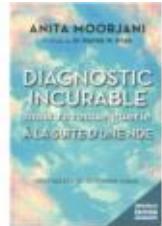


Nouveautés Novembre 2022 - Documentaires adulte



Diagnostic incurable mais revenue guérie à la suite d'une NDE, écrit par Moorjani Anita

Cote : 128.5 MOO

Mon voyage de guérison des frontières de la mort aux portes de la vie Le 2 février 2006, après avoir lutté contre un cancer pendant plus de quatre ans, Anita Moorjani sombre dans un profond coma. Selon les médecins, il ne lui reste que quelques heures à vivre ! Dans cet état proche de la mort, Anita va suivre la lumière et vivre une NDE (expérience de mort imminente) dont elle reviendra totalement guérie - ; son cancer ayant disparu - ; et transfigurée - ; sa perception de la vie ayant changé. En nous ouvrant les portes de l'au-delà, Anita délivre un message d'espoir à la portée universelle, simple mais puissant, qui touche l'âme et transforme notre appréciation de l'existence. Elle nous invite à réfléchir sur le sens à donner aux épreuves, à la maladie, et à notre raison d'être sur Terre. Si le témoignage d'Anita Moorjani a bouleversé des milliers de personnes à travers le monde, c'est qu'il raconte une histoire vraie de guérison miraculeuse, mais aussi d'amour inconditionnel, qui vous montrera pourquoi vous êtes ici et qui vous êtes vraiment... Dans cette édition actualisée - ; avec un nouvel épilogue - ; de ce best-seller international qui s'est vendu à plus d'un million d'exemplaires et a été traduit en quarante-cinq langues, Anita Moorjani révèle de quelle manière sa vie a changé depuis la première publication du livre. Elle explique notamment comment la découverte de son empathie a changé sa conception de la NDE.



Les droits des animaux en questions, écrit par Hofbauer Dominic

Cote : 179.3 HOF

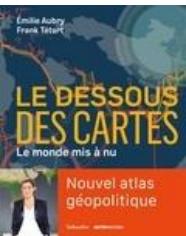
Les animaux ont-ils des droits ? Sont-ils juridiquement des personnes ou des choses ? Notre responsabilité vis-à-vis d'autrui s'arrête-t-elle aux frontières de notre propre espèce ? Jusqu'où tenir compte de tout individu capable de souffrir ? Un peu déroutantes, ces questions relèvent de l'éthique animale, qui se définit comme l'étude de notre responsabilité à l'égard des (autres !) animaux. Intelligence, émotions ou conscience animales, lois protectrices, enjeux philosophiques et perspectives d'avenir, ce petit livre tendrement ou férolement illustré par Rosa B. en offre un tour d'horizon en 26 entrées essentielles. Un guide pratique à la croisée de la philosophie, du droit et des sciences, qui permet à chacun de maîtriser à son rythme les termes du débat, et de s'interroger sur la possibilité d'un monde où notre considération s'étendrait au-delà de la frontière d'espèce pour embrasser tous les êtres doués de sensations. En partenariat avec L214.



Les femmes du lien, écrit par Jarousseau Vincent

Cote : 306.36 JAR

La vraie vie des travailleuses essentielles. Valérie est technicienne d'intervention sociale et familiale ; Marie-Basile, aide à domicile ; Angélique, assistante maternelle ; Marie-Claude, aide-soignante ; Rachel, accompagnante éducative et sociale ; Julie, éducatrice spécialisée ; Séverine, auxiliaire de vie sociale ; Marie-Eve, assistante familiale. Huit femmes parmi les trois millions de travailleuses "essentielles" que la crise sanitaire a mises en lumière. Pendant deux ans, Vincent Jarousseau a cheminé à leurs côtés. Il restitue ici leurs propos. Pour rendre compte de leurs conditions de travail et de vie, faire ressentir la complexité et la diversité des expériences, et adopter le point de vue de celles qui créent du lien dans nos sociétés.



