

Nouveautés Printemps 2023 - Documentaires adultes

Cote : 128.5 MOO

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



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 mythes, miroirs de nos sociétés, écrit par Abad Estieu Laetitia

Cote : 292 ABA



Le matriarcat des Amazones, la boîte de Pandore, l'héroïsme de Thésée ou les amours lesbiennes d'Artémis... La mythologie gréco-romaine est une source inépuisable de récits exceptionnels qui renferment des éléments de lecture pour repenser notre propre société. En effet, la manière dont ces mythes ont été créés, racontés et transmis à travers les âges, véhicule des stéréotypes qui s'ancrent - entre autres - dans les cultures du viol, de l'inceste, de la virilité encensée ou du sexisme décomplexé, qui caractérisent encore notre époque contemporaine. Activiste féministe sur les réseaux sociaux à travers son compte @cestquoicetteinsulte, et autrice, Laetitia Abad Estieu s'attaque à treize mythes pour en donner sa propre réécriture, résolument inclusive, resituer les messages qu'ils transmettent dans le contexte de leur époque, et en tirer de nouveaux enseignements.

Ces guerres qui nous attendent 2030 - 3060, écrit par Team Red

Cote : 303.6 RED



La Red Team n'est pas la nouvelle série de Netflix. Et pourtant sous ce nom de code un commando a mené une opération pionnière particulièrement haletante. Pour la première fois, le ministère français des Armées et l'Université Paris Sciences et Lettres ont lancé un projet de prospection novateur. Analystes et chercheurs ont partagé librement leurs réflexions avec des auteurs de romans noirs, de science-fiction et de dessinateurs pour imaginer les conflits possibles à l'horizon 2030-2060 : création d'une nouvelle nation pirate née des changements climatiques, hacking possible des implants neuronaux, émergence de sphères communautaires développant une réalité alternative, fragmentation du réel, crises environnementales et bioterrorisme, guerres cognitives s'appuyant sur la désinformation de masse, polarisation du monde en hyperforteresses et hyperclouds.

Les origines, écrit par Bronner Gérard

Cote : 305.5 BRO



"Longtemps, je n'ai pas su de quel milieu je venais. Pendant ma prime enfance, même, j'ai pensé que je venais d'un milieu social aisé. A un moment, j'ai compris : ma famille et moi, nous étions pauvres". Les origines : voilà un "grand mot" pour répondre à la question de nos identités et de nos devenirs. Sommes-nous la somme des déterminations biologiques et sociales dont nous avons hérité ? Si, en revanche, l'identité se construit au fil de la vie, quelles places y tiennent le travail et le mérite ? Gérard Bronner, "transclasse" lui-même, s'interroge et revisite la question sous le double angle du savoir sociologique et de son expérience personnelle. Une réflexion émouvante, ainsi qu'un plaidoyer en faveur de la complexité qui rend nos origines dignes d'être racontées.

Mal de mères, écrit par Thomas Stéphanie

Cote : 306.874 THO



Le regret maternel est le tabou ultime dans une société où la maternité est glorifiée et le plus souvent associée à un panel d'émotions positives. Pour la première fois, dix femmes racontent à travers des témoignages d'une intensité et d'une sincérité rares les différentes facettes de ce sentiment méconnu et troublant. Un document unique et passionnant qui bouscule les idées reçues sur la maternité. Stéphanie Thomas est productrice et réalisatrice pour la télévision et la radio notamment pour l'émission Les pieds sur terre sur France Culture. Mal de mères est son premier livre.

