



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 !



## **Réalisez votre site web avec HTML5 et CSS3**

**Nebra, Mathieu**

Eyrolles

Ce guide, conçu pour les débutants, permet de découvrir HTML5 et CSS3, les dernières technologies en matière de création de sites Internet. L'auteur aborde la structure, la mise en page et l'hébergement du site sur le web à travers des travaux pratiques. Avec des vidéos de démonstration accessibles en ligne.



## **L'histoire de la Nintendo 64 : la plus américaine des consoles japonaises**

**Hedio, Patrick**

Third éditions

Après avoir dominé l'industrie du jeu vidéo avec la NES et la Super Nintendo, la société japonaise Nintendo se retrouve face à la concurrence de Sony et de sa PlayStation. En lançant la Nintendo 64, elle s'ouvre à la modernité et collabore avec les grandes sociétés d'image de synthèse d'Hollywood, avec l'objectif de révolutionner l'approche de la 3D dans le jeu vidéo.



## **2041 : l'odyssée de la médecine : comment l'intelligence artificielle bouleverse la médecine**

**Bibault, Jean-Emmanuel**

Ed. des Equateurs

Médecin oncologue et professeur, l'auteur décrit le rôle à venir des technologies d'intelligence artificielle dans la pratique de la médecine ainsi que dans le devenir des patients. De l'épidémiologie au traitement, en passant par chaque étape du parcours de soin, il propose une plongée dans les systèmes de santé à l'horizon 2040.



## **Vive le plaisir, fuck la routine : l'art de sexer en toute complicité**

**Passage du désir (Paris)**

Albin Michel

Des conseils destinés aux couples pour avoir une sexualité active et bienveillante en cultivant son imaginaire érotique, en utilisant divers objets, en favorisant l'attention à l'autre, entre autres.



## **Les femmes sages : la santé des femmes parlons-en ! : sexualité, gynécologie, violences, douleurs, endométriose, contraception... 30 spécialistes partagent leur expérience**

**Grenet, Géraldine**

Larousse

Une retranscription des entretiens du podcast Les femmes sages avec des professionnelles de la santé (gynécologues, sages-femmes, ostéopathes, naturopathes, etc.), des patientes et des chercheuses illustrant la façon dont la santé des femmes peut être pensée de manière globale et inclusive.



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

**Laureys, Steven**

O. Jacob

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.

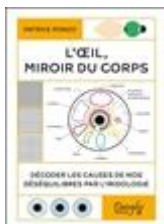


## ***Pussy yoga : le yoga du périnée***

**Berlin, Coco**

Hachette Pratique

Des exercices spécialement conçus pour le périnée afin de se recentrer, de booster sa confiance en soi et d'amplifier son énergie vitale.



## ***L'oeil, miroir du corps : décoder les causes de nos déséquilibres par l'iridologie***

**Ponzio, Patrice**

Dangles

Spécialiste de l'iridologie, l'auteur donne des clefs pour réaliser un examen qui conduit à un conseil personnalisé dans l'utilisation de remèdes naturels afin de corriger les déséquilibres et éviter ainsi que la maladie ne s'installe.



## ***Guide complet des pieds : être attentif à ses pieds, c'est soulager son corps et préserver sa santé***

**Le Vaillant, Patricia**

Dauphin

Des explications sur le rôle et l'anatomie des pieds, des conseils pour soigner une centaine de maux les concernant ainsi qu'une présentation des bienfaits de la réflexologie plantaire pour traiter les sinusites, les problèmes intestinaux ou les douleurs musculaires. Avec des informations historiques et culturelles sur le pied, la chaussure, le fétichisme, le tatouage, entre autres.



## ***Acouphènes : un nouveau protocole de sophrologie pour les soulager***

**Grévin, Patricia**

Ed. Médicis

La sophrologue, qui a souffert d'acouphènes et d'hyperacousie, décrit les symptômes et les traitements des acouphènes, puis propose des exercices de sophrologie. Des QR codes permettent d'accéder à des séances de méditation de pleine conscience et d'autohypnose.



## ***Le pansement Schubert : récit***

**Oppert, Claire**

Points

Récit de l'auteure, violoncelliste, sur la naissance du protocole médical qu'elle a mis en place avec le Dr Jean-Marie Gomas à l'hôpital Sainte-Périne, à Paris. Cette méthode permet de faire baisser l'anxiété des malades, jeunes autistes, patients en fin de vie ou personnes atteintes de troubles psychiatriques graves, en leur jouant de la musique classique.



