



Une sélection faite pour vous parmi nos nouveautés.

Cliquez sur la couverture ou sur le titre pour connaître la disponibilité
des documents et les réserver en ligne !



Nos ancêtres dans les arbres : penser l'évolution humaine

Cohen, Claudine

Seuil

Présentation des concepts, des présupposés et des implications des sciences de l'évolution humaine aujourd'hui, éclairant ainsi la question de la nature de l'homme, qui résume toutes les interrogations philosophiques.



Les lettres de mon jardin

Caillaud, Jean-Michel

La Salamandre

Terre vivante

De A comme aulne, à Z comme zygotère, cet abécédaire offre une plongée au coeur de la vie sauvage, à la découverte du quotidien des plantes et des animaux qui peuplent les jardins.



Au coeur de la prairie : rencontre avec un écosystème fascinant et fragile

Haft, Jan

G. Trédaniel

Une invitation à découvrir cet écosystème à la biodiversité particulièrement riche et à prendre conscience des nombreuses menaces qui pèsent sur sa faune et sa flore. Après avoir exposé la genèse de la prairie à l'échelle des temps géologiques, le biologiste et réalisateur allemand dépeint ses modifications et sa disparition, d'abord progressive puis fulgurante au cours des dernières décennies.



L'histoire secrète des fleurs

Parcy, François

Humensciences

L'histoire du mystère de l'évolution biologique qu'est l'apparition des fleurs il y a 150 millions d'années. Le récit de cette quête scientifique est illustré de dessins naturalistes.



Deux plantes enseignantes : le tabac & l'ayahuasca

Narby, Jeremy

Chanchari Pizuri, Rafael

Mama éditions

Chez les peuples indigènes, le tabac et l'ayahuasca sont considérés comme des remèdes puissants à nombre de maux. Un chamane amazonien et un anthropologue partagent leurs connaissances à propos de ces deux plantes.



Mauvaises graines : la surprenante histoire des plantes qui piquent, qui brûlent et qui tuent !

Astafieff, Katia

Dunod

Un panorama des plantes ayant mauvaise réputation en raison de leur dangerosité, de leur caractère invasif ou simplement pour leur goût désagréable. L'auteure évoque notamment le tabac, la berce du Caucase, le cannabis, la datura et le piment.



Ma vie avec les arbres : carnets d'une arboriste

Marsilly, Karine

HarperCollins

L'auteure est arboriste-grimpeuse, élagueuse et l'une des premières femmes à exercer cette profession. Elle diagnostique, traite et remet en forme des arbres, après une analyse complète de la cime aux racines. Elle invite à considérer l'arbre comme un être sensible et à reconsidérer le rapport au vivant. Avec des conseils pour entretenir son jardin.



Encyclopédie de l'ayurveda

Gautier, François (journaliste)

Flammarion

Présentation de l'histoire et des principes de cette médecine traditionnelle indienne ainsi que de son influence sur la médecine occidentale et de ses pratiques comme le hatha-yoga, le pranayama ou encore la méditation.



Ma bible de la santé au naturel selon les saisons

Lefief-Delcourt, Alix

Leduc.s éditions

Un guide pour soigner, saison par saison, les maladies et symptômes les plus fréquents (allergies, coups de soleil, chute de cheveux, angines, fatigue, etc.) avec des remèdes naturels : phytothérapie, aromathérapie, nutrithérapie, compléments alimentaires, apithérapie, gemmothérapie, médecine traditionnelle chinoise, entre autres.



Prenez votre coeur à coeur

Fricker, Jacques

Assyag, Patrick

O. Jacob

Des conseils pour prévenir les maladies cardiovasculaires en adoptant une alimentation saine ainsi qu'une activité physique appropriée. Les auteurs expliquent ainsi comment protéger son coeur et ses artères ou prendre en charge des facteurs de risque comme l'hypertension ou le diabète. Avec un quiz en fin d'ouvrage.