Le dessous des cartes, écrit par Aubry Emilie

Cote : 327.1 AUB

L'incontournable atlas de géopolitique revient enfin ! Pour découvrir et comprendre le monde d'après en 28 destinations. "Sommes-nous passés avec le Covid du monde d'avant au monde d'après ? Hommes, activités économiques, transports : la planète s'est mise à l'arrêt, pour le plus grand bonheur du climat. Mais après cette vitrification du monde, le voici comme mis à nu, comme si chaque Etat avait vu ses forces et ses faiblesses exacerbées par la pandémie, comme si les tendances en germe ? déclin de l'Occident, révolution numérique, tensions entre Etats démocratiques et Etats autoritaires ? se montraient soudain à découvert. " Emilie Aubry Dans un format entièrement renouvelé, mêlant cartes, infographies et photographies, regards universitaires et journalistiques, le Dessous des cartes décrypte les grandes évolutions de notre époque. Il nous emmène, continent par continent, dans 28 destinations qui racontent les bouleversements géopolitiques en cours. Plus de 120 cartes et graphiques inédits. Un atlas de référence.



C'est ma grossesse, écrit par Roy Anna

Cote : 612.63 ROY

Le test est positif, je fais quoi ? Je saigne, c'est grave ? Sexuellement, peut-on tout faire ? Puis-je refuser une épisiotomie ? L'allaitement maternel est-il meilleur que le lait artificiel pour mon bébé ? Vous êtes enceinte et vous désirez tout savoir, sans filtre. Vous voulez des infos utiles, des sources fiables, une sage-femme à vos côtés : ce livre est là pour vous. Mois après mois, vous y lirez les conseils d'Anna Roy. Elle apaisera vos doutes, vous livrera ses astuces. Un guide accessible et sans tabous pour toutes les femmes enceintes !



Le grand guide Major Mouvement pour soigner vos douleurs, écrit par Major Mouvement

Cote : 613.71 MAJ

Tendinite, lumbago, sciatique, hernie, déchirure musculaire, entorse, périostite... nous sommes tous concernés par des douleurs et des blessures, qui, dans 95% des cas, peuvent être soulagées rapidement. Major Mouvement, le kiné préféré des Français, répertorie les 55 maux les plus fréquents des pieds à la tête et vous propose le traitement idéal à faire chez soi pour vous soulager et vous reconstruire. Il vous suffit de répondre aux questions de l'arbre décisionnel pour identifier votre douleur précise, et de suivre les exercices proposés ! Avec pour chaque pathologie : - L'analyse et l'explication pour tout comprendre en un clin d'oeil - Le traitement adapté : les exercices indispensables pour détendre et reconstruire La nouvelle bible de référence pour soulager au quotidien vos douleurs et vos blessures ! Près de 200 exercices tout en photos Des illustrations pour tout comprendre Et des QR codes pour aller plus loin en vidéo



Jouissance Club, écrit par Plä Jüne

Cote : 613.96 PLA

"Dans ce livre, tu trouveras un petit peu tout ce qu'il y a à savoir sur le sexe sans passer par la case "pénétration". Comme tu sais très bien t'y prendre, je n'ai pas besoin de te faire un dessin pour cela. J'ai fait plein d'autres dessins encore plus intéressants. J'ai travaillé dur pour que tu puisses explorer ta sexualité et celle de ton. ta. tes partenaire. s de moult façons. Même si tu te considères déjà comme un. e expert. e, j'espère te faire découvrir de nouvelles méthodes pour donner du plaisir aux personnes qui veulent bien coucher avec toi. J'ai copulé jour et nuit pour trouver les meilleures techniques de doigtage, parfaire ton suçage, et tutti quanti... L'idée étant d'y aller à ton rythme et de varier les plaisirs seul. e, à deux ou à plusieurs - peu importe le genre qui te définit, ton orientation sexuelle ou ta couleur de peau. Que tu sois puceau / pucelle, satyriasis / nymphomane, ou entre les deux. Bref ! Tu l'auras compris, ce livre est fait pour TOUT LE MONDE ! Sauf ceux qui n'aiment pas le cul... "



