

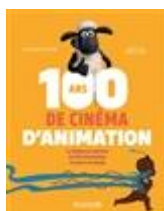


## Bibliographies Nouveautés

### Documentaires adultes

4<sup>e</sup> trimestre 2023

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



### ***100 ans de cinéma d'animation : la fabuleuse aventure du film d'animation à travers le monde***

Cotte, Olivier

Dunod

Une synthèse de l'histoire du cinéma d'animation depuis les origines et l'évolution des techniques : lanterne magique, stop motion, 3D numérique, etc. Des focus sur les productions et les studios à travers le monde expliquent ce que chacun a apporté au genre tout en présentant les personnages les plus célèbres ou récurrents.



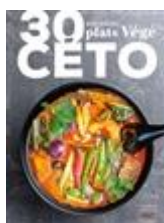
### ***30 ans au coeur de la Formule 1***

Vigneron, Gaëtan

Kennes Editions

RTBF

Commentateur des Grands Prix pour la RTBF depuis 1994, Gaëtan Vigneron a côtoyé les plus grands pilotes de Formule 1, d'Alain Prost à Fernando Alonso. Il décrit son parcours professionnel et livre des anecdotes sur l'univers des circuits.



### ***30 plats végé céto***

Walkowicz, Magali

T. Souccar

Ce guide propose d'associer les bienfaits des régimes végétarien et cétogène. Il fournit une liste de courses avec les ingrédients à privilégier (graisses saines, légumes, noix, graines, herbes et épices, fruits, aliments riches en protéines et produits laitiers gras) et propose trente recettes de plats pour le quotidien.



## ***Les 5 blessures qui empêchent d'être soi-même : rejet, abandon, humiliation, trahison, injustice***

Bourbeau, Lise

Pocket

Cet ouvrage démontre que tous les problèmes d'ordre physique, émotionnel ou mental proviennent de 5 blessures fondamentales. Après une description détaillée de chaque blessure, l'auteure propose des solutions pratiques pour les transformer en tremplin afin de grandir et d'apprendre à être soi-même.

---

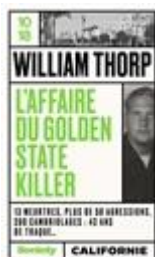


## ***A l'aube du XXIe siècle : le regard des plus grands photographes***

National Geographic

Une sélection de photographies qui illustrent les grands événements des deux premières décennies du XXIe siècle, des guerres et tragédies humaines aux percées scientifiques en passant par les espèces sauvées de l'extinction.

---



## ***L'affaire du Golden state killer***

Thorp, William

10-18

En 2018, la police américaine annonçait l'arrestation du Golden state killer, accusé de 140 cambriolages, cinquante viols et au moins treize meurtres commis dans les années 1970 et 1980. Le journaliste raconte les quarante ans de traque nécessaires pour capturer le criminel, l'acharnement des policiers en charge et l'aide précieuse des progrès scientifiques, notamment sur l'étude de l'ADN.

---



## ***Agnès Varda***

Adler, Laure

Gallimard

Un portrait intime de la cinéaste, photographe et plasticienne française. Artiste engagée, elle utilise divers modes d'expression pour donner une voix aux plus précaires, aux marginaux ou aux révoltés. Avec des photographies et des documents inédits issus des archives d'A. Varda.

---



## ***Angleterre et Pays de Galles : les meilleures expériences***

Lonely planet

Un guide organisé autour d'expériences, classées par lieu, proposant de découvrir ces deux pays britanniques de façon originale. Des cartes et des plans permettent de préparer des itinéraires sur mesure en fonction de ses centres d'intérêt.

---



## ***L'art de jouer d'Hervé Tullet : images et inspirations d'une vie de créativité***

Tullet, Hervé

Van der Linden, Sophie

Bayard Jeunesse

Retour sur le parcours et l'oeuvre d'Hervé Tullet, artiste qui a notamment illustré de nombreux livres de littérature jeunesse.

---



## ***L'art de la guerre***

Sunzi

Librio

Ce traité de stratégie militaire met l'accent sur les facteurs politiques, économiques et diplomatiques dans le processus de la guerre. Empreint de sagesse taoïste, il offre des enseignements sur le savoir-vivre et l'art de combattre pouvant également s'appliquer dans la vie personnelle et professionnelle.

---



## ***L'art du collage au féminin : 50 artistes internationales de premier plan***

Elizegi, Rebeka

Alternatives

Présentation de cinquante artistes femmes spécialisées dans le collage. L'auteure expose la richesse de leurs productions, utilisant toutes les techniques, qu'elles soient classiques ou numériques.

---



## ***Au coeur de l'ovalie : 150 expressions, mots et anecdotes de légende sur le rugby***

Spanghero, Philippe

Gasquet-Cyrus, Médéric

Richard, Arnaud

Le Robert

Quinze personnalités du rugby racontent leur passion du ballon ovale à travers 150 mots et expressions mythiques de ce sport.

---



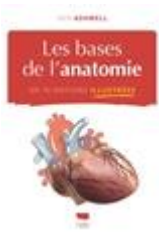
## ***Baignades sauvages en France : les 1.000 plus beaux lacs, rivières, cascades et piscines naturelles de France***

Start, Daniel

Ouest-France

Un choix de lieux de baignade situés en France et sélectionnés pour leur environnement à la fois remarquable et préservé. Du Jura aux Cévennes en passant par la Corse, les Alpes ou les bords de Loire, l'ouvrage recense les rivières, lacs et cascades avec, pour chacun, une présentation, les moyens d'accès et des conseils pratiques.

