

Andrushchuk, Tetiana - Georget, Danièle

Dictionnaire amoureux de l'Ukraine

Plon (Dictionnaire amoureux)

Découverte des fondements de l'identité ukrainienne à travers l'histoire de ce territoire et la richesse de sa civilisation (littérature, poésie, musique, peinture, géographie, gastronomie, entre autres). Sont également abordées ses relations privilégiées avec la France et les tensions avec la Russie jusqu'à l'offensive lancée par Poutine en février 2022. (941 AND)

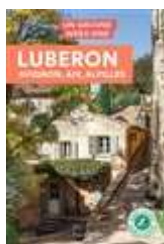


Auster, Paul

Pays de sang : une histoire de la violence par arme à feu aux Etats-Unis

Actes Sud

A partir des photographies prises par Spencer Ostrander sur les lieux des tueries de masse des vingt dernières années aux Etats-Unis, l'écrivain retrace l'histoire de la violence par arme à feu et fait l'état des lieux d'une problématique qui divise le pays. (970 AUS)



Dion, Peggy

Luberon, Avignon, Aix, Alpilles

Hachette Tourisme (Un grand week-end à...)

Un guide adapté au temps d'un week-end pour une découverte d'Avignon et d'Aix-en-Provence combinée à une excursion dans deux régions proches et emblématiques de la Provence, le Luberon et les Alpilles. Il détaille les sites incontournables à visiter et propose des idées d'activités et une sélection d'adresses de restaurants, de lieux de vente directe producteurs et de boutiques gourmandes. (FRA LUB)



Duport, Sandrine

Réussir mes conserves maison : 100 recettes pour tendre vers l'autonomie alimentaire

Jouvence (Jouvence nature, n° 26)

La créatrice de la chaîne YouTube Popote et Potager explique les différentes méthodes de conservation des aliments (stérilisation, lactofermentation, salage, séchage, etc.) et les techniques pour un stockage dans les meilleures conditions. Des recettes complètent l'ouvrage. (641 DUP)



Fond, Guillaume

Bien manger pour ne plus déprimer : prendre soin de son intestin pour prendre soin de son cerveau

O. Jacob (Santé)

Les dernières recherches en psychiatrie ont mis au jour un lien indéniable entre l'intestin et le cerveau. Les perturbations du microbiote intestinal ont ainsi des répercussions psychologiques. En plus de montrer l'interaction constante entre les deux organes, l'auteur propose des conseils diététiques adaptés pour éviter certains troubles mentaux et les traiter. (613 FON)



Gemenne, François

L'écologie n'est pas un consensus : dépasser l'indignation

Fayard (Documents)

Conçus à l'origine comme des partis d'opposition, les écologistes ont réussi au fil des ans à imposer les questions environnementales dans le débat public et même à en faire un sujet politique central. Membre du Groupe d'experts intergouvernemental sur l'évolution du climat (GIEC), l'auteur propose des pistes d'action pour mener des politiques transformatrices pour le climat et la biodiversité. (504 GEM)



Hess, Virginie - Meunier, Thomas

Au pays des sources

Weyrich édition

Voyage dans la biodiversité préservée de la région de Spa, en Belgique. L'occasion d'admirer la grande variété du territoire où le maintien de la qualité de l'eau peut avoir un impact positif sur le monde sauvage, ou de rencontrer des hydrogéologues et des gardes forestiers. (SPA HES)



Humbeeck, Bruno

Comment préserver ses enfants lors d'une séparation ?

Mango (La vie du bon côté)

En suivant le parcours de trois enfants fictifs, le psychopédagogue présente les enjeux d'une séparation et propose des conseils pour réduire l'impact de cette situation sur les enfants. (403 HUM)



Îles secrètes en Europe : 50 idées pour prendre le large

Gallimard loisirs (Gallimard voyage)

Cinquante îles méconnues d'Europe sont présentées, de San Giulio, sur le lac d'Orta, en Italie, à Saarela en Estonie. Confidentielles, elles offrent des paysages d'une grande variété sous toutes les latitudes, de la mer Egée à celle de Norvège en passant par l'Atlantique et la Baltique, et promettent des séjours inédits à l'écart des foules. (EUR ILE)



Kauffer, Rémi

Les espions de Cambridge : cinq taupes soviétiques au coeur des services secrets de Sa Majesté

Perrin

Au milieu des années 1930, Anthony Blunt, Guy Burgess, John Cairncross, Donald Maclean et Kim Philby, cinq étudiants de l'université de Cambridge, sont recrutés par Staline pour espionner le service de renseignements britannique, où ils obtiennent des postes à responsabilités. L'auteur revient sur ce scandale ainsi que sur les complicités françaises de ce réseau. (343 KAU)