La bibliothérapie, écrit par Guillou Claire

Cote : 615.851 GUI

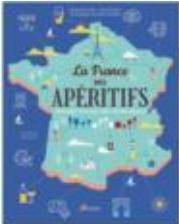
Et si les livres avaient le pouvoir de guérir nos blessures ? Et si l'écriture nous permettait d'apprivoiser nos peurs, de trouver des réponses aux questions qui nous hantent ? Face au stress, à l'isolement, aux chagrins d'amour ou même à la détresse physique, les livres et l'écriture nous soignent et nous apaisent. Dans cet ouvrage, l'autrice révèle comment lire produit des effets bienfaisants sur notre santé. Elle explique comment écrire ranime la force vitale et dénoue les noeuds de l'âme. A travers des techniques simples, elle montre que se sentir bien dans sa tête et son corps grâce au pouvoir des mots, c'est possible. Loin d'être réservés à quelques privilégiés, les livres sont au contraire un outil d'ouverture au monde et de construction de soi. Ils ont le pouvoir de relancer le désir en nous et de nous arracher à nos tourments. Une véritable thérapie en somme !



Arrêtez d'assassiner vos plantes d'intérieur, écrit par Peerless Veronica

Cote : 635.9 PEE

Un guide pour apprendre à soigner et à conserver les plantes d'intérieur. Electre 2018



La France des apéritifs, écrit par Travier Nathanaël

Cote : 641.2 TRA

Un tour de France, région par région, pensé comme un guide de voyage gastronomique, culturel et historique à travers la tradition apéritive française. Un livre destiné à tous, où chacun pourra retrouver les apéritifs de sa région, des grands noms oubliés aux consonances pourtant familières, ainsi que des nouveautés originales (histoire, procédé de fabrication, spécificités, goût, accords culinaires). Plus de 200 photographies, la présentation des liqueurs et apéritifs locaux, ainsi que 40 recettes de spécialités culinaires à déguster à l'apéro.



Retour de voyages, les recettes, écrit par Garrier Shirley

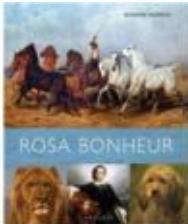
Cote : 641.5 GAR



Bols ramens, écrit par Knudsen Lene

Cote : 641.595 KNU

Des bons bols de nouilles inspirés des mangas ! 50 recettes de bols à partir de nouilles soba et ramen, facilement réalisables, rapides grâce aux nouilles instantanées, gourmandes et inspirées de l'univers manga : ramens au boeuf poêlé et dashi, ramens au miso et champignons, ramens et gyoza de porc, nouilles sautées à l'aubergine et poulet, nouilles au chou vert, nouilles au saumon et ciboulen... Découvrez également comment choisir ses nouilles, faire sa pâte à gyoza et la plier, ou encore le placard idéal.



Rosa Bonheur, écrit par Andrews Sandrine

Cote : 709.034 AND

Dans les allées du musée d'Orsay, qui ne s'est jamais déjà arrêté devant un des immenses tableaux de chevaux au réalisme troublant ? Pourtant, qui connaît réellement Rosa Bonheur ? Cette artiste au joli nom évocateur place le monde vivant et animal au cœur de son travail et de son existence. A travers eux, elle s'engage pour la reconnaissance des animaux et de leur singularité. Son oeuvre restitue avec vivacité leur anatomie mais aussi leur psychologie. Cette artiste hors norme et profondément novatrice est encore aujourd'hui inclassable et inspirante ! Cet album, qui accompagne le bicentenaire de la naissance de l'artiste, dévoile la puissance et la richesse d'une oeuvre trop peu connue et pourtant célébrée à son époque.