---



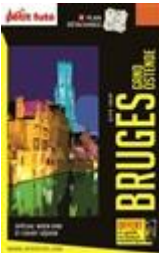
## ***Les bases de l'anatomie en 70 notions illustrées***

Ashwell, Ken W.S.

Delachaux et Niestlé

Une approche illustrée des différentes parties du corps humain, abordant des notions clés telles que le squelette et ses articulations, le système nerveux, l'appareil cardiovasculaire ou encore la structure des cellules.

---



## ***Bruges, Gand, Ostende : spécial week-end et court séjour***

Auzias, Dominique

Labourdette, Jean-Paul

Nouv. éd. de l'Université

Conçu pour les week-ends et les courts séjours, ce guide propose de découvrir les villes de Bruges, Gand et Ostende, avec des adresses incontournables, des repères historiques et des conseils pour organiser son voyage. Un code permet d'accéder à la version numérique

gratuite.

---



## ***Une brûlante inquiétude***

Colmant, Bruno

La Renaissance du livre

L'économiste présente les crises climatiques, énergétiques et économiques comme les premiers signes d'importants déséquilibres sociétaux qui vont s'accroître et se conjuguer avec violence. Face à ce défi, il appelle à rebâtir l'efficacité stratégique des Etats européens tout en mettant fin à l'hégémonie du néolibéralisme anglo-saxon.

---



## ***Bruxelles : 100 chefs, 100 recettes végétariennes***

### ***Brussels' kitchen***

Roose, Chloé

Cogniaux, Céline

Racine

C. Roose, du site Brussels' Kitchen, présente cent recettes végétariennes de chefs bruxellois servies dans des lieux divers de la capitale (restaurants, marchés, food halls) : arancinis, frites de halloumis, ribs de maïs, tortillas, oeufs brouillés, linguine au citron, risottos, croquettes, gâteaux.

---



## ***C'est quoi le bonheur pour vous : en chemin vers soi***

Peron, Julien

Eyrolles

L'auteur détaille les outils qu'il a mis en place pour vivre heureux au quotidien afin que chacun puisse se les approprier à sa manière.

---



## ***Carrés durables au crochet : pour la cuisine et la salle de bain***

Schmidt Rasmussen, Camilla

Grangaard, Sofie

Mango

Pour crocheter des torchons ou serviettes dans un esprit hygge.

---



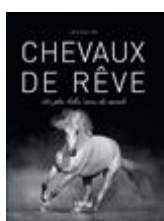
## ***Carrés durables au tricot : pour la cuisine et la salle de bain***

Neigaard Helle, Benedikte

Mango

Pour tricoter des torchons ou serviettes dans un esprit hygge.

---



## ***Chevaux de rêve : les plus belles races du monde***

Boulin-Néel, Laetitia

Casa

Présentation illustrée de plus d'une dizaine de races de chevaux telles que le pur-sang arabe, le shagya, le cheval d'Alter ou le pure race crème. Avec une description détaillée de leurs origines, de leur élevage et de leur morphologie.

---



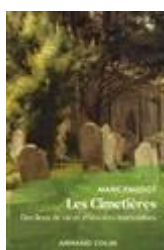
## ***Le chien : un loup rempli d'humanité***

Jouventin, Pierre

Ulmer

En s'appuyant sur des données scientifiques et sur son vécu, l'éthologue explique comment les humains ont créé le chien à partir du loup et pourquoi il est devenu le meilleur ami de l'homme. Il détaille aussi le comportement de cet animal et donne des clés pour comprendre comment il voit le monde. Prix de la Société centrale canine 2023 (catégorie documentaire et technique).

---



## ***Les cimetières : des lieux de vie et d'histoires inattendues***

Faudot, Marc

Armand Colin

Sous la forme d'un dictionnaire, l'histoire des cimetières est retracée. A rebours des idées reçues, l'auteur les présente comme des lieux de vie et de partage. Il livre des informations à la fois émouvantes et amusantes sur ces espaces, sur les épitaphes mais aussi sur l'art et les rites funéraires ainsi que sur les lois qui entourent les défunts.

---



## ***Combien de temps ça va durer ? : 100 vérités bonnes à dire***

Lenglet, François

Plon

Dans un contexte d'incertitude économique dû à l'inflation, à l'endettement public ou encore à la guerre en Ukraine, l'auteur fait un bilan des erreurs commises, des mutations en cours,

des problématiques nouvelles et des solutions possibles pour l'avenir, du nucléaire à la voiture électrique en passant par la semaine de quatre jours. Textes inspirés de chroniques radio diffusées sur RTL.

---



### ***Comptes et mécomptes de la justice française : les tueurs en série***

Thiel, Gilbert

R. Laffont

Chargé au milieu des années 1990 de l'enquête relative aux crimes de Guy Georges, l'ancien premier juge d'instruction du tribunal de Paris revient sur cette affaire criminelle. Il dresse également le portrait de 56 autres tueurs en série ayant sévi en France, de Gilles de Rais à François Vérove, dit le Grêlé.

---



### ***La confiance en soi : on apprend, on comprend, on discute avec nos ados***

Hilt, Estelle

Missoffe, Anne

Mango

Des conseils et des informations pour aider les parents à aborder le thème de la confiance en soi avec les adolescents, et notamment les soutenir durant les changements psychiques et physiques, les aider à gérer leur stress ou encore les accompagner dans leur réussite scolaire.

---



### ***Couronnes & déco de Noël nature : 30 projets pour accueillir la nature dans sa maison***

Osterod, Katharina

Bleibtreu, Anna

Editions de Saxe

Trente tutoriels pour créer des objets décoratifs évoquant la magie de Noël avec des végétaux odorants et des matières naturelles : couronnes, chemins de table, papiers cadeau, entre autres.

