

ECG ELLA-MAILLART CENTRE DE DOCUMENTATION

Liste des nouvelles acquisitions

JANVIER - MAI 2024



Table des matières

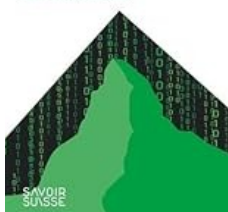
Livres documentaires.....	3
000 informatique – Lecture.....	3
100 Philosophie – Psychologie.....	5
200 Religions.....	10
300 Sciences sociales.....	11
500 Sciences exactes et naturelles.....	26
600 Médecine – Technologie.....	28
700 Art – Divertissement – Sport.....	37
800 Langues – Littérature.....	42
900 Géographie – Histoire.....	42
Romans.....	46
Bandes dessinées.....	52
DVD fiction.....	53

LIVRES DOCUMENTAIRES

000 INFORMATIQUE - LECTURE

Pour une
souveraineté
numérique

Jean-Christophe Schwaab



Pour une souveraineté numérique / Jean-Christophe Schwaab. Presses polytechniques et universitaires romandes, 2023. Cote : 004.6 SCHW

L'essor des nouvelles technologies pose d'importants problèmes de souveraineté. Les grandes entreprises du secteur, notamment les GAFAM et leur homologues chinois BATX, utilisent leur taille et leur pouvoir de marché pour violer la souveraineté des Etats en imposant leurs règles ou en influençant la création des lois en fonction de leurs intérêts. Ingérence dans les politiques publiques, perturbation du débat démocratique au moyen d'algorithmes, privatisation du droit, contournement des législations nationales : les atteintes à la souveraineté sont multiples. Or, le débat actuel sur la souveraineté numérique se limite souvent à un aspect assez marginal : le lieu de stockage des données. Cet ouvrage brosse un panorama des problématiques que soulève la révolution technologique et présente des propositions, en matière de droit ou d'infrastructures, pour rétablir cette souveraineté et la pérenniser.

FRANÇOIS JOST
**EST-CE QUE
TU MÊMES ?**
DE LA PARODIE
À LA PANDÉMIE NUMÉRIQUE



Est-ce que tu mêmes ? : de la parodie à la pandémie numérique / François Jost. CNRS, 2022. Cote : 004.738.5 JOST

Les mèmes, ces images ou séquences d'images fixes ou animées, transformées et détournées, inondent le web et nos messageries. Personne n'y échappe. Ils circulent sur Internet, à la portée de tout un chacun, pour nous faire rire, pour critiquer ou donner à penser. Parfois regardée avec mépris, cette nouvelle manifestation de la pop culture recèle un monde complexe, qu'il faut pénétrer pour en saisir toute la richesse. Car si les mèmes sont des formes humoristiques, ils disent beaucoup sur le monde, l'actualité et sur nous-mêmes. Pas seulement pour se moquer, mais aussi pour dénoncer, pour soutenir une cause ou, tout simplement, exprimer nos peurs, comme on l'a vu pendant la pandémie. Populaire, proliférante et massive, la culture du mème méritait un décryptage. Avec son regard de sémiologue, François Jost en décortique la mécanique, nous en révèle les ressorts, les usages et leurs rôles social et politique.



Instagram sans filtre : les secrets de la start-up qui a révolutionné nos modes de vie / Sarah Frier. Dunod, 2020. Cote : 004.738.53 FRIE

Phénomène social et culturel, Instagram est la pépite des réseaux sociaux. Créée en 2010 par Kevin Systrom et Mike Krieger, l'appli a été rachetée par Facebook à peine deux ans plus tard, pour la

somme historique d'1 milliard de dollars. Cette histoire de succès et de croissance fulgurante est aussi celle de la jalousie de Mark Zuckerberg, de la compétition avec Twitter et Snapchat, des stratégies de l'équipe Instagram pour garder sa vision et son indépendance.



La guerre des intelligences : à l'heure de ChatGPT / Laurent Alexandre. J.-C. Lattès, 2023. Cote : 004.81 ALEX

200 millions d'utilisateurs conquis en quelques semaines : jamais une technologie ne s'était imposée aussi rapidement. ChatGPT est à l'origine d'un tournant fondamental de notre Histoire. Car son fondateur, Sam Altman, veut créer une Superintelligence Artificielle pour concurrencer nos cerveaux, au prix d'une dangereuse course mondiale. L'école et le monde du travail devront se rénover de fond en comble, or nos dirigeants n'ont pas pris la mesure de la vague prête à nous submerger. ChatGPT tombe au pire moment et nous ne

sommes pas armés.



ChatGPT pour les nuls / Yasmina Salmandjee. First, 2023. Cote : 004.81 SALM

Les secrets de l'IA générative dont tout le monde parle !

Depuis quelques mois, pas un jour ne s'écoule sans que soit évoqué ChatGPT. Cet outil (chatbot) qui permet de générer des textes est en passe de bouleverser notre quotidien. Grâce à ce livre, plongez à votre tour dans ce nouvel univers. Après une présentation générale de l'intelligence artificielle (IA), vous apprendrez à saisir des prompts (requêtes) afin d'obtenir des résultats conformes à vos attentes, des plus utiles aux plus futiles, des plus créatives aux plus récréatives : transformation de textes, rédaction de documents professionnels, éducation, jeux, programmation... Une infinité d'utilisations tant professionnelles que personnelles s'ouvrent à vous !



La révolution ChatGPT : l'intelligence artificielle qui a déjà séduit plus de 100 millions d'utilisateurs dans le monde ! / Eric Sarrion. Eyrolles, 2023. Cote : 004.81 SARR

ChatGPT est LE service web à la mode sur Internet en 2023 ! Pour beaucoup d'utilisateurs, ChatGPT est aussi révolutionnaire que le Web 2.0 aux début des années 2000. Lancé en novembre 2022, il comptait en janvier 2023 déjà plus de 100 millions d'utilisateurs dans le monde ! Plus précisément, il s'agit d'un agent conversationnel utilisant l'intelligence artificielle, développé par OpenAI et spécialisé dans le dialogue. ChatGPT utilise un modèle de langage génératif pré-entraîné pour comprendre les questions des utilisateurs, prendre en compte le contexte et générer des réponses conversationnelles précises et pertinentes. Ce livre examine les divers aspects de ChatGPT, y compris son fonctionnement interne, son utilisation dans des projets informatiques, son impact sur l'emploi et la société, ainsi que les implications juridiques et éthiques de son utilisation. Il aborde également les perspectives à long

terme pour ChatGPT, y compris les avancées futures possibles, les défis d'adoption et les considérations pour une utilisation éthique et responsable. En fin de compte, ce livre offre une vue d'ensemble sur ce qui est peut-être l'un des développements les plus importants en matière d'IA (Intelligence Artificielle) dans l'histoire récente et fournit des informations utiles pour les chercheurs, les décideurs et tous ceux qui s'intéressent à l'avenir de la technologie.