Dessin - Trouver son style, écrit par Dzialowski Jean-Jacques

Cote : 747 DZI

Le dessin est une forme d'expression très personnelle, au même titre que l'écriture. Progressivement, l'écriture s'a?rme, mais souvent de façon inconsciente. Or, chaque trait est porteur de sens. L'expressivité d'un dessin, sa douceur, sa clarté, son dynamisme ou sa puissance sont tributaires de la gestuelle de l'artiste, de ses choix graphiques et de l'outil qu'il utilise. Prendre conscience de ces paramètres et apprendre à les maîtriser, c'est décupler l'efficacité du dessin. Que vous soyez à la recherche d'une écriture singulière ou que vous souhaitiez vous approprier les codes d'un genre spécifique, cet ouvrage riche de plus de 500 exemples et modèles décomposés en étapes vous donne les clefs pour développer le style qui vous correspond exactement, avec les outils adéquats.



Le patchwork, écrit par Parriaud Cosabeth

Cote : 746.46 PAR

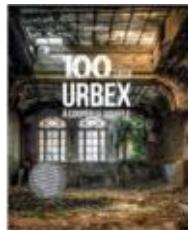
Des chutes de tissu, du fil et une aiguille, il ne faut guère plus pour s'adonner au plaisir du patchwork ! Dans un esprit très upcycling, récupérez tous vos vêtements usagés pour leur donner une seconde vie, colorée et chatoyante. Sac, plaids, coussins, tour de lit de bébé, veste, tablier, maniques, étui d'ordinateur, tablier en jean, le patchwork se décline en de multiples réalisations uniques, pour petits et grands. A vos aiguilles ! Lancez-vous et laissez s'exprimer votre créativité !



Optimiser l'espace, écrit par Giagnoni Sophie

Cote : 747 GIA

100 recettes : Soupes repas, Soupes bien-être, Soupes réconfort, Soupes sucrées salées, Soupes froides, Soupes du monde, Soupes enfants Plat complet, nourrissant, onctueux, réconfortant, la soupe séduit petits et grands ! Rapide à réaliser grâce à un blender, elle se réchauffe, se congèle, s'emporte au bureau. C'est l'allié idéale d'une saison hivernale gourmande. Velouté, crème, bouillon, gazpacho, elle se décline à l'infini. En Soupes repas - citronnée au poulet, soupe verte riz oeuf mollet... ; Soupes bien-être - chou kale coco, Courgettes chèvre tofu... ; Soupes réconfort - patate douce cacahuète, velouté champignons châtaigne noix... ; Soupes froides - gazpacho pastèque melon feta, carotte gingembre... ; Soupes du monde - italienne tomate pain, mexicaine au maïs... . ; ou encore Soupes qui plairont aux enfants - petits pois kiri, soupe pop corn... 100 recettes pour faire plaisir à tout le monde !



100 lieux URBEX à couper le souffle, écrit par Rousseau Eloi

Cote : 779 ROU

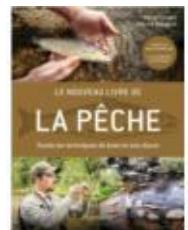
ETONNER, FASCINER, SURPRENDRE... Tels sont les mots clés de ce livre qui vous invite à la découverte des lieux Urbex les plus incroyables du monde ! Anciens orphelinats, églises en ruine, usines désaffectées, parcs d'attractions abandonnés, hôpitaux, hôtels, théâtres ou gares aujourd'hui vides, sur tous les continents, des sites laissés à la nature, repris par les street artistes, redécouverts par les explorateurs urbains... Embarquez pour un tour du monde absolument étourdissant, qui vous dévoilera l'histoire mouvementée de ces lieux à la beauté singulière, où le temps semble s'être arrêté. A travers 100 de ces endroits fascinants, ce livre propose 100 aventures hors du commun, et autant de témoignages d'une histoire bouleversée et bouleversante, autant de vestiges, de villes, de monuments aussi mystérieux qu'insolites.