---



### ***La cuisine du fromager : des pâturages à l'assiette : 80 fromages, 45 recettes, 11 vidéos***

Mure-Ravaud, Bernard

Karmann, Jean-Charles

Glénat

45 recettes salées ou sucrées à base de fromages. Avec des informations historiques, des témoignages et des conseils de professionnels. Des QR codes renvoient à des vidéos.

---



## ***De toutes les couleurs : traité buissonnier de teinture végétale***

Hunzinger, Claudie

Hunzinger, Francis

J'ai lu

Initialement publiée en 1976, une réflexion sur la nature, entre le journal de bord sur la vie verte à Bambois, le manuel pratique de teinture végétale et l'herbier littéraire.

---



## ***Dictionnaire de 52 concepts concernant l'enfant et l'élève à l'école : approches pluridisciplinaires***

Marciano, Paul

L'Harmattan

Description pluridisciplinaire de 52 concepts concernant les enfants à l'école, classés par ordre alphabétique. L'auteur s'intéresse à l'école dans son objectif de donner accès au savoir et de soutenir l'élève dans l'activité de penser.

---



## ***Elles ont été les premières ! : 100 femmes exceptionnelles***

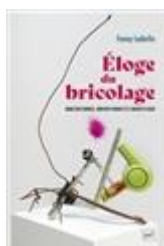
Gazsi, Mélima

Kestenberg, Suzanne

La Martinière

Publié à l'occasion de la centième Journée internationale des droits des femmes célébrée le 8 mars 2021, une manifestation initiée par Lénine en 1921 en souvenir des ouvrières de Saint-Petersbourg qui ont manifesté le 8 mars 1917, puis adoptée à l'ONU en 1977, cet ouvrage présente cent femmes qui ont été pionnières dans leurs domaines respectifs et la manière dont elles y sont parvenues.

---



## ***Éloge du bricolage : souci des choses, soin des vivants et liberté d'agir***

Lederlin, Fanny

PUF

En faisant dialoguer les grands philosophes de la modernité, ceux de l'après-guerre ainsi que les penseurs contemporains, l'autrice dévoile les facettes d'un mode de penser et d'agir qui prend soin des vivants, évoquant pêle-mêle les pratiques de la collection ou du recyclage. Elle invite chacun à prendre en charge ce qui l'entoure.

---



## ***En plein dans la lucarne ! : 200 expressions et anecdotes de légende sur le foot***

Denisot, Michel

Gasquet-Cyrus, Médéric

Richard, Arnaud

Le Robert

Sélection de 200 expressions et phrases mythiques du ballon rond : faire une Panenka, à jamais les premiers, Après avoir vu ça on peut mourir tranquille, entre autres.



### ***Et moi, et moi, et moi***

Dutronc, Jacques

Cherche Midi

Entre anecdotes et souvenirs personnels, une plongée dans la vie de l'artiste, qui raconte son parcours, sa carrière musicale, ses rencontres ou encore ses relations.

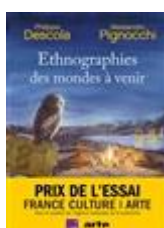


### ***Et si je vous parlais de plantes autrement ? : des histoires comiques, tragiques, fascinantes et toujours instructives***

Schall, Serge

Courrier du livre

Ensemble d'histoires de plantes et d'hommes, inédites et instructives, dans un style décalé et humoristique, mettant notamment en scène Charlie Chaplin, William Shakespeare, Georges Perec, Rihanna ou encore un général mexicain.



### ***Ethnographies des mondes à venir***

Descola, Philippe

Pignocchi, Alessandro

Seuil

Echanges entre le professeur du Collège de France P. Descola et le dessinateur A. Pignocchi proche des milieux écologistes sur les futurs possibles de l'humanité.



### ***Étoiles & cristaux de glace en papier : déco d'intérieur en découpage et pliage***

Lantz, Jennie

Möller Kirchsteiger, Cecilia

Editions de Saxe

Trente projets à poser ou à suspendre pour embellir sa décoration de fêtes : étoiles, sapins ou guirlandes. Avec des pas à pas détaillés et des gabarits en taille réelle.



### ***Félins et hyènes du monde : lions, tigres, pumas, ocelots et apparentés***

Castello, José R.

Delachaux et Niestlé

Un guide de terrain pour découvrir et identifier les espèces de félinidés et de hyènes ainsi que leurs caractéristiques.





## ***La femme en moi***

Spears, Britney

Lattès

La star de la pop américaine raconte dans ses mémoires l'importance de la musique, de l'amour et, surtout, de la liberté. Elle aborde notamment son enfance en Louisiane, sa relation avec Justin Timberlake et son dur combat pour se soustraire de sa tutelle paternelle.

---



## ***Fin du monde et petits fours : les ultras-riches face à la crise climatique***

Morena, Edouard

La Découverte

Les ultra-riches, qui sont au coeur du débat climatique par leur empreinte carbone démesurée, sont, selon l'auteur, responsables du cadrage dominant de l'enjeu climatique qu'ils orientent en fonction de leurs intérêts. Ils financent toute une série d'acteurs et d'initiatives qui forgent le système de gouvernance climatique internationale, dans un entre-soi, à l'instar de B. Gates ou L. DiCaprio.

---



## ***Fleurir son jardin et composer ses bouquets : le carnet de culture et de cueillette sauvage par Fleurs d'Arles***

Varenne, Marie

First Editions

Des conseils pour apprendre à semer, cultiver et récolter des fleurs pour ensuite composer des bouquets.