Espions, écrit par Duncan Stéphanie

Cote : 327.12 DUN



Pourquoi les espions ne cessent de nous fasciner ? Sans doute parce que leurs vies, si éloignées de la banalité des nôtres, sont au croisement de l'histoire, de la littérature et du cinéma. Secret, loyauté, trahison, aventure, solitude, danger, mystification, amour... Leurs histoires ont tous les ingrédients du romanesque et elles sont d'autant plus excitantes qu'elles sont vraies. Mais les espions sont loin d'être tous des héros. Certains sont des losers complets, d'autres de sinistres crapules. Peu importe. Leurs surprenantes trajectoires individuelles questionnent sans cesse. Voici 17 portraits d'espions et d'espionnes de la CIA, du Mossad, du KGB ou de la DGSE qui ont tous un indéniable penchant pour l'aventure et une addiction pour le danger et le secret dont, quand on y goûte, il est difficile de se passer. Ils s'appellent Allen Dulles, Markus Wolf, Mike Harari, Mathilde Carré, dite "La Chatte", Kim Philby, Oleg Gordievsky, Alexandre Orlov, Noor Inayat Khan, Rafi Eitan, Marita Lorenz, Dominique Prieur, Christel et Günter Guillaume, Amaryllis Fox, Anna Chapman, Julius et Ethel Rosenberg, Philip Agee et Bernard Bours

On n'arrête pas l'éco,

Cote : 330.1 BEN



Aride, l'économie ? Lugubre ? Technique ? Jargonneuse ? Depuis 2010, "On n'arrête pas l'éco", le magazine économique de France Inter, diffusé tous les samedis et animé par Alexandra Bensaïd, prouve le contraire. L'émission explique au plus grand nombre les changements du quotidien et met en lumière les tendances et les phénomènes silencieux de l'économie. Un cocktail savamment dosé entre reportages de terrain, débats mordants, ouverture sur l'étranger, questions sur les droits des salariés et grandes interviews d'économistes, de penseurs et de décideurs, qu'ils soient ministres, PDG, syndicalistes, directeurs d'institutions ou start-uppers. Avec son équipe, Valentin Pérez, Christian Chavagneux, Sandrine Foulon et Marc Vignaud, Alexandra Bensaïd prolonge son émission à travers cet ouvrage illustré, qui se veut tout aussi complet, vif et pédagogique. Au travers de chiffres-clés, de mots-repères, d'arguments et de réponses à nos interrogations quotidiennes, ce livre a pour ambition d'aider à comprendre l'économie, comme on la vit et comme on la veut. Du monde du travail au poids des GAFAM, des inégalités sociales à la montée en puissance de la Chine ou aux enjeux écologiques. Puisque l'économie ne s'arrête jamais, il n'est jamais trop tard pour se l'approprier !



La SCI familiale, écrit par Oudachène Kamila

Cote : 346.04 OUD

Ce livre explique dans quelle mesure la SCI s'avère un instrument pertinent de gestion de patrimoine immobilier. De la création en passant par la gestion jusqu'au bilan patrimonial, la SCI ne sera plus un secret pour le lecteur. En bonus, une étude de cas afin d'étudier la rentabilité du projet d'investissement immobilier.

Vous reprendrez bien un peu de maths ?, écrit par Lommé Claire

Cote : 510 LOM



Un livre richement illustré pour ouvrir l'appétit des maths, découvrir que les maths sont partout dans notre vie (arts, cuisine, histoire, nature, architecture) et qu'elles sont joyeuses. "Je vous propose un voyage mathématique. Une balade. Vous allez voir, c'est beau, inattendu, amusant, parfois surprenant. ". Claire Lommé, l'autrice de cet ouvrage, est aussi prof de maths. Elle aime les maths. Et plus encore, elle aime les transmettre, aux jeunes, aux moins jeunes, et partout, pas seulement à l'école. Pourquoi faudrait-il arrêter un jour d'apprendre les mathématiques ? Cesse-t-on de se cultiver dans le domaine de l'histoire, des arts, de la littérature ? Si les mathématiques rendent le monde plus explicable, elles laissent aussi une place à l'imagination, la créativité. Elles sont propices à rêver et à grandir. Dire et écrire les grands nombres, ça picote les neurones ? Chiffres ou nombres, c'est pareil ? Qui veut un beignet parfumé aux maths ? Pourquoi les flocons de neige ont-ils toujours 6 branches ? Question de chance ou question de proba ? Quelle forme de pizza possède le moins de croûte ? ... Autant de questions étonnantes qui figurent dans ce livre richement illustré. A travers plusieurs domaines (arts, histoire, géométrie, astronomie, architecture...), vous (re)découvrirez avec plaisir des notions ou curiosités mathématiques : le nombre pi, les fractions, les polygones, les fractales, l'infini, les grands nombres, les probabilités... Alors, vous reprendrez bien un peu de maths ?