Les dossiers du Coroner, écrit par Soares Fabio

Cote : 791.457 2
ZON

Faire mourir un personnage de fiction n'est jamais anodin pour un réalisateur. Montage, musique, mise en scène... tout est millimétré au service de l'émotion, voire de la portée symbolique. Décrypter les morts les plus emblématiques du 7e art, c'est le travail du Coroner, un médecin légiste cinéphile. Personnage principal d'une série YouTube qui allie médecine légale et analyse cinématographique, le Coroner nous livre ici une analyse complète des morts cultes du cinéma et de la pop culture. Retrouvez les 18 épisodes de la série revisités sous forme de dossiers d'autopsie, ainsi que la genèse du projet des anecdotes, des photos du making of... et, en bonus, une mort emblématique complètement inédite !



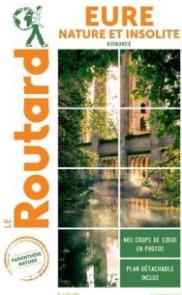
Le nouveau livre de la pêche, écrit par Chopin Hervé

Cote : 799.1 CHO

Ce guide pratique de la pêche en eau douce, entièrement illustré de photographies et de dessins en couleurs, présente : 9 techniques, des plus courantes (pêche auurre ou à la cuiller) au plus sophistiquées (pêche à l'anglaise ou au toc) ; les plus beaux poissons d'eau douce (leurs caractéristiques, leur comportement, où les pêcher et à quel moment de l'année) ; le matériel et tous les éléments de réussite d'une partie de pêche (noeuds, plombées, amorces, esches...).

Eure nature et insolite, le guide du Routard

Cote : 914.424 ROU



Nouveauté du Routard, le guide de voyage n°1 en France ! Entre Rouen et Paris, l'Eure cultive depuis des siècles une situation stratégique. Découvrez une grande variété de paysages sur cette terre d'eau et de forêts, de plateaux et de vallées, de calcaire et d'argile, qui a façonné un territoire aussi riche que mystérieux, rempli de trésors reconnus et de coins plus secrets. Refuge champêtre, découverte touristique, l'Eure est un département qui vit et se vit. Tous les ingrédients sont réunis pour faire de votre séjour une expérience inoubliable ! - Toutes les infos utiles pour découvrir le territoire ; - Tous les bons plans pour profiter au maximum de votre séjour ; - Tous nos coups de coeur : des incontournables aux visites hors des sentiers battus ; - Des adresses soigneusement sélectionnées sur le terrain ; - Des anecdotes surprenantes. Merci à tous les Routards qui sont solidaires de nos convictions depuis bientôt 50 ans : liberté et indépendance d'esprit ; découverte et partage ; sincérité, tolérance et respect des autres.



Week-ends en van, Michelin

Cote : 914.44 MIC

Michelin propose, vous disposez ! Dans cette édition mise à jour du guide Week-ends en van Volume 1, retrouvez de nombreuses idées pour construire votre week-end en van à la carte, dans 52 destinations en France : activités, sites à visiter, spots pour faire un break, bonnes adresses pour se restaurer et faire la fête. Sans oublier nos bons plans pour trouver le meilleur endroit où passer la nuit (aires, stationnement en pleine nature, campings...), et nos conseils pour profiter au maximum de la vanlife, en partenariat avec les Coflocs. En complément et pour encore plus de découvertes, pensez à nos guides Week-ends en van Volume 2 et la nouveauté Cuisiner en van !



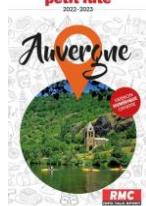
Ardèche, écrit par Géo guide coup de cœur

Cote : 914.458 ARD

- Les sites et visites incontournables- Des itinéraires et des suggestions pour préparer votre séjour selon le temps dont vous disposez et... vos envies ! - Toutes nos adresses coups de cœur- Les bons plans et conseils des habitants- Les infos utiles pour réussir votre voyage- 160 photos, des cartes, des plans et des infographies.

Auvergne, écrit par Petit futé

Cote : 914.459 PET



A mi-chemin entre le guide et le magazine, la nouvelle formule Petit Futé innove en proposant un contenu unique à travers 4 axes principaux : Inspirer, Découvrir, Vivre et Organiser son voyage. Terre d'histoire qui a toujours su garder son identité et sa culture, l'Auvergne méritait un guide précis, où seraient étudiés la région dans son ensemble, mais aussi les départements et les différents pays qui la composent.