---



## ***Frères***

Jardin, Alexandre

Albin Michel

Récit autobiographique dans lequel l'écrivain, au fil des confidences, se confronte à lui-même ainsi qu'au fantôme de son frère, Emmanuel, qui s'est suicidé en 1993. L'auteur affronte sa culpabilité de survivant et se replonge dans ses souvenirs d'enfance au sein d'une famille où la dynamique des relations parents-enfants est inversée.

---



## ***Le froid : l'art de vivre en bonne santé : un véritable chemin de bien-être, de joie et de santé, accessible à tous***

Dalmas, Carole

Lefief-Delcourt, Alix

Eyrolles

Montrant les bienfaits du froid et la manière dont il peut s'installer dans la vie quotidienne et devenir un véritable chemin de santé et de bien-être, les auteures proposent des pratiques progressives et accessibles à tous, quel que soit l'endroit. Des QR codes donnent accès à des ressources supplémentaires.

---



## ***Furoshiki : l'emballage cadeau écolo à la japonaise***

Grimelli, Stefano

Place des Victoires

Manuel pour maîtriser l'art du furoshiki, technique japonaise traditionnelle de pliage et de nouage du tissu utilisée pour l'emballage de cadeaux et le transport d'objets divers. Une quarantaine de furoshiki adaptés à toutes les occasions sont décrits pli par pli.

---



## ***Glace : dans le ventre des glaciers***

Delhom, Jean-François

Favre

Entre 2017 et 2023, le spécialiste de glacio-spéléologie a exploré près de 84 grottes sous-glaciaires. Il a pris des photographies qui témoignent des transformations au fil des mois et des conséquences de la fonte des glaciers.

---



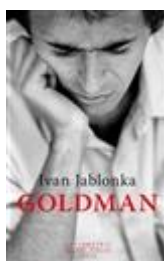
## ***Glauque-Land : 25 ans d'urbex en France***

Hannem, Timothy

Albin Michel

Présentation de 56 sites français en ruine visités par l'auteur, l'un des pionniers de cette pratique d'exploration urbaine. Il raconte ses expéditions et ses sensations, partage des anecdotes et propose également une approche documentaire de ces lieux abandonnés à partir du témoignage de gens qui y ont vécu ou travaillé.

---



## ***Goldman***

Jablonka, Ivan

Seuil

Rétrospective sur les quarante années de carrière du chanteur-compositeur Jean-Jacques Goldman. L'auteur retrace le parcours de cet artiste engagé et discret, tout en abordant des thèmes tels que la masculinité et les Juifs originaires d'Europe de l'Est.

---



## ***Le goût du roi : Louis XV et le secret du Parc aux Cerfs***

Pascal, Camille

Perrin

Récit de la vie mal connue de la maîtresse secrète de Louis XV, Marie-Louise O'Murphy. Figure d'un XVIIIe siècle libertin et cynique, l'ancienne maîtresse royale, mariée plusieurs fois, multiplie les amants, dont Casanova, et se construit une grande fortune. Elle a aussi posé pour le peintre François Boucher.

---



## ***Guérir des blessures d'attachement : apprendre à construire des liens apaisés***

Persiaux, Gwénaëlle

Eyrolles

La psychologue définit les différents types d'attachement (sécure, anxieux, évitant et désorganisé) pour comprendre son propre fonctionnement relationnel. Elle montre que pour devenir un adulte qui a confiance en lui et en l'autre, il est nécessaire, dès le début, de créer des liens stables avec ses parents.

---



## ***Le guide Terre vivante du jardin-forêt***

Kulik, Rémi

Terre vivante

Le jardinier, qui anime la chaîne YouTube Le Jardin d'Emerveille, propose des explications pratiques pour concevoir et exploiter un jardin-forêt capable de produire des fruits, des légumes, des fleurs, des graines ainsi que des plantes aromatiques et médicinales, du choix du terrain à l'entretien en passant par la sélection des espèces et l'association entre cultures.

---



## ***Histoire naturelle du silence***

Sueur, Jérôme

Actes Sud

Des paysages enneigés aux volcans, en passant par les tempêtes marines, les jungles tropicales ou les chants d'amour et de défis des animaux, le biologiste révèle, au gré de ses expériences de terrain, les secrets des sons de la nature, la relativité du silence et ses significations. Il invite à méditer sur la pollution sonore produite par l'homme.

---



## ***Histoires courtes d'atelier d'écriture : 65 propositions***

Bourouba-Siard, Sandrine

Chronique sociale

Compilation de 65 histoires courtes écrites en moins d'une heure au cours d'ateliers d'écriture. L'auteure rappelle la consigne donnée pour chaque texte et invite le lecteur à se prêter à son tour à l'exercice.

---



## ***Ils ont préféré en finir : le suicide des chefs nazis***

Valode, Philippe

Archipel

En 1945, 200 dignitaires nazis suivent les recommandations d'A. Hitler et se suicident. L'auteur détaille les cas des personnages les plus célèbres du IIIe Reich : J. Goebbels, E. Rommel, R. Hess, entre autres. Il répertorie leurs motivations comme échapper aux Alliés ou le refus de la défaite et la fin de l'Etat national-socialiste. Il revient notamment sur les cas de H. Goering et

H. Himmler.



---

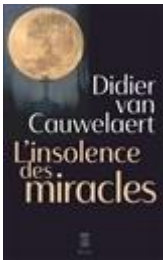
## ***Indémoudables : le répertoire de ce qui fait mode : vêtements intemporels, créations iconiques***

Edwards-Dujardin, Hayley

Chêne

Une histoire de la mode en 138 vêtements et accessoires emblématiques des XXe et XXIe siècles. Des typologies des coupes et des textiles employés, des chronologies, des notices sur les créateurs, des exemples de styles de rue, des couvertures de magazines ainsi que des focus sur les questions d'identité, d'économie et de politique permettent d'appréhender l'évolution du secteur.