Faites-les lire ! : pour en finir avec le crétin digital / Michel Desmurget. Seuil, 2023. Cote : 028.01 DESM

Après le succès de son dernier livre sur les dangers des écrans pour nos enfants, Michel Desmurget revient pour vanter l'extraordinaire pouvoir de la lecture. Selon lui, elle construit l'enfant, stimule l'intelligence, enrichit le langage et la culture générale, favorise l'attention, l'empathie et la réussite scolaire. Alors pour en finir avec le « crétin digital », faites-les lire !

100 PHILOSOPHIE - PSYCHOLOGIE

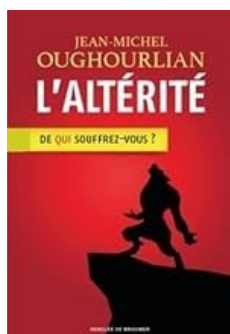
**LIRE FÉMINISTE
POUR QUOI
FAIRE ?**



Être féministe, pour quoi faire ? / Camille Froidevaux-Metterie. Ed. de La Martinière jeunesse, 2023. Cote : 141.72 FROI

Dans la plupart des démocraties occidentales, les femmes disposent des mêmes droits que les hommes. Pourtant, les discriminations ne cessent pas et les violences sont quotidiennes. Certains droits qui semblaient acquis pour toujours sont même remis en question. En revenant sur les grandes étapes historiques et les jalons théoriques qui ont marqué la lutte pour l'émancipation des femmes, Camille Froidevaux-Metterie explique la notion de patriarcat et les différents aspects du féminisme. Elle rappelle ainsi la nécessité des combats

qu'il nous reste à mener.



L'altérité : de qui souffrez-vous ? / Jean-Michel Oughourlian. Desclée de Brouwer, 2020. Cote : 159.923.2 OUGH

Après le succès de son livre, Notre troisième cerveau, Jean-Michel Oughourlian s'attache à démontrer que les mécanismes toxiques et pathogènes à l'œuvre dans les maladies physiques et dans les troubles mentaux ont une cause commune : l'altérité. La vraie question n'est donc pas : De quoi souffrons-nous ? mais bien : De qui souffrons-nous ? Altérité exogène, comme dans les maladies infectieuses, ou altérité endogène, comme dans les cancers. Mais

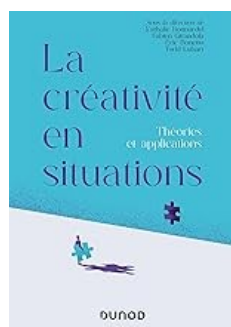
altérité fluctuante en psychopathologie, tantôt modèle et amie, tantôt rivale et ennemie. Comme les cellules cancéreuses dissimulent leur agression sous le masque de certains enzymes, l'altérité ennemie, dans les psychoses et les névroses, se cache sous des symptômes qu'il faut savoir décrypter. Guérir de maladies physiques, ou mettre fin à des désordres psychologiques, consiste à reconnaître

cette altérité rivale. Mais il ne faut pas se tromper d'adversaire : prendre l'ami pour l'ennemi ou l'ennemi pour l'ami. Dans cette petite histoire de l'altérité émaillée d'exemples, on montre comment éviter la méconnaissance et s'ouvrir à une vraie relation.



Développer les compétences émotionnelles en 8 séances : repères théoriques et pratiques, les séances pas à pas, outils et exercices / Ilios Kotsou... [et al.]. Dunod, 2023. Cote : 159.942 DEVE

Les émotions sont des éléments clefs de notre bien-être tout comme elles peuvent être impliquées dans des problèmes de santé mentale importants (dépression, troubles anxieux...). Les demandes de thérapie ou d'accompagnement sont presque toujours en lien avec la présence d'émotions difficiles : tristesse, impuissance, déception, anxiété, solitude, colère, culpabilité, jalousie... Cet ouvrage est une carte routière au pays des émotions qui présente un programme dont l'objectif est de favoriser un changement positif durable dans la manière de réagir aux événements émotionnels, pour mieux vivre avec soi-même et avec les autres. Le programme DCE (Développer les Compétences Emotionnelles) a été développé par une équipe de chercheurs en psychologie spécialisés dans le domaine des émotions. Il fournit aux praticiens une grille de lecture des compétences émotionnelles et des outils concrets pour les développer en prévention et dans l'accompagnement de personnes en difficulté. Un programme complet sous la forme d'un parcours en 8 séances, validé scientifiquement et facile à mettre en pratique !



La créativité en situations : théories et applications / sous la dir. de Nathalie Bonnardel... [et al.]. Dunod, 2023. Cote : 159.954 CREA

Ce livre établit un panorama des recherches les plus actuelles sur la créativité pour mieux la comprendre et la favoriser. La première partie fait état des théories portant sur différentes facettes de la créativité, ses processus, les facteurs favorisant ou inhibant la créativité. La seconde partie, à visée pratique, rend compte de la créativité dans différentes situations d'applications : situations de travail (sur la base d'un management de la créativité), situations de formation (par la mise en oeuvre de méthodes pédagogiques) et dans des domaines relevant de la santé (dans une perspective de créativité adaptative en lien avec la résilience ou pour faire face à des situations de crises sanitaires).



Manuel de guérison des cauchemars / Benjamin Putois. Les Arènes, 2020. Cote : 159.963 PUTO

Chaque nuit, grâce aux rêves, nous digérons le stress et les peurs qui jalonnent nos journées. Les cauchemars participent à ce grand lessivage émotionnel, notamment pour nos souvenirs les plus angoissants. Mais parfois, il y a un bug. Les cauchemars ne remplissent plus leurs fonctions et peuvent générer une grande

détresse, chez les adultes comme chez les enfants. Ce livre nous révèle les mécanismes fascinants de cet état mystérieux de la conscience, éclairés par les dernières découvertes scientifiques. Il nous présente une nouvelle technique, scientifiquement validée, pour guérir des cauchemars : la thérapie par rescénarisation d'images mentales. L'objectif de cette méthode : transformer les scénarios négatifs en scénarios positifs. Le pouvoir de l'imagerie mentale est libérateur.



