



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 !



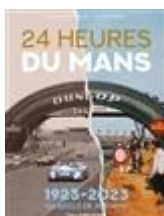
**101 déambulations douces pour le voyageur curieux : lieux d'exception en France, échappées sauvages : 101 départements**

**Sauter, Adélaïde**

Métive

Pour chaque département français, la présentation d'un lieu exceptionnel de par son histoire, son patrimoine naturel ou sa rareté. L'auteure explique comment les visiter en réduisant son empreinte carbone, par exemple en se déplaçant en train, à vélo, à cheval ou encore en randonnée. Avec une carte de France à colorier en début d'ouvrage.

---



**24 heures du Mans : 1923-2023, un siècle de passion !**

**Pascal, Dominique**

**Pascal, Antoine**

Ouest-France

Cent histoires réunies pour le centenaire de la première épreuve d'endurance de l'histoire de la course automobile sarthoise. Avec des témoignages inédits de coureurs.

---



**60 micro aventures en France**

**Bazin, Sylvain**

**Cartier-Moulin, Fabien**

**Olibé, Johanna**

Glénat

Soixante idées pour s'affranchir du tourisme de masse, au départ de trois grandes villes françaises : faire le tour de Paris par la ceinture verte, descendre la Saône en kayak, faire de l'escalade dans les Goudes, dormir à la belle étoile dans la forêt de Fontainebleau, rejoindre le mont Saint-Michel à vélo depuis Paris, traverser le massif du

Vercors en ski nordique, entre autres.

---

**Le cancer aime le sucre : comment mettre en place une alimentation pauvre en glucides en complément des traitements du cancer**

**Walkowicz, Magali**

T. Souccar

Des conseils pour adopter un régime cétogène à destination des personnes atteintes d'un cancer. L'auteure décrit ses effets et les précautions à prendre. Elle explique comment adapter ce type d'alimentation selon le type de cancer, le traitement, l'âge ou en cas de problèmes digestifs.

---



**Les champions de la mémoire : la méthode extraordinaire pour apprendre aux enfants et aux ados à tout retenir**

**Martinez, Sébastien**

Premier Parallèle

Des exercices de mémorisation à effectuer en famille : tables de multiplication, notions de géographie, couleurs de l'arc-en-ciel, entre autres.

---



## ***ChatGPT pour les nuls***

**Lecomte, Yasmina**

First interactive

Outil d'intelligence artificielle générative, ChatGPT génère des textes à partir de simples requêtes saisies par l'utilisateur et ce, sur tous les sujets. Un guide pour comprendre son fonctionnement, rédiger les bonnes questions, l'intégrer à sa vie professionnelle et découvrir d'autres outils concurrents.

---



## ***Le code moto : toutes les clés pour passer votre code en autonomie : permis A1 A2***

**Manufacture française des pneumatiques Michelin**

Michelin Editions

Un outil de préparation au permis moto et de révision de ses connaissances, avec des cas pratiques et des tests d'autoévaluation : présentation des épreuves, conseils méthodologiques, liste des panneaux officiels, accès à un entraînement intensif en ligne, visuels pour une meilleure compréhension des règles, entre autres.

---



## ***Comment l'enfant échoue : l'école ou la fabrique de l'échec***

**Holt, John**

l'Instant présent

Après une expérience décevante en matière d'enseignement, le pédagogue soutient l'idée du caractère intrinsèquement nuisible de l'école, coupable de soumettre l'élève à un modèle unique et de dévaloriser le plus grand nombre. Il prône la déscolarisation des enfants au profit des apprentissages autonomes.

---



## ***Comment les hippies, Dieu et la science ont inventé Internet***

**Babinet, Gilles**

O. Jacob

En près de soixante-dix ans, l'avènement d'Internet et de la cybernétique a bouleversé la société. L'auteur retrace le déroulement de cette révolution à travers l'histoire des inventeurs et des précurseurs qui l'ont rendue possible : William Shockley, Tim Berners-Lee, Linus Torvalds ou encore Satoshi Nakamoto. Il livre également une réflexion sur les nouveaux défis du XXIe siècle.

