pour allier bien-être et beauté du visage

Forasté Onuma, Izumi

Le Lotus et l'éléphant

Un guide pour pratiquer le yoga du visage, avec des conseils et des recommandations précises pour mettre en place des rituels adaptés.