Le grand guide pour un bébé heureux : repas, sommeil, pleurs... : de la naissance à 1 an, les secrets des routines bienveillantes pour devenir des parents sereins et confiants

Ford, Gina

Eyrolles

Une ancienne infirmière puéricultrice livre aux parents des conseils pour mettre en place des routines afin de réguler le sommeil et les repas de leur bébé et gagner ainsi en efficacité et en sérénité.



L'éveil de votre enfant : le tout-petit au quotidien

Truchis-Leneveu, Chantal de

Albin Michel

Des conseils pour aider au développement de l'enfant, en lui faisant prendre confiance en lui et en le laissant découvrir le monde par lui-même. En partant de situations de la vie quotidienne, la psychologue livre des réponses, de l'aménagement de l'espace à l'attitude à adopter quant aux horaires, en passant par l'apprentissage des limites.



Mode d'emploi pour apaiser bébé

Dumoutet, Sophie

Hatier

Des éclairages pour comprendre les pleurs de son bébé ainsi que des techniques pour l'apaiser, telles que des postures favorisant son sommeil, des massages, des méthodes de portage et d'emballage, des bercements ou encore des comptines pour le stimuler en douceur.

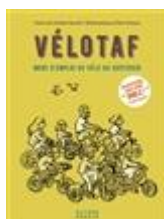


Le canal de Nantes à Brest vu du ciel

Levalet, François

Ouest-France

Une découverte du canal de Nantes à Brest au travers de photographies prises au cerf-volant, qui restituent mieux les détails que les drones grâce à des prises de vue plus rapprochées. L'auteur dévoile ainsi les vallées bretonnes, les écluses, les châteaux et les cités de charme qui longent ce parcours.



Vélotaf : mode d'emploi du vélo au quotidien

Sorrel, Jérôme

Alternatives

L'auteur évoque les bienfaits d'utiliser son vélo au quotidien et propose des conseils et des informations pratiques : achat du vélo, réparations, règles de conduite, etc.



Mon jardin beau à croquer : créer son jardin ornemental comestible : ici, tout se mange !

Lemayeur, Marie-Christine

Alunni, Bernard

Ed. de Terran

Présentation d'une centaine de plantes, bulbeuses, vivaces, annuelles, potagères ou ornementales, pour concevoir un beau jardin entièrement comestible. Les auteurs proposent pour chaque espèce des conseils de culture et d'entretien ainsi que des recettes pour déguster les fleurs, les fruits, les graines ou les feuilles de son jardin. Avec une sélection de recettes.



Le potager d'un frimeur : toi aussi deviens une star grâce aux légumes

Mathias, Xavier

Terre vivante

Un ouvrage au ton décalé abordant le pouvoir du travail des plantes sur l'estime de soi. Une sélection de plantes, des encadrés informatifs amusants et des anecdotes ponctuent l'ouvrage.



Le dressage silencieux : avec la méthode mains libres

Rauch, Liane

Macro Editions

Une méthode de dressage du chien reposant sur la construction d'une relation solide et durable avec son animal. Illustrée de nombreux exercices, elle souligne notamment l'importance du contact visuel et explique comment maintenir sa concentration en dépit des distractions offertes par l'environnement extérieur.



Cultures félines (XVIIIe-XXIe siècle) : les chats créent leur histoire

Baratay, Eric

Seuil

A partir de l'exploitation de témoignages historiques écrits permettant de retracer la condition des chats domestiques, l'auteur dresse un portrait ethnologique de ces animaux, établissant qu'ils ont des cultures changeantes. Il passe en revue leur perception du monde, leurs sensations, leurs émotions, leur expressivité corporelle et leurs interactions avec l'environnement.



Pratiquer la pêche à la mouche : eau douce & mer

Luchesi, Michel

Vagnon

Un guide pour débiter et progresser à la pêche à la mouche : l'équipement et le matériel, les différents lancers, les pratiques de pêche en fonction de l'espèce de poisson (salmonidés, carnassiers, poissons blancs ou poissons migrateurs), entre autres.