---



## ***Comprendre le monde de l'enfant***

**Epstein, Jean**

Dunod

Le psychosociologue propose une synthèse des savoirs des professionnels de la petite enfance, avec une incursion du côté de l'adolescence. Adaptant son propos aux questions posées par les professionnels et les familles, il livre ses réponses en les articulant à des récits et à des propositions pratiques. Des témoignages de parents complètent cette analyse théorique.

---



## ***Contre courant : cuisiner, protéger, agir : les recettes végétales de Sea Shepherd***

**Sea shepherd conservation society**

Mango

90 recettes véganes de Sea Shepherd, une ONG qui lutte au quotidien pour la protection des océans et de la biodiversité : focaccia, tartare d'algues, carpaccio de betteraves, bouillon dashi, rôti de seitan, tempuras de légumes, risotto aux champignons, choucroute, lasagnes, pancakes, mousse au chocolat, riz au lait, entre autres.

---



## ***Écologie pratique pour parents débutants***

**Gubri, Aline**

First Editions

Un guide pour construire une parentalité respectueuse de l'environnement et opter pour des habitudes à la fois écologiques et saines pour l'enfant en achetant d'occasion, en allégeant ses besoins en équipements, en choisissant des produits moins polluants ou encore en adoptant le fait maison.

---



## ***Éditeurs de notre temps***

**Querci, Nicolas**

Médiapop

Huit entretiens avec des éditeurs de plusieurs horizons originellement parus dans le magazine Novo entre 2021 et 2022. Les directeurs des éditions Tristram, Zoé, Allia, Corti, entre autres, détaillent l'identité de leur maison et de leur catalogue, leurs stratégies éditoriales et leurs ressentis face au livre en tant qu'objet et en tant qu'idée.

---



## ***Givré : l'art de la pâtisserie glacée en 60 recettes***

**Ryon, Emmanuel**

**Martin, Mélanie**

La Martinière

Soixante recettes de pâtisseries glacées du meilleur ouvrier de France : glaces, sorbets, esquimaux, yaourts, granités, cornets, tuiles, etc.

---



## ***Grands trails***

**Berg, Alexis**

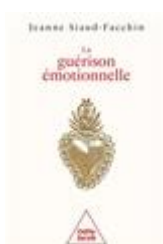
**Berg, Frédéric**

**Delfosse, Aurélien**

Mons

Les plus grandes courses de trail à travers le monde, des portraits de champions emblématiques de ce sport et des analyses de spécialistes de la discipline.

---



## ***La guérison émotionnelle***

**Siaud-Facchin, Jeanne**

O. Jacob

La psychologue et psychothérapeute propose un parcours thérapeutique pour se libérer des blessures du passé à travers une forme de guérison émotionnelle fondée sur la vie, la liberté et l'approvisionnement de ses douleurs psychiques. Soixante QR codes permettent une lecture interactive avec des musiques, des chansons, des images, des sons ou des méditations.

---



## ***Le jeu vidéo expliqué aux parents et aux éducateurs***

**Leroux, Yann**

Fyp éditions

Source de l'anxiété de beaucoup de parents d'enfants et d'adolescents, les jeux vidéo sont aussi populaires que mal vus. L'auteur déconstruit les préjugés, répond aux questions les plus fréquentes et donne ses recommandations. Affirmant leurs effets bénéfiques et curatifs au niveau psychique, il souhaite convaincre les joueurs et leurs parents du potentiel insoupçonné des jeux vidéo.



---

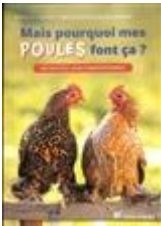
## ***Le livre de la rose***

**Baraton, Alain**

Grasset

Histoire, symbolique, caractéristiques, origine et propriétés de la rose, de l'Antiquité jusqu'au XXI<sup>e</sup> siècle.

---



---

## ***Mais pourquoi mes poules font ça ? : décryptez leur comportement***

**Krause-Wahl, Antje**

**Bauer, Wilhelm**

Terre vivante

Un guide sur la vie quotidienne d'un poulailler à travers la journée d'une poule décryptée en détail, des étirements du début de journée à la toilette en passant par le picorage et le grattage du sol. Avec un gros plan sur le bec, des conseils pour remédier aux troubles du comportement ainsi que des informations sur les poussins, le rôle du coq, les relations avec l'homme, entre autres.