Whore power : travailler-lutter-diffuser : archives militantes du centre Grisélidis Réal de documentation internationale sur la prostitution / Zoé Blan-Scudéri. Les presses du réel, 2022. Cote : 176.5(494) BLAN

Pendant plus de trente ans de lutte et de mobilisation pour les droits des travailleuses et travailleurs du sexe, Grisélidis Réal, écrivaine, peintre et « courtisane révolutionnaire », a recueilli méthodiquement tout ce qui avait trait de près ou de loin aux métiers du sexe, en Suisse et dans le monde entier. Articles de presse, correspondances, travaux de recherche, rapports, prises de position, comptes rendus de séminaires, de colloques ou de congrès, affiches, pamphlets, manifestes... Son ambition était de créer, chez elle, un « Centre international de documentation sur la prostitution ». A l'aide de sa photocopieuse, elle confectionnait des dossiers thématiques qu'elle mettait ensuite à disposition de toute personne intéressée par la thématique du travail du sexe. Pour Grisélidis, il était primordial que la réalité quotidienne et le vécu des travailleuses et travailleurs du sexe puissent être entendus. Cette collection basée à Genève est unique en Europe et couvre de larges zones géographiques, de San Francisco à Milan, de Londres à Genève, de New York à Paris. La publication contient un riche appareil iconographique, accompagné de textes proposant des perspectives variées, sur l'histoire du combat autant que sur la question de l'archive et du document dans un contexte contemporain.

Thérèse Hargot

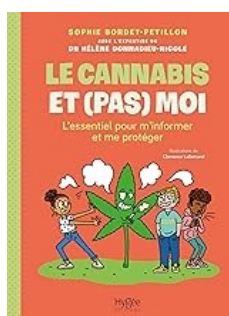
Tout le monde en regarde (ou presque)



Tout le monde en regarde (ou presque) : comment le porno détruit l'amour / Thérèse Hargot. Albin Michel, 2024. Cote : 176.8 HARG

Un enfant sur trois a vu des images pornographiques avant l'âge de 12 ans, deux sur trois avant 15 ans. 50% des garçons de 12 et 13 ans vont sur des sites pornos tous les mois et 44% des jeunes déclarent reproduire ce qu'ils ont vu dans ces vidéos. 70% des adultes en consomment, dont 25% au moins une fois par semaine. Thérèse Hargot a rencontré des milliers de jeunes en milieu scolaire. Elle a accompagné de nombreux adultes au sein de son cabinet. Elle a également échangé avec des producteurs, des acteurs, des réalisateurs de films X. Son constat : l'industrie pornographique est en train de détruire des générations entières. Elle détruit leur santé mentale, leur santé sociale, leur santé sexuelle, leur santé affective. Elle détruit leur capacité à aimer. Preuves à l'appui et hors de toute considération morale, Thérèse Hargot dénonce les conséquences d'un phénomène qui ne doit pas être banalisé et donne des pistes pour résister à l'addiction. Elle

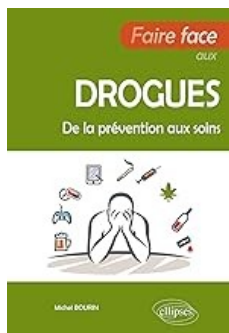
plaide pour une réflexion et des actes : il est urgent de sortir de cette spirale infernale et de réhabiliter le désir et l'érotisme.



Le cannabis et (pas) moi : l'essentiel pour m'informer et me protéger / Sophie Bordet-Petillon. Hygée, 2022. Cote : 178.8 BORD

Cet ouvrage informatif et pratique, s'adresse aux adolescents à partir de 13 ans et à leurs parents. Il réunit les conseils du docteur Hélène Donnadi u-Rigole et de la journaliste Sophie Bordet-Petillon, pour comprendre les risques encourus par l'usage du cannabis. Douze idées reçues sur cette drogue illégale en France sont décryptées, avec pour chacune des messages simples et des recommandations efficaces, afin que l'adolescent puisse s'informer et se protéger. «Le

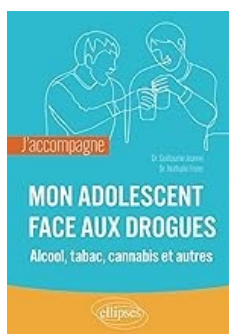
cannabis, c'est de l'herbe, c'est naturel» , «C'est une drogue douce, ce n'est pas dangereux» , «Je n'ai qu'un peu de cannabis sur moi, je ne risque rien» ... Telles sont les affirmations que cet ouvrage propose de décrypter afin de ne pas se faire piéger ou arrêter.



Faire face aux drogues : de la prévention aux soins / Michel Bourin. Ellipses, 2023. Cote : 178.8 BOUR

L'objectif du livre est de faire une synthèse réaliste et éclairée du phénomène de dépendance et tente de répondre à de nombreuses questions : - Qu'est-ce que la dépendance chimique ? - Quelle est la différence entre utilisation, abus et mésusage ? - Quels sont les différents traitements possibles ? - Comment prévenir la toxicomanie ? - Quel est le lien entre addiction et troubles psychiques ? Le problème de la toxicomanie est complexe. C'est en

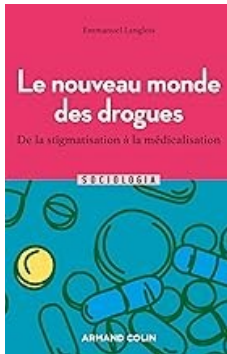
comprenant mieux les relations entre les troubles de l'humeur et les dépendances chimiques et comportementales que l'on progressera dans la prévention et le traitement des dépendances. Il s'adresse à toutes les personnes s'intéressant au sujet des drogues et au phénomène de dépendance.