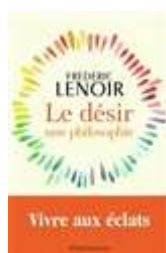


Laureys, Steven

Le sommeil, c'est bon pour le cerveau : avec des conseils fondés scientifiquement, pour tout âge et tout problème

O. Jacob (Psychologie)

Le neurologue explique la biologie du sommeil et retrace l'histoire des découvertes qui ont contribué à percer son énigme. Il décrit l'activité cérébrale au cours des différentes phases de sommeil, d'états de veille et de conscience. Avec des conseils et des astuces pour mieux dormir. (610 LAU)



Lenoir, Frédéric

Le désir : une philosophie

Flammarion (Philosophie)

Fondée sur la pensée de Platon, Spinoza, Nietzsche, Jung, Bergson et Girard, une réflexion philosophique sur le désir confronté aux problématiques de la société contemporaine comme le consumérisme, le mimétisme social ou l'insatisfaction permanente. L'auteur explique l'importance de s'orienter vers des activités ou des personnes qui apportent de la joie et nourrissent l'élan vital. (140 LEN)



Piquet, Emmanuelle

Votre enfant face aux autres : l'aider dans les relations difficiles

Les Arènes (Document)

A partir de dix exemples dans lesquels beaucoup de parents sont susceptibles de se reconnaître, la psychologue les invite à changer leur posture de parent pour permettre à l'enfant de développer ses propres ressources. Elle montre comment une amitié toxique, le harcèlement scolaire ou encore les problèmes liés à une famille recomposée peuvent engendrer des traumatismes chez les plus jeunes. (402 PIQ)



Santerre, Clémentine

L'Alsace en 100 itinéraires zéro carbone : plus de 100 itinéraires à pied, à vélo, en raquettes... pour découvrir l'Alsace autrement !

Larousse (Beaux livres Larousse - Itinéraires zéro carbone)

Près de cent itinéraires de difficultés variées pour explorer l'Alsace à pied, à vélo ou encore en raquettes le temps de quelques heures ou d'un week-end : les routes des vins à vélo, Strasbourg, Colmar hors des sentiers battus, les Vosges à pied, les châteaux et les abbayes, le Ballon ou le mont Sainte-Odile. Les cartes sont téléchargeables grâce à des QR codes. (FRA ALS)



Simon, Maud

La Rochelle, Ré, Oléron, Marais poitevin

Hachette Tourisme (Un grand week-end à...)

Un guide avec tous les sites incontournables, des balades, des activités en plein air, des expériences pour visiter La Rochelle, les îles de Ré et d'Oléron mais aussi le Marais poitevin. Avec des carnets d'adresses à la suite de chaque visite pour découvrir des restaurants, des bars, des hôtels et des boutiques. (FRA LAR)



Soulard, Thierry

Sur le chemin de Stevenson : du Velay aux Cévennes, plus de 250 km à parcourir, en famille ou entre amis, sur un des plus beaux itinéraires de France

Larousse (Essais et documents)

Une promenade entre Auvergne et Languedoc sur les traces de R.L. Stevenson, le long du GR 70 qui relie le sud du Massif central aux Cévennes profondes, parcourant pas moins de 272 km et traversant quatre départements. Avec des informations pratiques et les étapes essentielles. (FRA CEV)

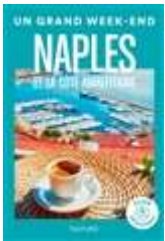


Tisseron, Serge

Le déni ou La fabrique de l'aveuglement

Albin Michel (Psychologie)

Qu'il s'agisse d'un objet, d'une certitude scientifique ou d'un être vivant, certains parviennent à ne pas voir ni entendre ce qui les dérange ou oppose aux informations officielles des théories délirantes. Le psychanalyste explique les logiques du déni, mais aussi les outils de ceux qui, parfois, le fabriquent. (159 TIS)



Tournebize, Lucie

Naples et la côte amalfitaine

Hachette Tourisme (Un grand week-end à...)

Un guide de Naples avec des escapades pour découvrir les îles, Pompéi, Herculaneum et les plus beaux villages de la côte amalfitaine avec des carnets d'adresses situés à la suite de chaque visite, des propositions d'expériences et d'activités ainsi qu'une sélection de restaurants, bars, clubs et boutiques. (ITA NAP)