## ***Pour une psychiatrie indisciplinée***

**Brisson, Olivier**

la Fabrique

Se fondant sur son expérience de psychomotricien, en particulier auprès d'enfants autistes, l'auteur propose de repenser le soin psychiatrique. Il met en lumière les potentialités émancipatrices des pratiques de lien et de partage créatifs dans les lieux de soins. Face à des protocoles jugés déshumanisants, il plaide pour une approche indisciplinée.

---



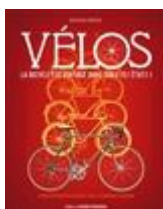
## ***Simplement unique : un nouveau regard sur l'autisme***

**Prizant, Barry**

Eyrolles

Une nouvelle approche de l'autisme considéré par l'auteur, docteur, non comme une pathologie mais comme une stratégie mise en place par l'autiste pour faire face à un monde semblant chaotique. Ce changement de perception dans la compréhension et la prise en charge de l'autisme ouvre de nouvelles formes de soutien et d'accompagnement des patients. Avec des témoignages et des conseils pratiques.

---



## ***Vélos : la bicyclette vintage dans tous ses états !***

**Pascal, Antoine**

Ouest-France

Une découverte en images de l'univers du vélo depuis son invention au XIXe siècle jusqu'aux différents types d'engins existants au début du XXIe siècle, à travers ses modèles les plus emblématiques : vélos de route, fixies, moutain bikes, bicyclettes vintage, BMX, VTT, entre autres.

---



## ***Silence, ça pousse ! : concevoir mon jardin idéal : imaginer, organiser, planter***

**Marie, Stéphane**

Marabout

Des outils et des conseils pour concevoir un jardin, du plan à la réalisation. Avec des points sur le climat, l'orientation, la nature du sol, la surface disponible, les éléments bâtis et le choix des plantes.

---



## ***Un voyage dans les jardins : éloge de la terre***

**Han, Byung-Chul**

Actes Sud

Durant trois années, le philosophe s'est consacré à son jardin quotidiennement, près du lac Wannsee, à Berlin. Expérience spirituelle et physique, le jardinage lui a inspiré des descriptions naturalistes, des poèmes et des notes de journal, des dialogues avec Hölderlin, Rilke ou encore Kant. Il appelle à réapprendre à regarder la terre et partage la joie que lui a procuré cette pratique.

---



## ***Fleurs locales et de saison : des cultures responsables et durables***

**Chapelle, Cindy**

Plume de carotte

Une découverte des fermes florales françaises et du slow flower, un mouvement né aux Etats-Unis dans les années 2000, qui promeut la production et l'achat de fleurs locales et de saison. Avec des idées pour créer ses propres compositions florales de façon responsable et durable.

---



## ***Cheval, ma force de vie : de la peur du cheval à l'équivalence***

**Thiebaud, Anne**

Le souffle d'or

Des réflexions et des conseils destinés aux cavaliers qui ont peur de remonter à cheval suite à une chute ou à un incident, aux personnes qui souhaitent débiter l'équitation mais craignent sa réputation de sport dangereux et à ceux qui veulent créer un lien authentique avec l'animal.

---



## ***Adopter un chien en refuge***

**Duffo, Christophe**

Ulmer

Un guide pratique dans lequel l'auteur livre les clés pour réussir l'adoption et l'éducation de son chien. Les grandes étapes de son apprentissage sont détaillées pas à pas.

---



## ***Petit traité de la bouffe : ce que nos assiettes révèlent de nous : culture, politique, société, santé, psycho***

**Laystary, Emilie**

Marabout

E. Laystary anime Bouffons, un podcast dédié à la gastronomie où elle aborde, chaque semaine, un sujet culinaire avec des chefs et des sociologues. Elle analyse ainsi les comportements alimentaires de chacun et examine ce qu'ils révèlent de la personnalité.

---



## ***Boissons du monde***

**Diconne, Joël**

Presses du Midi

Synthèse sur les différents types de breuvages existants sur tous les continents, alcoolisés ou non. L'auteur propose des fiches techniques de boissons par thématique, avec un historique, une description de ses ingrédients et procédés de production, des conseils de dégustation et des suggestions d'accompagnement culinaire. Des citations, expressions et dictons sont également répertoriés.

---



## ***Poissonnerie : leçons en pas à pas***

**Vanhamme, Arnaud**

Chêne

Arnaud Vanhamme, Meilleur Ouvrier de France, donne des explications pour tout savoir sur les céphalopodes, les poissons et les crustacés. Il dispense des conseils pour savoir les choisir, des conseils et des astuces sur les différents produits qu'il propose au fil des saisons, ainsi que des recettes simples et gourmandes.