Mon adolescent face aux drogues : alcool, tabac, cannabis et autres / Guillaume Jeanne, Nathalie Franc. Ellipses, 2022. Cote : 178.8 JEAN

L'ouvrage renseigne sur les enjeux des consommations chez les jeunes, les propriétés et risques de chaque produit ; pour permettre aux parents de rentrer dans une communication efficace et constructive avec leur ado. Il s'agit de donner des clés pour gérer au mieux les situations les plus compliquées, afin de préserver la sécurité des jeunes et la qualité de la relation parents-enfants. Ce

livre s'adresse donc aux parents d'adolescent consommateur régulier, occasionnel ou aux personnes en questionnement sur les risques des consommations chez les plus jeunes. Il s'adresse également à tous les professionnels qui travaillent avec des adolescents.



Le nouveau monde des drogues : de la stigmatisation à la médicalisation / Emmanuel Langlois. A. Colin, 2022. Cote : 178.8 LANG

Que sont devenus les junkies qui ont abreuvé nos imaginaires et nos stéréotypes autour de la drogue pendant plusieurs décennies ? Le présent ouvrage montre que cette figure s'est peu à peu diluée dans un nouveau monde des drogues qui brouille les frontières entre le licite et l'illicite, le thérapeutique et le récréatif, le normal et le pathologique, les insiders et les outsiders. Il fait le constat que la médicalisation et le succès de l'addictologie moderne ont profondément reconfiguré le sens des usages de drogues dans nos sociétés et nos vies individuelles. Dans ce nouveau monde de la « chimie sociale » qui organise un vaste continuum d'expériences psychotropiques, l'abstinence n'est plus le seul rapport socialement acceptable aux drogues qui sont désormais instrumentalisées dans de multiples politiques de l'individu.



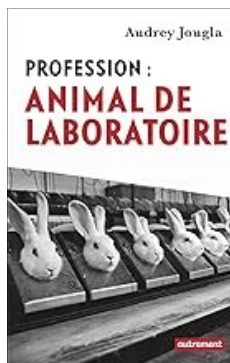
La sobriété numérique : comment rester connecté en conscience / Hélène Petit. Ulmer, 2023. Cote : 178.911 PETI

À l'heure du numérique, on peut souhaiter mener une vie résiliente sans pour autant se couper d'Internet, de smartphone ou des réseaux sociaux. Ce guide nous apprend comment faire au mieux. Hélène Petit a grandi avec la technologie et malgré son mode de vie engagé en faveur de l'écologie, c'est une véritable geek dans l'âme (création de ses propres sites web, utilisation de logiciels libres, etc.). Aujourd'hui, il paraît difficile de se passer d'Internet et des nouvelles technologies dans notre quotidien. Dans ce guide, Hélène nous apprend à simplifier notre usage d'Internet pour à la fois protéger nos données numériques personnelles, mais aussi la planète !



Les animaux ont-ils des droits ? / Florence Burgat. La Documentation française, 2022. Cote : 179.3 BURG

Quelle est la condition animale aujourd'hui ? Comment mieux traiter les animaux de compagnie, d'élevage et sauvage ? La cause animale est un sujet d'actualité qui oppose deux visions pour lesquelles le statut et le droit des animaux sont très différents. Cet ouvrage fait un état des lieux sur l'élevage, les expérimentations, la pêche, la chasse, la vente d'animaux, les zoos, le trafic d'animaux... et précise les moyens mis en oeuvre ou à mettre en oeuvre pour améliorer la condition animale. L'auteur compare la législation et les pratiques françaises en matière de droit des animaux avec l'Europe et l'internationale.



Profession : animal de laboratoire / Audrey Jougla. Autrement, 2016. Cote : 179.3 JOUG

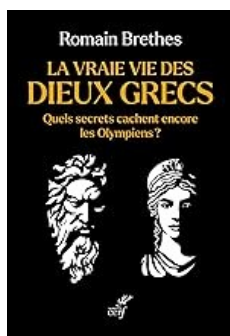
Pendant plus d'un an, Audrey Jougla a enquêté en caméra cachée dans les laboratoires publics et privés français pour comprendre la réalité de l'expérimentation animale. Quels sont les tests pratiqués aujourd'hui ? Dans quel but ? En Europe, plus de 11, 5 millions d'animaux subissent chaque année des tests, qui ne concernent pas seulement les rongeurs mais de nombreuses espèces familières comme les chats, les chiens, les chevaux ou les singes. En poussant les portes de ces lieux interdits au grand public, où personne n'a encore pu accéder sans effraction, Audrey Jougla nous embarque dans le récit de son aventure aux côtés des militants de la cause animale. Une enquête inédite et un récit saisissant sur la souffrance infligée aux animaux, qui interroge notre humanité face à l'absurdité de la violence.



Quelles alternatives en expérimentation animale ? : pratiques et éthique / Francelyne Marano... [et al.]. Quae, 2020. Cote : 179.3 MARA

Le débat sur la place de l'animal dans nos sociétés industrielles est un important sujet de polémique. Son utilisation à des fins de recherches fondamentales ou appliquées, pour le développement des médicaments et des vaccins, pour la sécurité des produits chimiques fait l'objet de vifs échanges. Certains défenseurs du bien-être animal considèrent qu'il faudrait remplacer totalement l'expérimentation animale par des « méthodes alternatives » et s'opposent aux scientifiques et experts qui en soulignent la nécessité. Ce livre a pour objet de faire un état des lieux le plus complet et le plus impartial possible de ces méthodes dans leurs applications, leurs avantages et leurs limites. Il traite également des questions éthiques et des réglementations qui les encadrent. Ces méthodes ne visent pas au remplacement systématique mais à un développement harmonieux des différentes approches afin de répondre au mieux aux questions scientifiques ou réglementaires posées dans le respect de l'animal.

200 RELIGIONS



La vraie vie des dieux grecs : quels secrets cachent encore les Olympiens ? / Romain Brethes. Les Éditions du Cerf, 2024. Cote : 200.264 BRET

Zeus, Athéna, Aphrodite... Nous croyons tout savoir des dieux grecs, et pourtant ils ont encore bien des secrets à nous dévoiler. Nous les réduisons à quelques clichés éculés, et pourtant ils sont bien plus riches et complexes. Quelle est leur véritable existence ? À quoi ressemblent-ils vraiment ? Sont-ils des êtres parfaits et sans défaut, ou bien menteurs, amoureux et querelleurs, comme nous ? Ils s'aiment, se déchirent, se trompent, se combattent. Mais il serait excessif de voir dans la vie des dieux et déesses de l'Olympe une simple suite de tragédies

sanguinaires. Car leur existence se dessine dans des récits en clair-obscur et aux mille variations. Dans un panorama plein de sève et d'humour, Romain Brethes entend redonner toute leur profondeur à ces figures tour à tour lointaines et familières, bienveillantes et terrifiantes, grandioses et burlesques. Il offre ainsi des éclairages inattendus sur des mythes dont la vitalité témoigne du rapport singulier qui nous unit à eux par-delà les siècles. Redécouvrez les Olympiens comme vous ne les avez jamais vus.