Les 50 règles d'or du cueilleur de champignons, écrit par Eyssartier Guillaume

Cote : 579.5 EYS

Le guide indispensable pour savoir où trouver et bien identifier les champignons. Ce petit livre vous dévoile en 50 règles d'or comment être un parfait ramasseur de champignons. Comprendre le cycle de vie des champignons, reconnaître les arbres, ne pas suivre la lune, être équipé d'un bon guide, développer son nez, décrire un champignon, s'équiper pour la cueillette (halte aux sacs plastiques), nettoyer les champignons, les faire cuire, les conserver... Tout, tout, tout, vous saurez tout sur les champignons !



Toute une vie pour eux, écrit par Fron Bruno

Cote : 610.6 FRO

La passion d'un médecin de famille Le docteur Fron consacre toute sa vie aux autres. Il prend le temps d'écouter, de se rendre à domicile, de tisser un lien de confiance. Il nous entraîne dans le secret de son cabinet, deux petites pièces étroites, où se jouent tant de choses au quotidien. Chaque patient est une nouvelle histoire, un fragment de vie, un concentré d'humanité. En quarante ans de pratique, le docteur Fron a vu la médecine évoluer, la technique s'imposer, les téléconsultations se multiplier et son idéal s'éloigner. Dans ce livre, il réaffirme ses convictions. Si elle veut rester fidèle à sa mission, la médecine doit s'exercer au plus près de la vie des patients.

Symptômes, écrit par Merlin Eléonore

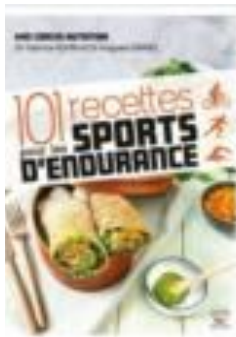
Cote : 616 MER



Lorsqu'elle entre dans son bureau pour la première fois, le neurologue Laurent Vercueil sait déjà que son diagnostic s'annonce complexe. Cette patiente, âgée d'une trentaine d'années et mère de 2 enfants en bas âge, lui est adressée par un confrère qui ne sait plus dans quelle direction avancer. Depuis 5 ans environ, elle est régulièrement victime de malaises qui la font brutalement chuter au sol. Et personne jusqu'ici n'a réussi à comprendre pourquoi. Symptômes mystérieux, troubles inconnus, guérisons inespérées... Les histoires que vous allez découvrir, toutes réelles, sont dignes de scénarios de films à suspense. A partir des interviews du podcast de RTL enrichis d'informations médicales pour mieux suivre ces enquêtes énigmatiques, Eléonore Merlin vous fait entrer dans les coulisses de la médecine d'aujourd'hui et vivre des expériences incroyables non sans sueurs froides. Médecins généralistes, infirmiers, psychiatres, anesthésistes, spécialistes de maladies rares... Vous rencontrerez des femmes et des hommes au grand professionnalisme, qui ont su déployer, en plus de leur savoir et de leur écoute attentive, des trésors de ténacité pour soigner leurs patients.

101 recettes pour les sports d'endurance, écrit par Kuhn Fabrice

Cote : 641.563KUH



Après le succès de Nutrition de l'endurance qui expliquait comment mieux s'alimenter pour plus de performance, Fabrice Kuhn et Hugues Daniel passent derrière les fourneaux. Ces deux médecins du sport s'appuient sur leur expérience de triathlète et de marathonien pour vous guider en cuisine. Avec eux, quel que soit votre sport, apprenez à réaliser 101 recettes savoureuses, pour l'entraînement, la compétition et la récupération. En un rien de temps, vous allez pouvoir mettre sur votre table d'excellents repas, équilibrés et de haute densité nutritionnelle. Des plats pour tous les jours avec des ingrédients de qualité pour faire le plein d'énergie, de vitamines et de minéraux. La majorité est sans gluten et sans lait. Des repas complets faciles à transporter pour les jours d'entraînement et d'épreuve sportive. Des boissons de l'effort à faire soi-même, beaucoup moins chères que celles du commerce. Des barres de céréales sur mesure pour tenir la distance en compétition. Des milk-shakes spécial récupération. Des gâteaux pour la pré-compétition. Avec ce livre, vous reprenez le contrôle de votre alimentation, vous maximisez vos performances et protégez votre santé : adieu les troubles digestifs et les tendinites !