Comment tout réparer (ou presque) : le guide pratique pour arrêter de jeter vos appareils dès qu'ils tombent en panne

Orliac, Lucile

Hachette Pratique

Des conseils et des astuces pour consommer autrement en restaurant ses appareils défectueux. Une sélection des objets les plus courants est proposée ainsi qu'une présentation des réparations les plus fréquentes à faire soi-même et des techniques pour prolonger leur vie.



N'achetez rien, changez tout !

Clark, Liesl

Rockefeller, Rebecca

Leduc.s éditions

Lancé sur Facebook par les auteures en 2013, le Buy Nothing Project incite chacun à réduire sa consommation en développant une approche inventive de l'usage des choses, fondée sur le partage, la sobriété, la réutilisation et la réparation. Ce guide donne des pistes pour adopter cette démarche au quotidien dans un esprit écologique et résilient.



A la table de Flaubert

Duclos, Valérie

Ed. des Falaises

Dans le cadre du bicentenaire de la naissance de l'écrivain, des chefs normands revisitent des recettes de cuisine traditionnelles en s'inspirant d'extraits de son oeuvre. Elles sont accompagnées des textes concernés ainsi que de photographies de paysages, de maisons ou encore de banquets qui illustrent l'art de vivre en Normandie.



Faire son levain pour un pain maison au naturel

Abdelli, Mouni

Eyrolles

A contre-courant du pain industriel et de la plupart des boulangeries qui utilisent des mélanges prêts à l'emploi, L'auteure invite à découvrir le plaisir et les bienfaits nutritionnels, gustatifs et digestifs du levain naturel. Elle propose des conseils et des recettes pour réaliser le mélange optimal selon ses goûts et sa matière première afin de réaliser des pains maison.

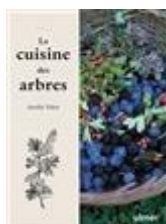


Machine à pain : découvrez 75 recettes pour réaliser des pains et viennoiseries du quotidien

Ytak, Cathy

Marabout

Des recettes pour faire son pain et ses viennoiseries à l'aide d'une machine : pain complet ou aux céréales, brioche, pâte à pizza, entre autres.



La cuisine des arbres

Valtat, Aurélie

Ulmer

L'auteure, passionnée de plantes médicinales et comestibles, invite le lecteur à découvrir l'art de la cueillette et à cuisiner feuilles, fruits, sève, écorce et bourgeons. Elle propose quarante recettes mettant à l'honneur les saveurs étonnantes des arbres et arbustes communs des villes et des campagnes.



Le pain & le vin : le livre de cuisine anti-gaspillage : 60 recettes pour utiliser le pain et le vin qu'il vous reste

Thérond, Aurélie

La Martinière

Soixante recettes pour cuisiner ses restes de pain et de vin, avec des conseils pour conserver ces produits : pesto vert, ajo blanco, gâteau mousseux au chocolat ou encore pain de chien.

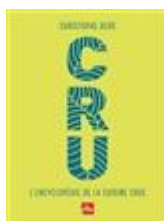


L'épluchure, la fane & le trognon : le livre de cuisine anti-gaspillage : 60 recettes pour utiliser les restes de fruits et légumes

Thérond, Aurélie

La Martinière

Plus de soixante recettes pour cuisiner les chutes de fruits et de légumes, des noyaux à la peau en passant par les fanes et les tiges, afin de profiter de leurs bienfaits nutritionnels et de leurs saveurs. Avec des conseils de conservation et d'utilisation comme exhausteurs de goût naturels ainsi que des recettes de cakes, de cookies, de blinis, de pestos, de soupes et de boissons.



Cru : l'encyclopédie de la cuisine crue

Berg, Christophe

la Plage

250 recettes végétales, saines et sans gluten pour faire le tour des plats emblématiques de la cuisine crue. Avec des suggestions de menus et d'assiettes composées ainsi qu'une présentation des techniques de base.



Le petit manuel de la viennoiserie : faire ses viennoiseries maison comme chez le boulanger

Landemaine, Rodolphe

Marabout

Vingt recettes de viennoiseries et des conseils techniques pour toutes les étapes de la préparation : pain au chocolat, croissant, chausson aux pommes, viennoise au chocolat, roulé à la pistache ou encore brioche aux pralines, feuilletée ou marbrée.