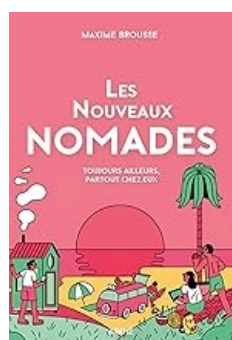
300 SCIENCES SOCIALES



Jeunesse : de nouvelles identités de genre ? / Arnaud Alessandrin. La Documentation française, 2023. Cote : 305 ALES
En France, les questions d'identités de genre sont de moins en moins taboues. Elles se traduisent par des luttes féministes, mouvements homosexuels et transgenres, identités non-binaires... De nombreux jeunes déclarent avoir un genre différent de celui assigné à la naissance, battant en brèche les normes de genre. Quels sont les enjeux des débats autour de l'identité de genre ? Quelles évolutions de cette notion au sein de la recherche ? Comment les familles vivent-elles ces transitions ? Quelles réalités des mineurs et jeunes trans aux seins de la famille, de l'école, et des institutions de santé ? Ce nouveau Place au Débat donne des clés de compréhension essentielles des nouvelles identités de genre. Il dresse un panorama synthétique des savoirs de la recherche clinique et des sciences humaines et sociales sur le sujet.



Mineurs non-accompagnés : quelle reconstruction en exil ? / Anne-Laure Le Cardinal. Academia, 2024. Cote : 314.745.053.6 LECA
Les Mineurs Non-Accompagnés, jeunes migrants sans autorisation de séjour ni responsable légal, interrogent notre société. Leur jeune âge, leur déracinement, leur isolement culturel constituent autant de défis pour leur intégration. Loin des mythes colportés, l'auteure s'appuie sur sa pratique pour fournir des clefs de compréhension basées sur la loyauté, la résilience et l'isomorphisme. Au-delà des traumatismes et ruptures, l'attention portée sur la créativité et les compétences de ces jeunes, permet l'élaboration de projets d'avenir tenant compte de leur parcours, de leur situation et réseaux d'appartenance actuels. L'alternance d'exemples concrets et de réflexions théoriques invite le lecteur, citoyen ou professionnel, à se forger une représentation complexe de ces jeunes fragiles et touchants, mais dont la force et les ressources suscitent l'admiration.



Les nouveaux nomades : toujours ailleurs, partout chez eux / Maxime Brousse. Arkhê, 2020. Cote : 316.324.3 BROU
Vanlifers, digital nomads, « tinistes »... voici les nouveaux nomades : ils parcourent le monde au volant de leurs vans, bâtissent leurs

maisons sur remorque pour déménager au gré de leurs envies, ou traversent la planète sur un coup de tête. Fruit d'une minutieuse enquête sur le terrain et du recueil de nombreux témoignages, ce livre cherche à découvrir s'ils connaissent un bouleversement profond de leurs valeurs. Surtout, il tente de deviner ce que leurs parcours racontent, en creux, de nos vies sédentaires. En effet, après des décennies de statu quo, notre mode de vie traditionnel est aujourd'hui remis en question et notre besoin d'évasion est croissant : comme la plupart d'entre nous, les nouveaux nomades veulent moins de choses et surtout... vivre plus d'expériences. Des campagnes françaises aux paradis d'Asie du Sud-Est, en passant par l'Amérique latine, ce livre dresse le portrait de ces voyageurs 2.0 qui réveillent en nous une part de notre humanité longtemps enfouie. Prêts à prendre la route ?



Derrière le mythe métis : enquête sur les couples mixtes et leurs descendants en France / Solène Brun. La Découverte, 2024. Cote : 316.347 BRUN

En France comme aux États-Unis ou au Brésil, le métissage fait l'objet d'une véritable obsession, entre haine raciste animée par la peur d'attenter à la « pureté de la race », qui plonge ses racines dans l'histoire esclavagiste et coloniale occidentale, et discours bienheureux et pacificateur, qui voit en lui un espoir pour l'avènement de sociétés post raciales enfin débarrassées du racisme. Ces positions apparemment antagonistes sont en réalité les deux faces d'une même analyse : le métissage diluerait les identités raciales.

Mais qu'en est-il véritablement? Prenant au sérieux une question restée sous-explorée dans les sciences sociales, cet ouvrage propose de plonger dans la vie quotidienne des familles « métissées » dans la France d'aujourd'hui. Qui sont ceux que l'on appelle les « couples mixtes » ? Comment se construisent leurs descendants, les « métis », qui grandissent entre plusieurs appartenances, plusieurs identifications, parfois plusieurs langues ou plusieurs cultures ? De quelle manière ces familles sont-elles perçues au quotidien et se perçoivent-elles elles-mêmes ? Comment se transmettent les identités lorsque parents et enfants ne sont pas racialisés de la même manière ? Grâce à une analyse à la fois sociologique et historique, Solène Brun interroge la négociation des catégorisations raciales et la construction de l'identité des personnes issues de « familles mixtes ». En confrontant le « mythe métis », c'est-à-dire les discours et représentations entourant le métissage, à l'analyse sociologique de ces expériences intimes, cette enquête nous permet de mieux cerner la persistance des frontières raciales dans une société française encore réticente à aborder des questions qui la travaillent en profondeur.



Déjouer les biais cognitifs = Les filles sont nulles en maths et autres préjugés : stéréotypes, préjugés : ne vous laissez plus bernier par votre cerveau ! / Enrick Barbillon. Marabout, 2023.

Cote : 316.647.8 BARB

Nous vivons dans un monde rempli de préjugés, et pour cause : notre cerveau, fabuleuse machine à appréhender ce qui nous entoure, fabrique sans cesse des stéréotypes et fait de nous, que

Stéréotypes, préjugés : ne vous laissez plus bernier par votre cerveau !