---



## ***L'insolence des miracles***

Van Cauwelaert, Didier

Plon

Un voyage impertinent au coeur des miracles de l'Eglise, de la tilma de Guadalupe aux apparitions de la Vierge à Notre-Dame de Zeitoun ou au Caire, en passant par le linceul de Turin. Détaillant ces phénomènes inexplicables, l'auteur s'interroge sur la façon dont l'Eglise les a accueillis, leur certification, les raisons du refus de certains, entre autres.

---



## ***Italie du Sud***

Lonely planet

Un guide pour découvrir le sud de l'Italie, de la Campanie à la Calabre en passant par la Basilicate, les Pouilles et la Sicile. Avec des informations pour planifier son voyage, trouver des idées d'activités ou de lieux de séjour, ainsi que pour préparer un itinéraire sur mesure.

---



## ***Jardiner sans bêcher : cultivez sur sol vivant !***

Nardozi, Charlie

Eyrolles

Des conseils pour se lancer dans le jardinage sans travailler le sol, en optant pour la superposition des couches organiques afin de cultiver sur un sol sain et vivant. L'auteur détaille ses méthodes pour créer des parterres sans bêcher, recycler les déchets végétaux, mettre en place un jardin en trou de serrure pour cultiver et composter au même endroit, entre autres.

---



## ***Je pratique le yoga pendant ma grossesse pour les nuls***

Gaveau, Elise

First Editions

Guide à destination des futures mamans pour se préparer en vue de l'accouchement via la pratique du yoga prénatal : relaxation, respiration, connexion au bébé, etc.

---



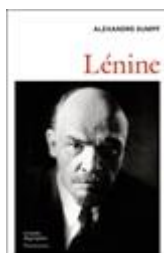
## ***Le labyrinthe des égarés : l'Occident et ses adversaires***

Maalouf, Amin

Grasset

Alors que la guerre entre la Russie et l'Ukraine ravive des angoisses telles que la menace nucléaire, l'auteur relate la façon dont l'Occident s'est confronté à de nombreux pays à travers quatre exemples : le Japon, qui fut le premier pays d'Asie à le défier, puis la Russie soviétique, la Chine et enfin les Etats-Unis qui sont devenus, au fil du temps, la première superpuissance planétaire.

---



## ***Lénine***

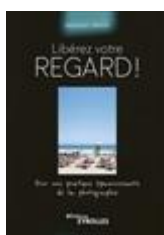
Sumpf, Alexandre

Flammarion

A l'occasion du centenaire de la mort de Lénine, l'auteur relate sa vie et brosse son portrait, celui d'un homme politique habité, de sa jeunesse militante à son arrivée au pouvoir en 1917, en passant par ses années d'exil. Utilisant les approches historiques les plus modernes, il s'intéresse autant aux origines de la violence politique de Lénine qu'à ses relations avec ses

lieutenants.

---



## ***Libérez votre regard ! : pour une pratique épanouissante de la photographie***

Croce, Nicolas

Eyrolles

Des conseils pour réaliser des photographies plus personnelles, spontanées et créatives en s'éloignant de la technique et en se concentrant sur les sujets. Le spécialiste explique notamment comment faire preuve de rapidité pour ses clichés, en toute situation, saisir l'inspiration au vol et surmonter les blocages pouvant retarder le déclenchement. Avec un cahier d'exercices à télécharger.

---



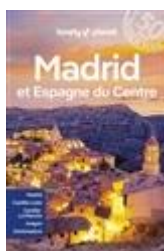
## ***Luminaires***

Vidaling, Raphaële

Tana

Des explications pour créer quarante luminaires à partir d'objets et de matériaux de récupération : abat-jour en mèches de coton, lustre en papier, lampe en écorce, photophores en bulles de cire, bougie éternelle, entre autres.

---



## ***Madrid et Espagne du Centre***

Ham, Anthony

Noble, John

St Louis, Regis

Lonely planet

Toutes les informations pour réussir son voyage dans le centre de l'Espagne. Des circuits touristiques et des données sur la cuisine locale, l'hébergement, ainsi que des conseils pour se déplacer, découvrir les sites ou visiter des musées. Avec un plan de Madrid.



## **Majorque**

Quintero, Josephine

Harper, Damian

Lonely planet

La présentation détaillée de tous les sites majeurs de l'île, avec des suggestions d'itinéraires, des périodes à privilégier et un calendrier des fêtes. Avec des renseignements pratiques pour la restauration, le logement et les activités, notamment de plein air : cyclisme, randonnée, canyoning, entre autres.



## **Mères, pères et autres : nouveaux essais**

Hustvedt, Siri

Actes Sud

Mêlant mémoire familiale, essais philosophico-féministes et critique littéraire, l'écrivaine explore les frontières mouvantes de l'expérience humaine et les questions liées à la figure maternelle à travers des histoires personnelles sur sa mère, sa grand-mère, sa fille ainsi que des récits sur ses mères artistiques telles que Jane Austen, Emily Brontë et Louise Bourgeois.



## **Mes carnets noirs**

Braeckman, Colette

Weyrich édition

Revenant sur sa carrière de grand reporter, l'auteure révèle les coulisses de ses enquêtes en Afrique centrale. Elle aborde la vie d'aventurière, les entrevues avec les chefs d'Etat et leurs sujets ou encore les risques du métier.



