



André, Christophe
Jollien, Alexandre
Ricard, Matthieu

A nous la liberté !

Un moine, un philosophe et un psychiatre livrent leurs conseils personnels pour cheminer vers la liberté intérieure et se mettre au service de tous. Chaque chapitre débute avec une anecdote racontée par l'un des trois suivi de six lettres échangées entre eux.

l'Iconoclaste
Allary éditions
FDL



Asselin, Jean-Michel

On ne vit pas au sommet : chroniques de montagne

Une cinquantaine de courtes chroniques dans lesquelles l'auteur aborde, souvent avec humour, le quotidien d'un voyage en montagne : comment bivouaquer au fond d'une crevasse, que manger sur les sommets, où rencontrer le yéti, ou encore comment rater un sommet à cause d'une paire de chaussettes.

Pocket
FDL



Bardet, Christelle

Quand maman plantait des brosses à dent

L'auteure témoigne de la maladie d'Alzheimer de sa mère, affectée à l'âge de 56 ans. Sont évoqués des passages de sa vie à la maison et en institution, marqués par la tristesse, la douceur et une étrange poésie liée aux troubles comportementaux de la malade.



Plon
FDL



Bern, Stéphane

Les pourquoi de l'histoire

Volume 3

Cent questions-réponses sur des événements historiques insolites ou méconnus.

Albin Michel

FDL



Bern, Stéphane

Secrets d'histoire

Volume 7

Des grands mystères et faits cachés autour de personnages historiques : Alexandre le Grand, Spartacus, Barbe-Noire, Elisa Bonaparte, Louise Michel, Martin Luther King, etc. Des affaires d'Etat aux scandales et autres énigmes du passé, un recueil d'anecdotes racontant la grande histoire.

Albin Michel

FDL



Blondeau, Nicole

Allouache, Ferroudja

Né, Marie-Françoise

Littérature progressive du français : niveau débutant : avec 600 activités

Des activités de lecture et d'analyse orales et écrites à partir de textes d'auteurs francophones du XVIe au XXIe siècle. Une approche qui prend en compte la stylistique, la textualité, l'histoire littéraire, le repérage des genres et la portée des idées. Le CD contient des enregistrements de textes de poésie et

de théâtre et tous les textes des activités communicatives.

CLE international

P



Bronner, Gérald

Krassinsky

Crédulité & rumeurs : faire face aux théories du complot et aux fake news

Sous forme de bande dessinée, des conseils pour trier et vérifier les sources d'information et la véracité de leur contenu.

Le Lombard

P



Chollet, Mona

Sorcières : la puissance invaincue des femmes

La journaliste interroge le lien entre la figure de la sorcière dans l'Europe de la Renaissance et les représentations et préjugés contemporains sur la femme indépendante, âgée ou sans enfant. Elle aborde la relation de cause à effet entre la chasse aux sorcières et le rapport guerrier qui s'est développé à l'égard des femmes et de la nature. Prix de l'essai Psychologies-Fnac 2019.

Zones

P



Clea

Veggie : je sais cuisiner végétarien : 500 recettes

Ce document propose 500 recettes végétariennes pour toutes les occasions avec des informations pour équilibrer ses menus. Au sommaire notamment : chausson géant au potimarron, cheese-cake végétalien sans cuisson, flans de fromage de chèvre aux petits pois, gnocchis au quinoa, pain au lait d'amande et au muesli, orge à la menthe et à la feta, riz au lait d'amande et aux framboises.

la Plage

P



Desanti, Nathalie

Et un jour... j'ai décidé de faire la tortue : comment le slow parenting a changé ma vie...

Une mère explique comment elle a décidé d'arrêter le surmenage et d'adopter un style parental calme et détendu. Elle invite les parents à trouver le temps de vivre avec leurs enfants. Avec des encadrés et des conseils pratiques.

Horay

FDL



Ferrand, Franck

Franck Ferrand raconte

L'auteur raconte une vingtaine d'événements et de faits historiques dans un style simple et enlevé, parcourant plusieurs siècles de l'histoire. Il parle notamment de la bataille d'Hastings dans les années 1060, de l'assassinat en 1617 de Concini, conseiller et confident de Marie de Médicis, du crépuscule des samouraïs, de l'abdication de Nicolas II ou encore de Gandhi.