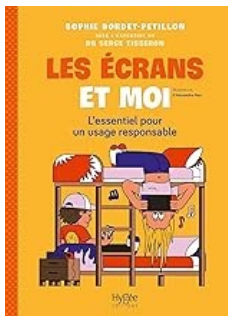


nous le voulions ou non, de parfaits discriminateurs, mais aussi des victimes – parfois inconscientes – de préjugés. Enrick Barbillon nous dévoile les tours que nous joue notre cerveau, les stéréotypes qui nous guident et leurs conséquences à l'échelle de la société. À l'heure des fake news, de la manipulation de masse – réelle ou fantasmée –, des idéologies xénophobes et des tentations complotistes, ce livre est un outil indispensable d'autodéfense intellectuelle.



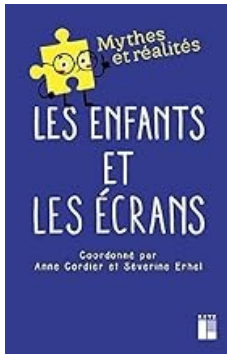
Very Important People : argent, gloire et beauté : enquête au coeur de la jet-set / Ashley Mears. La Découverte, 2023. Cote : 316.66 MEAR

Fêtes d'anniversaire de millionnaires, mégayachts sur la Côte d'Azur, bouteilles de champagne à 40000 dollars... C'est à la découverte du circuit mondial des boîtes de nuit de luxe et des soirées de la jet-set - de New York à Saint-Tropez - que nous convie Ashley Mears, ancienne mannequin devenue sociologue, dans un récit unique fondé sur une longue enquête en immersion. Elle dévoile, dans une perspective féministe, le travail des « promoteurs » de club chargés de recruter, dans la rue ou à la sortie des agences de mannequins, des jeunes femmes vouées à agrémenter par leur présence les soirées des very important people. Elles le font sans autre rémunération que les plaisirs passagers de la fête et du luxe, dans l'espoir d'accéder à des opportunités exceptionnelles. De leur côté, les clients fortunés, en exhibant des corps féminins « haut de gamme » et en faisant couler à flots un champagne hors de prix, se livrent à des joutes symboliques pour affirmer leur statut. Beauté, prestige, richesse et ambitions - largement illusoire - se mesurent et s'échangent ainsi lors de ces soirées VIP.



Les écrans et moi : l'essentiel pour un usage responsable / Sophie Bordet-Petillon. Hygée, 2021. Cote : 316.774.053.6 BORD

Jeunes connectés, l'essentiel pour ne pas vous faire piéger ! Parents, les bons arguments pour responsabiliser vos enfants ! Consoles de jeux, tablettes, smartphones, réseaux sociaux... les supports numériques et Internet t'offrent des possibilités incroyables ! Ce sont des outils géniaux... à condition de savoir les maîtriser pour naviguer en toute sécurité. Tu trouveras, dans cet ouvrage pratique aux illustrations drôles et modernes, des réponses simples et des recommandations efficaces pour être un utilisateur éclairé et responsable. Design addictif, surexposition aux écrans, fake news, collecte de données, diffusion d'images choquantes, respect de ta vie privée... grâce à de nombreuses ressources et astuces, ce livre t'aidera à mieux appréhender Internet et à avoir un avis critique sur ta propre utilisation des nouvelles technologies. Pourquoi devient-on accro aux écrans ? Les jeux vidéo développent-ils le cerveau ? C'est quoi le cyberharcèlement ? Tout finit par s'effacer sur Internet ? Est-ce qu'Internet sais tout sur moi ? C'est ce que tu vas découvrir ici. Un livre pratique et informatif à lire seul, en famille ou entre amis.

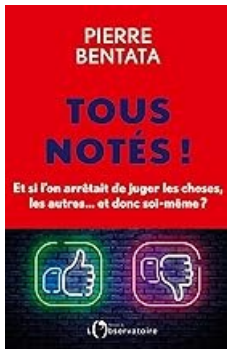


Les enfants et les écrans / coord. par Anne Cordier et Séverine Erhel. Retz, 2023. Cote : 316.774.053.6 ENFA

«Faut-il supprimer les écrans?», «Les écrans sont-ils dangereux pour nos enfants?», «Ecrans : écartez vos enfants»... autant de titres d'émissions ou d'articles de presse qui témoignent d'une préoccupation majeure dans notre société, pour les effets sanitaires et sociaux des écrans sur les enfants et adolescents.

Cet ouvrage apporte des éléments de réponse sur l'impact des activités numériques sur les capacités cognitives et sur les comportements des enfants et des adolescents. L'équipe

d'auteur.ices pointe les incantations, les clichés, les discours alarmistes (créant des «paniques morales») et propose de les dépasser afin d'engager un débat rationnel en cernant les enjeux en termes de santé publique et sociale. Dans cet ouvrage, 10 des mythes et réalités les plus répandus sont passés en revue, tels que «L'usage du numérique favorise le développement de troubles neurodéveloppementaux», «L'usage du numérique fait diminuer l'intelligence des enfants et des adolescents», «Les écrans altèrent les relations au sein de la famille et déstabilisent la parentalité», «Les jeux vidéo sont nuisibles par la santé physique et psychique des enfants et des adolescents», «Les écrans sont responsable d'une inculture adolescente», «Les réseaux sociaux altèrent les liens sociaux des adolescents»...



Tous notés ! : et si l'on arrêta de juger les choses, les autres... et donc soi-même ? / Pierre Bentata. Ed. de l'Observatoire, 2023. Cote : 316.777 BENT

« Votre avis nous intéresse ! » Qui n'a pas reçu ce message après avoir réservé en ligne un hôtel ou un restaurant, acheté un vêtement ou un livre, pris rendez-vous avec un plombier ou un médecin ?