## **Mode et sport : d'un podium à l'autre : Musée des arts décoratifs**

Beaux-arts éditions

Une exploration des liens entre le monde de la mode et celui du sport, retraçant l'histoire du vêtement de sport et ses évolutions de l'Antiquité au XXIe siècle. Les couturiers pionniers des collaborations entre les deux disciplines sont notamment évoqués, tels que Coco Chanel, Jeanne Lanvin et Jean Patou.



## **Mon enfant est hyper : haut potentiel & hyper-sensibilité : anxiété, émotion, troubles de l'attention et du sommeil... aidez votre enfant au quotidien ! 6-12 ans**

Assenheim, Cathy

De Boeck supérieur

Associant l'approche neurocorporelle à celle psychocorporelle, des conseils pour accompagner les parents qui ont des enfants hypersensibles ou à haut potentiel. L'auteure explique comment répondre à toutes les situations du quotidien, adapter son comportement pour gérer les moments difficiles et propose des exercices de libération émotionnelle.



---

## ***Mon ennemi, c'est la haine : dialogues avec Véronique Châtel & Jean-Claude Perrier***

Morin, Edgar

Châtel, Véronique



Perrier, Jean-Claude

Ed. de l'Aube

Deux dialogues dans lesquels le sociologue et philosophe évoque la guerre, mais aussi l'amour, la mort, la vieillesse et l'avenir.

---



## ***Mon petit souk d'idées : pour s'amuser toute l'année***

De Martin-El Ouardi, Carine

Courrier du livre

Plus de cent idées de bricolages et d'activités à faire avec les enfants. Classées sous forme d'abécédaire, elles couvrent 26 thématiques allant des arbres à l'espace en passant par le cirque, le jardinage, le recyclage et les grandes fêtes. Chaque activité est expliquée étape par étape avec des instructions claires et des illustrations.

---



## ***Munich, Bavière et Forêt-Noire***

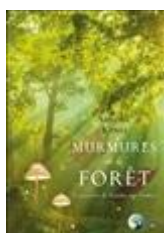
Christiani, Kerry

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.

---



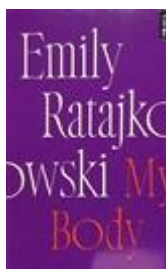
## ***Murmures de la forêt : traditions & magies des arbres***

Kynes, Sandra

Editions Danaé

Un guide proposant des explications afin d'accéder à la sagesse grâce à la tradition celte, avec l'aide des oghams et du calendrier celtique des arbres. L'auteure présente également des techniques de méditation ainsi que des sorts et des rituels. Elle apporte des informations sur une cinquantaine d'arbres avec leurs attributs, leurs pouvoirs et les traditions qui s'y rattachent.

---



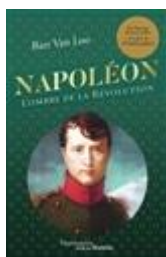
## **My body**

Ratajkowski, Emily

Points

Mannequin et actrice acclamée, Emily Ratajkowski décrit dans cet ensemble de textes la marchandisation de son corps et de celui des femmes en général. Une exploration personnelle du féminisme, de la sexualité et du pouvoir.

---



## **Napoléon : l'ombre de la Révolution**

Van Loo, Bart

Flammarion

S'appuyant sur des archives et des mémoires de premier plan, cette biographie de Napoléon perce le mystère de l'homme derrière l'image du héros mythique, décrivant ses erreurs, ses crimes et ses succès, mais aussi ses doutes, ses amours et ses dépressions.

---



## **Napso-thérapie : nutrition, activité physique, sommeil : une approche révolutionnaire de la santé**

Plumey, Laurence

Eyrolles

Forte de ses vingt ans de pratique hospitalière, la docteure a conçu la napso-thérapie, une approche thérapeutique basée sur la nutrition, l'activité physique et le sommeil qui, pris ensemble, décuplent les bienfaits sur la santé par leur action synergique et complémentaire. Elle propose ici une version grand public, avec des questionnaires, des conseils et un programme complet sur un mois.

---



## **Néerlandais**

Mertens, Annelies

Lonely planet

Des mots et des phrases-clés pour le voyageur afin d'engager une conversation en néerlandais. Avec une grammaire pour pouvoir créer ses propres phrases, les expressions pour décoder les panneaux et les documents officiels, des croquis, des focus sur la culture du pays, un dictionnaire bilingue et un lexique culinaire. Une présentation avec des pictogrammes permet de se repérer facilement.

---



## **Noël nature : 100 idées créatives**

Barnholt, Hege

Editions de Saxe

Cent idées créatives de style scandinave pour faire entrer la magie de Noël chez soi : calendrier de l'Avent, couronne végétale, étoile en papier tissé, rose de Noël, furoshiki, etc.

---





## ***Norvège : petit atlas hédoniste***

Portolano, Brice

Chêne

Des informations sur la faune, la flore, l'architecture, les paysages, les légendes et l'histoire de la Norvège. Avec un plan du pays, des itinéraires de balades et des suggestions de visites.

---



## ***L'odyssée du sacré : la grande histoire des croyances et des spiritualités des origines à nos jours***

Lenoir, Frédéric

Albin Michel

Partant du constat que l'être humain est un animal spirituel et religieux, l'auteur montre comment, au cours de sa longue histoire, Sapiens a développé cette caractéristique unique et a progressivement organisé la vie de ses cités autour des mythes et des religions. Il tente ensuite de comprendre les causes de ce besoin de transcendance chez l'homme.

---



## ***On ne reporte pas le printemps : David Hockney en Normandie***

Gayford, Martin

Hockney, David

Seuil

Une célébration de la capacité de l'art à distraire et à inspirer, fondée sur des conversations et correspondances inédites entre l'artiste et le critique d'art. L'ouvrage est illustré d'une sélection de dessins et de peintures inédits, en lien avec les oeuvres de Van Gogh, de Monet ou encore de Bruegel.