---



## ***Freegan : principes et recettes pour se nourrir sans rien dépenser***

**Bossuet, Cora**

la Plage

Adeptes du freeganisme, une pratique consistant à lutter contre le gaspillage en récupérant de la nourriture invendue, l'auteure propose des conseils pour l'adopter ainsi qu'une trentaine de recettes végétariennes.

---



## **Saveurs Subsahariennes**

**Mbaye, Ndèye Aïssatou**

Mbaye

Ce livre explore les céréales, légumineuses, et plantes de l'Afrique de l'Ouest à travers 40 recettes créatives, 8 aliments phares et des petites histoires. En tournant ces quelques pages, l'auteur vous invite à une promenade gustative et culturelle à la découverte des trésors subsahariens.

---



## **Points & poings levés : the future is female**

**Benétreau, Elise**

la Plage

28 projets de broderie autour du thème des femmes et du féminisme. Avec dix projets à réaliser sur photographies papier.

---



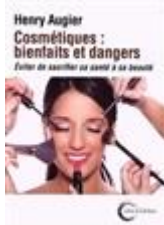
## **Lainage et appliqué : 21 projets déco très doux**

**Lee, Margaret**

Editions de Saxe

Des modèles décoratifs à réaliser à partir de pièces de lainage avec des conseils sur la technique du quilting : sous-verre, chemin de table, coussin, plaid, entre autres. L'auteure présente également sa méthode de teinture du tweed pour obtenir des couleurs variées.

---



## **Cosmétiques : bienfaits et dangers : éviter de sacrifier sa santé à sa beauté**

**Augier, Henry**

Libre & Solidaire

Les cosmétiques, produits très médiatisés, dont les bénéfiques sont mis en avant, voire exagérés, peuvent être nocifs à des degrés divers. Les nuisances vont des irritations, des allergies et des plaques d'eczéma jusqu'au cancer pour les produits les plus toxiques. L'auteur propose un répertoire des composants et des substances afin d'en connaître les véritables propriétés.

---



## **Au fil du Lot**

**Muscat, Jean-Luc**

Mot et le reste

Récit d'un voyage depuis les sources du Lot, dans la montagne du Goulet, en Lozère, jusqu'à Figeac puis à vélo vers la confluence avec la Garonne. L'écrivain tente ainsi d'imiter les premiers hommes qui ont suivi ces voies naturelles que sont les rivières.

---



## **Le genre : cet obscur objet du désordre**

**Husson, Anne-Charlotte**

**Mathieu, Thomas**

Casterman

Une évocation du concept de genre par le prisme des réactions qu'il suscite. Parfois qualifié de théorie, ou d'idéologie, le genre est à l'origine de conflits relatifs aux valeurs que sont l'éducation, le mariage ou la filiation. Partant de l'exemple des manifestations contre le mariage pour tous en France, les auteurs s'interrogent sur les mobilisations conservatrices qui ont lieu dans le monde.

---



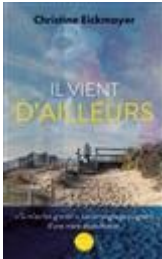
## ***Le harcèlement scolaire : guide pour les parents***

**Humbeeck, Bruno**

O. Jacob

Destiné aux parents, ce guide donne des clés pour comprendre le harcèlement scolaire, rassurer son enfant et réagir de façon efficace en association avec l'institution scolaire. Il contient des questionnaires pour évaluer la situation et des exemples de phrases à utiliser pour transmettre les bons messages à son enfant.

---



## ***Il vient d'ailleurs***

**Eickmayer, Christine**

Plon

Un témoignage sur l'adoption et sur la parentalité. L'auteure raconte les obstacles rencontrés au cours de l'adoption d'Alexandre en Colombie en 2001 et évoque sa relation avec son fils, entre rires et larmes. Elle décrit son combat pour lutter contre les démons d'Alexandre, à mesure qu'il grandit.

---



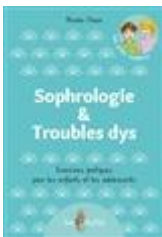
## ***Le post-partum dure 3 ans : alors, laissez-vous du temps !***

**Roy, Anna**

Larousse

Des conseils pratiques et des propositions à la fois sociétales et politiques pour mieux prendre en charge le post-partum.

---



## ***Sophrologie & troubles dys : exercices pratiques pour les enfants et les adolescents***

**Chaze, Nicolas**

Tom pousse

Des conseils, des outils et des astuces pour accompagner les enfants et les adolescents ayant des troubles spécifiques de l'apprentissage et de la cognition à travers des exercices de sophrologie. L'auteur propose des méthodes pour permettre à l'enfant de mieux gérer son stress et ses émotions.

---