---



---

## ***La Méditerranée dans votre jardin : une inspiration pour demain***

**Filippi, Olivier**

Actes Sud

Un ouvrage qui présente les paysages et la flore de la région méditerranéenne, principalement les garrigues. L'auteur propose ses conseils afin de cultiver ces plantes dans un jardin et expose les atouts et les perspectives qu'offrent les jardins de garrigues : ils résistent au froid et à la sécheresse, ils nécessitent peu d'entretien, ils sont adaptés aux enjeux du futur, etc.

---



---

## ***Le miroir de Bali***

**Bortoletto, Linda**

Payot

Après avoir parcouru les Andes et retrouvé goût à la vie à la suite d'une agression sexuelle survenue en 2019, l'auteure part sur les traces de sa mère et de sa grand-mère en Indonésie afin de renouer avec sa féminité. Le récit d'un voyage mêlant spiritualité et secrets de famille.

---



---

## ***Nous avons défié l'autisme en famille : quand l'enfant apprend envers et contre tout***

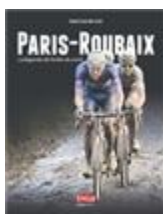
**Vinziers, Sophie**

O. Jacob

Racontant le parcours de son fils diagnostiqué autiste TED (trouble envahissant du développement sans troubles cognitifs), l'auteure décrit comment, à force de tâtonnements et de ténacité face aux institutions, elle a réussi à offrir une scolarité à son enfant, lui permettant ainsi de développer son accès au langage, de suivre un cursus et d'accéder à des formes d'autonomie.

---





## ***Paris-Roubaix : la légende de l'enfer du Nord***

**Batteux, Christian**

**Leroy, Cédric**

Casa

Une histoire de la course cycliste créée en 1896, présentant ses lieux mythiques et ses fameux secteurs pavés, ainsi que les portraits et les interviews de ses champions tels que Madiot, Boonen, Hinault, Guesdon, Cancellara ou Merckx.

---



## ***Shorts, hauts et jupes d'été : 17 modèles pour femme du 36 au 44***

Editions Marie-Claire

Des modèles de vêtements estivaux pour femmes faciles à coudre, avec des explications détaillées et illustrées en pas à pas : shorts, tops, kimono d'été, jupe plissée, entre autres.

---



## ***Les superpouvoirs de l'argent colloïdal : un antiseptique naturel au quotidien : santé, beauté, maison : plus de 55 utilisations pour tous les jours***

**Verdon, Ambre**

Leduc.s éditions

Une présentation de l'action antibactérienne de l'argent sous sa forme colloïdale, avec plus de 55 idées pour l'utiliser au quotidien : désinfection des ustensiles, apaisement des brûlures, purification de l'eau, entre autres. Des témoignages et des astuces ponctuent l'ouvrage.

---



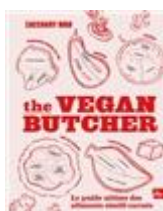
## ***Tenzing : le héros de l'Everest : une biographie***

**Douglas, Ed**

Paulsen

Une biographie de Tenzing Norgay. Né au Népal dans une famille d'éleveurs de yacks, il est le premier à parvenir, le 29 mai 1953, à atteindre le sommet de l'Everest, avec le Néo-Zélandais Edmund Hillary.

---



## ***The vegan butcher : le guide ultime des aliments simili-carnés***

**Bird, Zacchary**

la Plage

130 recettes de produits simili-carnés, reproduisant la saveur et la texture de la viande à partir d'ingrédients d'origine végétale, comme le tofu ou la farine. Avec des pas-à-pas illustrés.

---



## ***Vivre avec un chat en appartement : 7 astuces pour trouver l'équilibre et le bien-être***

**Banas, Anne**

**Banas, Irène**

Jouvence

Des conseils pour bien s'occuper de son chat en appartement et mieux répondre à ses besoins en décryptant ses faits et gestes, avec des astuces faciles à mettre en place.