---



## ***Les origines du conflit israélo-arabe (1870-1950)***

Bensoussan, Georges

Que sais-je ?

L'étude de la genèse du conflit israélo-arabe, bien avant 1914, dans la communauté juive séfarade et parmi les sionistes d'Europe orientale, montre que les discours du XXe siècle, dominés par la propagande, sont éloignés d'une connaissance enracinée dans la longue mémoire des peuples. Elle met en lumière l'importance de l'histoire culturelle et de l'anthropologie dans la compréhension du conflit.

---



## ***Le parfum des forêts : l'homme et l'arbre, un lien millénaire***

Roques, Dominique

Grasset

Etude du rapport entre l'homme et l'arbre sur plusieurs millénaires, des mythes au XXIe siècle. L'auteur met en lumière la relation paradoxale mise en place par les humains, qui coupent les arbres, deviennent sédentaires et déforêtent encore plus, jusqu'à être eux-mêmes en danger. Au travers de récits de toutes époques et du monde entier, il invite à la protection et à la restauration des forêts.

LAURE  
MURAT  
PROUST,  
ROMAN FAMILIAL

## ***Proust, roman familial***

Murat, Laure

R. Laffont

PRIX MÉDICIS  
ESSAI 2023

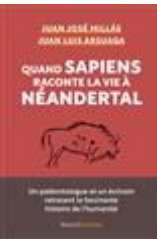
En prenant exemple sur sa vie personnelle marquée par son appartenance à l'aristocratie de l'Ancien régime, l'autrice met en lumière l'acuité des analyses sociétales de Proust, telles qu'il les développe dans A la recherche du temps perdu. Prix Médicis essai 2023.



## ***La puissance des liens***

L'Iconoclaste

Etude des différents liens (par les mots, la voix, les odeurs, les sentiments, l'entraide ou le soin) qui unissent les humains entre eux, par de grands sages, psychiatres et chercheurs.



## ***Quand sapiens raconte la vie à Néandertal : un paléontologue et un écrivain retracent la fascinante histoire de l'humanité***

Millás, Juan José

Arsuaga, Juan Luis

Humensciences

Un dialogue sur la préhistoire dans lequel le paléoanthropologue J.L. Arsuaga, incarnant un homo sapiens, et le romancier J.J. Millás, empruntant la voix d'un néandertalien, retracent les origines de la vie, la reproduction sexuée, l'invention du feu, l'évolution de l'alimentation humaine, la bipédie ou encore la domestication des espèces.



## ***La rencontre, une philosophie***

Pépin, Charles

Pocket

De Platon à Buber, en passant par Bachelard et Hegel, une réflexion philosophique sur la rencontre, explorant ses implications éthiques et existentielles, qu'elle soit amoureuse, amicale ou professionnelle. Des artistes, des romanciers et des cinéastes sont également évoqués tels que Picasso, Eluard, Bowie, du Châtelet ou encore Eastwood.



## ***Respire***

Macé, Marielle

Verdier

L'auteure livre une réflexion sur la respiration. Partant de son expérience personnelle, elle pense que la pandémie de Covid-19 a changé le rapport au souffle et, à travers des expériences, des récits ou encore des poèmes, elle exprime les asphyxies de la société ainsi que cette nouvelle condition respiratoire, expliquant que respirer est un acte politique.



## ***Rien n'est joué : la science contre les théories de l'effondrement***

Lecomte, Jacques

Les Arènes

Selon l'auteur, les discours des collapsologues (îles englouties par la montée des eaux, guerres climatiques, etc.) ne reposent sur aucune base scientifique. Passant au crible les écrits des principaux adeptes du catastrophisme pour tester leur validité scientifique, il montre que ces discours sont de dangereux obstacles dans la lutte contre le changement climatique, qu'il ne remet pas en cause.



## ***S'épanouir : de la psychologie positive au bonheur***

Jouvence

Un tour d'horizon de la psychologie positive, depuis ses origines jusqu'aux aspects spirituels de la recherche du bonheur. Ce guide décrit les mécanismes du bonheur, les relations parents-enfants, le lien entre bien-être et environnement naturel et l'entraînement de l'esprit.



## ***Se relier au vivant***

Lemaître-Renault, Géraldine

Actes Sud

A partir de son propre parcours, de témoignages variés et de nombreux exemples concrets, l'auteure propose une démarche d'exploration des infinies possibilités de se relier au vivant et d'en ressentir les bienfaits.

Catherine Nay

## ***Secrets de vies***

Nay, Catherine

Bouquins

Une trentaine de portraits d'acteurs-clés de l'histoire passée ou immédiate, publiés dans Le Journal du dimanche, restituant le caractère et les particularités de ces personnalités dont la journaliste politique a recueilli les confidences : Philippe de Gaulle, Jean-Marie Le Pen, Roland Dumas, Hélène Carrère d'Encausse, Edouard Balladur, Gérard Larcher, Edouard Philippe, etc.



## ***Sectes, mensonges et pièges à clic : la mécanique de l'emprise mentale à l'ère du numérique***

Margotton, Gilles

Balland Editions

Fort de son expérience sur le terrain en tant que commandant de police, l'auteur s'intéresse aux nouvelles stratégies sectaires mises en place sur Internet et les réseaux sociaux. Il revient sur les méthodes de ces gourous et les solutions mises en place par les associations de défense des victimes et des pouvoirs publics pour lutter contre ce phénomène.