Vannerie maison : faites entrer le saule et l'osier dans votre intérieur

Couturier, Karelle

Ed. de Terran

36 modèles d'objets à tresser en osier ou en saule avec des explications illustrées pas à pas : vase, photophore, miroir, coffre à jouet, panier, fauteuil, entre autres. L'ouvrage expose plusieurs techniques accessibles aux débutants, dont le tissage d'écorces et la confection de perles de saule, avant d'aborder les méthodes plus traditionnelles de la vannerie.



L'émail : art et techniques

Kline, Gabriel

Vial

Un manuel pour découvrir les techniques d'émaillage illustré d'exemples, avec des recettes de glaçures, d'engobes et d'émaux ainsi que des conseils de préparation, d'application et de cuisson.



Relooquez vos meubles : rapide et facile : 50 techniques de peinture pas à pas

Sloan, Annie

Dessain et Tolra

Des techniques faciles pour vieillir, patiner et dorer un meuble chiné ou des murs décrépis. Les projets sont regroupés par technique : le support, les couleurs, la peinture, les craquelures et les dorures, etc.



Savoir courir : techniques et conseils pour s'entraîner comme un professionnel

Harvey, Jean-François

Ed. Médicis

Un guide pratique pour courir comme un athlète : planifier sa saison de course, manger en fonction de ses entraînements, s'échauffer correctement, entre autres. Avec divers programmes de course proposés en fin d'ouvrage.



Trail-running : le guide complet pour se lancer et progresser !

Ratsimihah, Benjamin

Heimbürger, Florence

Larousse

Des conseils à destination des coureurs de trail pour développer son endurance, courir en montée et en descente, s'adapter aux différents terrains, éviter les blessures et progresser en se fixant de nouveaux défis.



Rappels

Lachenal, Louis

Paulsen

Guérin

L'alpiniste raconte son ascension de l'Annapurnah aux côtés de Maurice Herzog. Ce dernier lui ayant interdit par contrat de publier son propre récit, ce n'est que bien après sa mort que ses textes, dessins et autres documents furent rassemblés pour témoigner de cette aventure.

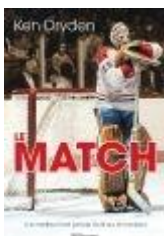


La vie est un dojo : une idée par jour pour intégrer votre pratique dans votre vie quotidienne

Ouzrout, Areski

Budo

Une idée par jour pour appliquer les principes des arts martiaux hors du dojo. 365 fiches couvrant un large spectre de connaissances et de réflexions sont accompagnées d'exercices pratiques, permettant une immersion complète dans la discipline martiale au quotidien.



Le match : « Le meilleur livre jamais écrit sur le hockey »

Ken Dryden

Dryden, Ken

ADA



Ouessant, haute terre d'Iroise : randonnées & découvertes : Parc naturel régional d'Armorique

Amic, Julien

Glénat

Parc naturel régional d'Armorique

Des itinéraires de randonnées d'une journée pour découvrir l'île à pied.

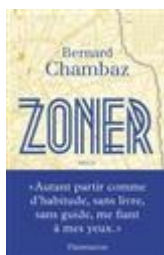


Etretat : d'abord la mer et puis on verra

Duteurtre, Benoît

Ed. des Falaises

Présentation des lieux mythiques et des secrets de cette ville historiquement liée à la peinture et à la littérature à travers les oeuvres de Maupassant, Courbet ou Monet : magasins insolites, maisons d'architecte, villas, restaurants, entre autres.



Zoner : récit
Chambaz, Bernard
Flammarion

Grand piéton de Paris, l'écrivain parcourt ce qu'il nomme la zone. Ce récit de voyage urbain le suit le long de ce bandeau situé entre les Maréchaux et le boulevard périphérique, à la limite plus ou moins fluctuante de Paris et de sa banlieue. Le paysage ne cesse de changer, le contemporain y côtoie l'ancien et les rencontres y sont variées.