Réussir sa démarche de VAE, écrit par Barabel Michel

Cote : 658.312 BAR



Ce guide méthodologique s'adresse à tous ceux qui envisagent de faire reconnaître leurs acquis professionnels. Il a pour objectif de répondre aux questions que se posent les candidats au moment d'entreprendre une démarche de validation des acquis de l'expérience (VAE) : - Pourquoi et comment s'y engager ? A qui s'adresser ? Comment obtenir des financements ? Quel diplôme choisir ? Comment préparer l'entretien ? Illustrée de cas concrets, cette édition s'appuie également sur le retour d'expérience de près de 200 candidats ayant réussi leur VAE. Les lecteurs pourront ainsi choisir le mode de validation le plus pertinent au regard de leur projet et avoir le maximum de pistes de réussite. Ce livre les accompagne jusqu'à la validation totale du diplôme visé ainsi que sa première mise en oeuvre.

La boîte à outils de la gestion du temps, écrit par Bélorgey Pascale

Cote : 658.312 BEL



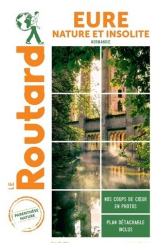
Par où commencer ? Comment bien s'organiser ? Comment gagner du temps et être plus productif ? Comment clarifier les priorités ? Comment gérer la surcharge de travail, les sollicitations et les urgences ? Comment optimiser le temps passé en réunion ? Comment trouver un fonctionnement efficace qui convienne à sa propre personnalité ? Découvrez 71 outils et méthodes de gestion du temps pour savoir anticiper, s'adapter et être réactif. Chaque outil est traité de manière visuelle et pragmatique sur 2 ou 4 pages. L'essentiel en anglais et en français, l'objectif et le contexte d'utilisation vous permettent de repérer rapidement les outils qui correspondent à vos besoins actuels.



Faire soi-même son bilan de compétences, écrit par Roudaut Gérard

Cote : 658.312 ROU

Des tests et quiz de personnalité éprouvés Des tests et exercices, accompagnés de bilans et analyses, pour s'auto-évaluer ainsi que des témoignages de professionnels qui apportent un regard d'experts.



Eure nature et insolite,

Cote : 914.424 ROU

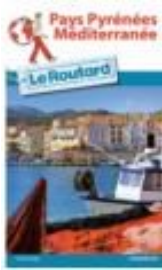
Entre Rouen et Paris, l'Eure cultive depuis des siècles une situation stratégique. Découvrez une grande variété de paysages sur cette terre d'eau et de forêts, de plateaux et de vallées, de calcaire et d'argile, qui a façonné un territoire aussi riche que mystérieux, empli de trésors reconnus et de coins 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 ! -



Ardèche,

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 coeur- Les bons plans et conseils des habitants- Les infos utiles pour réussir votre voyage- 160 photos, des cartes, des plans et des infographies.



Pays Pyrénées-Méditerranée,

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 coeur : 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 "Ile 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 coeur 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.

K-Pop Culture, écrit par Surcouf Ophélie

Cote : 915.194 SUR



Le livre qui décortique la culture coréenne Initiée par le mouvement international de la K-Pop, musique coréenne inspirée du hip-hop et du RnB, et par le succès des groupes comme BTS ou BlackPink, la culture du pays du matin calme n'a cessé de s'étendre, jusqu'à devenir un phénomène mondial. Cinéma, série, musique, beauté, mode de vie... la culture coréenne ne cesse de se renouveler et n'a pas fini de surprendre. Dans ce livre, Ophélie Surcouf, journaliste spécialiste de la pop culture et de la