## ***Souvenirs d'un distrait***

Richard, Pierre (acteur)

Cherche Midi

Retraçant sa carrière, l'acteur raconte comment la distraction et la maladresse l'ont conduit à faire des rencontres improbables et à le sortir de quiproquos opportuns.

---



## ***Sur la route du cinéma : le guide du cinéma en vrai***

Evin, Guillaume

Chêne

Une plongée dans l'univers de près de 500 films internationaux et leurs lieux de tournage dans le monde entier. Chaque oeuvre cinématographique est présentée en détail, avec des photos, des cartes et des anecdotes qui en accompagnent la lecture.

---



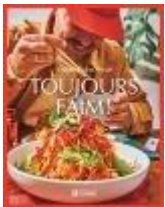
## ***Le temps qui reste***

Boucheron, Patrick

Seuil

L'historien français, également éditeur, producteur de radio et de séries documentaires et homme de théâtre, livre un texte de mobilisation politique incisif dans lequel il discute les idées de décadence et d'effondrement tout en expliquant comment faire face aux dangers contemporains.

---



## ***Toujours faim !***

***Laurent Dagenais***

Dagenais, Laurent

Éditions De L'Homme

Après avoir fait saliver toute la Toile avec ses recettes décadentes, le créateur de contenu Laurent Dagenais nous offre Toujours faim!, un accès direct et décomplexé à tous ses secrets culinaires. À travers 70 recettes vibrantes de saveurs, dont certaines ont contribué à sa popularité fulgurante sur les réseaux sociaux, cet amoureux de la bonne chère nous propose une cuisine généreuse qui épatera les foodies : lapin à la moutarde, pieuvre grillée à la méditerranéenne, tartare de bœuf aux bourgots, sandwich Montecristo, truite arc-en-ciel en croûte de sel... Magnifiquement illustré, l'ouvrage empreint d'humour est un ajout essentiel à toute collection de livres de cuisine.

---



## ***Tout accomplir : de Pomodoro au deep work, les 41 meilleurs modèles de productivité pour aller au bout de ses projets : un guide pour se lancer, persévérer et aller jusqu'au bout***

Krogerus, Mikael

Tschäppeler, Roman

Alisio

41 techniques de productivité pour mener à bien l'ensemble de ses projets. Elles permettent notamment d'apprendre à réaliser un travail en profondeur, à compartimenter les tâches, à identifier ses priorités, à avoir confiance en soi, à connaître son cercle de compétences ou encore à travailler avec des personnes difficiles.

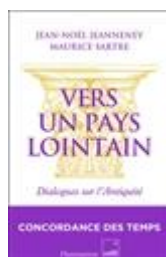


## ***Les transidentités expliquées à mes parents (et à tous les autres)***

Defraigne, Victoria

Mardaga

Explication de la transidentité et conseils pour accompagner et soutenir les personnes en transition ou souhaitant en entamer une. A partir de son expérience et de celles de personnes concernées, l'auteure, femme transgenre et créatrice du compte @victoriapiya, répond aux principales questions que se posent les personnes ayant une méconnaissance du sujet.



## ***Vers un pays lointain : dialogues sur l'Antiquité***

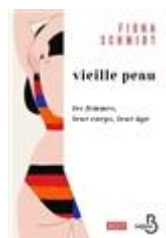
Jeanneney, Jean-Noël

Sartre, Maurice

Flammarion

France-Culture

Un dialogue historique, politique et culturel sur l'Antiquité, explorant plusieurs de ses aspects : l'identité et le fonctionnement de différents acteurs de la société (esclaves, mercenaires, mécènes, paysans ou pirates), la notion de racisme, les épidémies, les ressemblances entre l'Empire romain et l'Empire américain, la comparaison politique entre l'Antiquité et le XXI<sup>e</sup> siècle, entre autres.



## ***Vieille peau : les femmes, leur corps, leur âge***

Schmidt, Fiona

Belfond

Une réflexion sur les relations des femmes avec leur corps, leur sexualité et le vieillissement. Alors qu'elle rédige cet ouvrage, l'auteure est confrontée à la maladie de son père et à sa décrépitude. Elle mêle ainsi ses propres peurs et expériences pour analyser le ressenti des femmes vis-à-vis de leur corps face au temps qui passe.



## ***Vivre avec son passé : une philosophie pour aller de l'avant***

Pépin, Charles

Allary éditions

Une réflexion philosophique consacrée au poids du passé sur le présent et aux façons de s'en détacher. S'appuyant notamment sur les récentes découvertes en neurosciences, l'auteur montre que le bonheur dépend de la capacité à accepter les souvenirs traumatiques tout en les réécrivant.



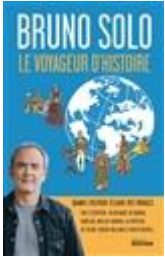
***Voir le monde en train : quatre-vingts aventures ferroviaires inoubliables, de l'express du bout du monde au tortillard d'altitude, du luxueux palace sur rail au train au long cours***

Bonaventure, Jean-Baptiste

Chêne

Une découverte des lignes de train les plus emblématiques de la planète : l'Orient-Express, le Taurus-Express, le California Zephyr, entre autres. Une carte détaillée, des informations pratiques, des anecdotes et des photos viennent compléter chaque ligne de train.

---



***Le voyageur d'histoire***

Solo, Bruno

Rocher

A travers le temps et l'espace, l'auteur part à la rencontre de personnages parfois méconnus qui ont marqué l'histoire : Cléopâtre, Hildegarde Bingen, Artemisia Gentileschi, Eugene Bullard, entre autres. Sous la forme de dialogues, B. Solo questionne, met en cause certaines légendes attachées à ces personnes et établit des parallèles avec la situation au XXIe siècle.

---