Perrin

Historia éditions

FDL



Giraud, Marc

Delavergne, Sylvain

Le monde entre nos mains : le tour du monde des solutions durables

En 2012 et en 2013, les auteurs sont partis à la rencontre des promoteurs d'une économie respectueuse de l'environnement. Ce livre regroupe 47 reportages d'entrepreneurs et d'inventeurs originaires de 17 pays : un universitaire qui forme des femmes démunies à l'ingénierie solaire, un créateur de planches de surf écologiques, une protectrice de la barrière de corail, etc.

Afnor

P



Hoarau, Etienne

A contre-pied : vélo, handicap et rencontres autour du monde

E. Hoarau, atteint du syndrome de Little, raconte le défi qu'il s'est lancé de parcourir à vélo la France, les Amériques du Sud et du Nord avec un ami valide, puis la Sibérie et le Cambodge en solitaire. Son récit véhicule une image positive du handicap et une force de vie qui a su triompher des obstacles.

Pocket

FDL



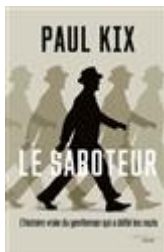
Kempton, Beth

Wabi sabi : le bonheur est dans l'imperfection

Présentation de cette philosophie de vie prônant le retour à la simplicité et à une sobriété paisible capable d'influencer positivement l'existence. S'accepter soi-même, se reconnecter à la nature, apprécier la beauté et la joie autour de soi sont autant de moyens pour appliquer ce concept issu de la culture zen japonaise.

Marabout

FDL



Kix, Paul

Le saboteur : l'histoire vraie du gentleman qui a défié les nazis

Le portrait de Robert de La Rochefoucauld qui, en juin 1940, alors qu'il n'a que 16 ans, se rend à Londres pour y rencontrer le général de Gaulle. Il est recruté par la branche action des services secrets anglais. Parachuté en France et multipliant les identités, il accomplit de nombreuses missions. Capturé à plusieurs reprises par les Allemands, il réussit à s'évader à chaque fois.

le Cherche Midi

FDL



Küper, Wolf

Un million de minutes : comment j'ai exaucé le souhait de ma fille et trouvé le bonheur en famille

Nina, une fillette de 4 ans, souffre de difficultés cognitives et motrices qui la mettent en porte-à-faux avec le temps. Quand elle dit à son père qu'elle aimerait passer un million de minutes avec lui pour faire de jolies choses, celui-ci décide de réaliser son vœu. Ils partent en famille pour un voyage de deux ans à travers le monde, visitant la Thaïlande, la Nouvelle-Zélande ou l'Australie.

Editions Gabelire

P



Noucher, Sophie

Le plastique c'est pas automatique : pourquoi et comment j'ai déplastifié ma vie sans trop d'efforts

Après avoir rappelé un certain nombre de données montrant l'urgence de la situation, l'auteure donne des conseils pratiques que chacun peut suivre, progressivement et à son rythme, pour réduire sa consommation de plastique au quotidien que ce soit à la cuisine, au jardin ou dans la salle de bains.

First Editions

FDL



Pichon, Jérémie

Famille en transition écologique : ze guide 2 : changer son monde pour changer le monde

Un guide pour adopter un mode de vie durable en famille. Avec des conseils pour réduire son impact environnemental dans divers domaines : transport, logement, alimentation, hygiène, cosmétiques, habillement, loisirs ou encore épargne.

T. Souccar

C



Thunberg, Greta

Rejoignez-nous : #grèpepourleclimat

Des extraits du discours de la jeune écologiste suédoise, figure de la défense du climat, donné lors du sommet de Davos en 2019, exhortant à agir positivement et dans l'urgence pour le climat.

Kero

P



Vargas, Fred

L'humanité en péril : virens de bord, toute !

Un réquisitoire contre la désinformation massive effectuée durant des années sur les catastrophes écologiques qui menacent la planète. L'écrivaine rend compte de ses recherches sur le sujet afin que tous les citoyens puissent avoir les connaissances nécessaires sur l'état de la biodiversité pour s'engager dans la défense de l'environnement.

Flammarion

P