Dans l'ère de la notation qui est aujourd'hui la nôtre, on nous propose de tout évaluer, tout le monde, tout le temps. L'obsession de la note régit notre quotidien, à coup d'étoiles, de likes, de classements. Utiles, ces avis ? C'est indéniable. Pour autant, leur

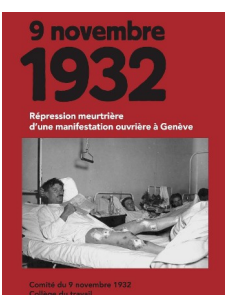
démocratisation bouleverse nos rapports humains comme nos habitudes de vie. Evaluer son prof ou son médecin ? C'est désormais possible. Ses propres performances sexuelles ? Des applications ont été créées pour. Donner de mauvaises appréciations en ligne à un concurrent ? C'est devenu un métier... Dans ce jeu permanent du jugement, l'autre devient une menace, soi-même un étranger et les valeurs morales s'effacent au profit de métriques techniques. Face à une telle situation, il faut reprendre le contrôle. La tâche n'a rien d'insurmontable. A condition, nous dit Pierre Bentata, de regarder en face ce qui nous pousse à tout noter. Car noter, c'est juger, et juger, c'est bien souvent haïr la réalité. Il est donc temps d'accepter le monde tel qu'il est et de dompter notre ressentiment pour retrouver un peu de sérénité et de bon sens.

S'INFORMER, À QUOI BON ?



S'informer, à quoi bon ? / Bruno Patino. Ed. de La Martinière jeunesse, 2023. Cote : 316.777 PATI 1

Tous les jours, nous sommes assaillis d'informations. A la télévision, à la radio mais surtout jusque dans notre poche, via les notifications incessantes des réseaux sociaux sur notre téléphone, l'actualité est partout ! Parfois, cet assaut quotidien donne le tournis, et on préférerait se barricader, dire « stop ! » D'autant plus que, qu'on le veuille ou non, l'information parvient toujours à nous. Alors, à quoi bon s'informer ? Dans un court texte brillant et fourmillant d'exemples, Bruno Patino revient sur les raisons de cette fatigue informationnelle, mais insiste sur notre devoir collectif de bien s'informer. En retraçant l'histoire de l'information, il nous convainc que celle-ci est une arme, un contre-pouvoir important et décisif dans notre société !



9 novembre 1932 : répression meurtrière d'une manifestation ouvrière à Genève / Comité du 9 novembre 1932, Collège du travail, 2022. Cote : 323.233(091) NEUF

Publication éditée par le Comité du 9 novembre 1932 et le Collège du travail, en partenariat avec la Bibliothèque de Genève à l'occasion de l'exposition «9 novembre 1932. Répression meurtrière d'une manifestation ouvrière à Genève» présentée du 1er au 20 novembre 2022 sur la plaine de Plainpalais pour marquer les 90 ans de l'évènement.



Violences policières, généalogie d'une violence d'Etat / Michel Kokoreff. Textuel, 2021. Cote : 323.269.3 KOKO

Michel Kokoreff propose dans cet ouvrage une généalogie des violences policières qui s'inscrivent dans l'héritage colonial, se prolongent en 68 et dans la gestion policière des quartiers populaires, pour perdurer aujourd'hui. Il montre comment ces violences sont ancrées au coeur de l'Etat français. De la guerre d'Algérie aux Gilets jaunes, elles n'ont jamais cessé. Il analyse les logiques qui les sous-tendent : militarisation de la police, volonté politique de neutraliser toute forme de contestation, mutation du syndicalisme policier, autonomie de la base policière qui impose ses pratiques à la hiérarchie. Jamais depuis un demi-siècle la France n'a connu une telle escalade de violences des forces de l'ordre alors que les dirigeants politiques s'enferment dans le déni. Michel Kokoreff montre qu'on ne peut pas la comprendre sans la relier à une violence plus structurelle, celle des inégalités sociales et raciales.

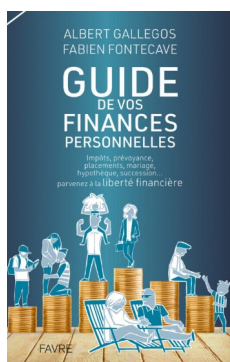
Faire campagne
Les partis politiques suisses
face à l'électorat depuis 1945
Zoé Kergomard



Faire campagne : les partis politiques suisses face à l'électorat depuis 1945 / Zoé Kergomard. Presses polytechniques et universitaires romandes, 2023. Cote : 329(494) KERG

Les campagnes électorales suisses de l'après-guerre ont longtemps été considérées comme des non-événements. Seule la droitisation

de l'Union démocratique du centre (UDC) à partir des années 1990 aurait bousculé la paisible vie politique suisse et son ancestrale culture du « consensus ». En partant des archives encore peu exploitées des quatre grands partis suisses (agrarien, démocrate-chrétien, radical et socialiste), ce livre prouve qu'il n'en est rien. Il fait revivre ces campagnes de 1945 à nos jours au plus près des acteurs politiques, et montre qu'elles ont appelé les partis à régulièrement renégocier leurs relations avec l'électorat et, par-là, leur manière de prétendre représenter « les Suisses », et notamment « les paysans » ou « les femmes ». Ces campagnes deviennent ainsi un passionnant poste d'observation des transformations de la représentation politique, combinant stagnation et changement, reproduction des rapports de force existants et création de nouvelles possibilités d'action politique, qui continuent d'avoir un effet aujourd'hui.



Guide de vos finances personnelles : impôts, prévoyance, placements, mariage, hypothèque, succession... parvenez à liberté financière / Albert Gallegos, Fabien Fontecave. Favre, 2023. Cote : 330.567.2 GALL

Ce livre illustré par des cas pratiques vous permettra d'opter pour des choix financiers qui vous correspondent, vous permettant de planifier et d'appréhender le futur sereinement et de devenir « financièrement indépendant ». Ce guide pratique et didactique dont l'objectif est d'aider les lecteurs à trouver « l'indépendance financière » suivra des personnes tout au long de leur existence. Grâce aux exemples exposés, nous y verrons plus clair dans les choix financiers que nous rencontrons tous : épargner, investir tout au long du cycle de vie, analyser les risques financiers encourus à la suite d'une invalidité ou d'un décès, optimiser sa caisse de pension, choisir entre la rente ou le capital à la retraite, déterminer la meilleure stratégie hypothécaire, fixer son régime matrimonial et, si divorce, adopter la meilleure solution. En cas d'héritage choisir la meilleure option : investir le montant hérité, le placer dans des produits financiers, racheter sa caisse de pensions ou s'en constituer une. Lors de successions, il s'agira de faire un choix : le testament, le pacte successoral ou une donation. Finalement, toute décision financière a une conséquence fiscale sur l'impôt sur le revenu, la fortune ou la succession.