Pays Pyrénées-Méditerranée, écrit par Routard

Cote : 914.489 ROU

Partez à la découverte du Pays Pyrénées-Méditerranée : entre le littoral et l'arrière-pays catalan, de la côte vermeille (Argelès, Collioure) au Vallespir, en passant par les petits villages pyrénéens. Toutes les infos utiles pour découvrir le territoire ; Tous les bons plans pour profiter au maximum de votre séjour ; Tous nos coups de cœur : des incontournables aux visites hors des sentiers battus ; Des adresses soigneusement sélectionnées sur le terrain ; Des anecdotes surprenantes ; Des cartes avec les adresses positionnées.



Corse, écrit par Wszeborowska Elzbieta

Cote : 914.499 WSZ

Quelles sont les richesses naturelles corses protégées par l'UNESCO ? Quels sentiers de randonnée emprunter ? Faut-il avoir peur de l'occultisme corse ? Pourquoi l'héritage génois et le Petit Train sont si importants pour de la Corse ? Cette "Île de Beauté" enchante par la diversité de ses paysages et son immense patrimoine culturel. Découvrez les villes mondaines comme Calvi ou Bastia, et celles plus traditionnelles, comme Corte ou Sartène. Depuis les vignobles du Cap Corse, jusqu'aux menhirs de Filitosa, en passant par le cœur montagneux, le pays des châtaignes et les plages paradisiaques, visitez une région qui n'en finira pas de vous surprendre. Partez en Corse avec ce guide de poche, indispensable lors de vos voyages. A la fois riches et concises, ces publications contiennent des descriptions aussi bien des lieux à ne pas manquer que de ceux moins connus, mais pas moins intéressants. Tous les sites sont présentés sous forme d'itinéraires prêts à être parcourus. Les différentes curiosités complètent l'ouvrage. Les cartes, précises et détaillées, aideront à vous retrouver dans chaque ville et région.



Hauts-de-France, écrit par Petit futé

Cote : 914.442 7
AUZ

A mi-chemin entre le guide et le magazine, la nouvelle formule Petit Futé innove en proposant un contenu unique à travers 4 axes principaux : Inspirer, Découvrir, Vivre et Organiser son voyage. Compte tenu de la richesse et de l'histoire commune des deux grandes régions du nord de la France, il est apparu comme une évidence de rassembler le Nord-Pas-de-Calais et la Picardie au sein d'un même ouvrage. Partez à la découverte des pays nordistes et picards, comme la Thiérache, les Flandres, le pays de Bray ou encore la Côte d'Opale !.

Laisnée pour morte, écrit par Bauer Isabelle



Des gifles, des humiliations, l'enfermement psychologique... Pendant 28 ans, Isabelle vit avec un homme qu'elle a aimé, mais qui est devenu un monstre. Un jour enfin, elle parvient à le quitter. Mais ce départ, loin d'être une libération, est le début d'une longue descente aux enfers. Son mari la suit, la traque et l'agresse. Isabelle dépose des plaintes, s'enfuit, obtient des mesures d'éloignement. Mais il ne renonce pas. Et en février 2021, la violence de cet homme atteint son paroxysme. Il la poursuit jusqu'à devant son appartement et lui tire dessus avec un revolver à deux reprises. Isabelle s'effondre et est laissée pour morte. Aujourd'hui, Isabelle se reconstruit peu à peu, aussi bien physiquement que psychologiquement. Après 28 ans d'une relation toxique qui a failli lui coûter la vie, elle témoigne pour inciter toutes les victimes à parler enfin et à prendre leur vie en mains.

La famille, écrit par



Si vous avez été victime de violences conjugales, n'oubliez pas que vous n'êtes pas seule. Il existe de nombreux soutiens et organismes qui peuvent vous aider à traverser cette épreuve. N'hésitez pas à faire appel à eux pour trouver la force de résister et de sortir de l'enfer où vous étiez enfermée.