L'économie circulaire : agir pour une Suisse durable / Dunia Brunner, Nils Moussu. Presses polytechniques et universitaires romandes, 2023. Cote : 330.88(494) BRUN

La nécessité de réduire l'impact écologique de nos modes de production et de consommation est unanimement reconnue. Pour y parvenir, l'économie circulaire propose une alternative au capitalisme dominant depuis la révolution industrielle : au lieu d'appréhender les flux de matières et d'énergie à sens unique, de l'extraction au rebut, elle les envisage en cycles fermés, à l'instar du fonctionnement des écosystèmes naturels. Ce livre présente de manière simple le concept d'économie circulaire, détaille ses principaux leviers et offre un aperçu actuel des opportunités d'une telle transition en Suisse, de ses implications sociales, politiques et juridiques

ainsi que des obstacles à sa mise en œuvre. Défendant une vision ambitieuse de la transformation circulaire, il invite à ne pas se cantonner au recyclage des matériaux, mais à repenser en profondeur les actions tout au long du cycle de vie des produits afin de les rendre plus durables.



Télétravail : la révolution du home office, les clés de la confiance / Pascal Leroy, Dominique Szepielak. First, 2021. Cote : 331.103 LERO

Encore balbutiant avant la crise sanitaire, le home office a désormais pris une place prépondérante dans les organisations de travail. Nos modes de vie, nos aspirations personnelles et la montée en puissance des nouvelles technologies nous poussent vers le travail à domicile. De nombreuses entreprises ont basculé vers le home office, total ou plus souvent partiel, pour réduire à la fois les déplacements de leurs employés et le coût de leurs structures. Si cette forme d'organisation du travail commence à se généraliser, c'est parce que tant les employeurs que les employés y voient un avantage. Mais cela modifie en profondeur le rapport à l'entreprise, la façon de manager, les relations avec les instances représentatives du personnel, la perception, l'équipement et l'organisation du domicile, la gestion des temps personnels et professionnels, sans oublier les impacts juridiques de ce mode de travail et les nouveaux défis qu'il pose en termes de RSE. Pour que cette nouvelle manière de travailler fonctionne, il est nécessaire d'en envisager tous les aspects, et d'en connaître tous les impacts et toutes les règles. Ce livre se propose d'avoir cette réflexion globale.



De la poubelle à l'assiette : contre le gaspillage alimentaire. Dix ans de lutte en France et aux États-Unis / Marie Mourad. L'Harmattan, 2023. Cote : 338.439 MOUR

Alors que plus du tiers de l'alimentation mondiale finit à la poubelle avant d'arriver dans nos assiettes, le gaspillage alimentaire a indigné, choqué, mobilisé. Nombreux sont les militants, associations, acteurs publics et entreprises qui se sont engagés dans une lutte anti-gaspi : vente de fruits « moches » transformés en confitures, obligation de redistribuer les produits invendus... Quelles ont été les conséquences économiques, sociales et environnementales de ces actions ? Ce livre révèle les limites et les contradictions de cette mobilisation. Il invite à interroger les modèles de (sur) production, de distribution et de consommation à la racine du gaspillage alimentaire. Face à un problème qui nous concerne tou.te.s, novices ou experts de la lutte contre le gaspillage trouveront dans ce livre des clés de compréhension et des idées pour nourrir leurs initiatives.



La guerre de l'ombre : le livre noir du trafic de drogue en France / Claire Andrieux. J'ai lu, 2022. Cote : 343.57 ANDR

Le trafic et la consommation de drogue ont explosé en France depuis dix ans. Cette enquête exclusive au cœur du système et des secrets de la lutte anti-drogue révèle l'ampleur inédite du trafic de drogue en France et décrit les coulisses de la guerre contre les organisations criminelles. S'appuyant sur des rapports officiels mais surtout sur des témoignages exceptionnels de policiers, douaniers, magistrats, informateurs, trafiquants et consommateurs, l'auteure remonte toute la chaîne du trafic, depuis la production au Maroc et en Colombie jusqu'à l'acheminement et la revente en France. Elle décrit aussi les opérations « très spéciales » et les saisies record par les forces de l'ordre. Cette investigation, remarquable par son exhaustivité et la qualité de ses informations, démontre que la drogue demeure le plus grand fléau français.

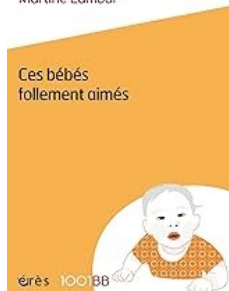
Didier Pleux
De l'enfant roi
à l'enfant tyran



De l'enfant roi à l'enfant tyran / Didier Pleux. O. Jacob, 2023. Cote : 347.635 PLEU

Votre fille ou votre fils de 3 ans décide seul de ses heures de repas ou de coucher. En classe, il n'écoute pas, répond aux enseignants, ne respecte pas les autres. Votre adolescent ne vous adresse plus la parole, mais il est exigeant dans bien des domaines. Comment élever un enfant pour qu'il s'épanouisse tout en respectant les autres ? Tel est l'enjeu de ce livre qui nous montre comment, en croyant bien faire, nombre d'entre nous ont démissionné de leur rôle éducatif. C'est en prenant conscience de nos difficultés face à l'autorité que nous mettrons fin à la tyrannie. Aimer, c'est aussi savoir dire non. L'autorité est plus que jamais nécessaire : l'éducation positive et la bienveillance parentale ne sont pas suffisantes. Pour retrouver la «bonne autorité», le parent ne doit pas craindre d'élever son enfant dans la verticalité et non dans une horizontalité permissive.

Martine Lamour



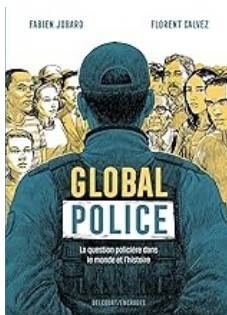
Ces bébés follement aimés / Martine Lamour. Erès, 2023. Cote : 347.647 LAMO

Accompagner les bébés en danger et leur famille, c'est pénétrer dans un monde peuplé de professionnels qui portent de lourdes charges. D'abord d'un pas allègre puis s'épuisant au fil du temps. En trente ans de pratique, j'ai rencontré des professionnels compétents qui pourtant se sentaient profondément dévalorisés et impuissants. J'ai vu des professionnels pleins d'empathie pleurer en évoquant les soins qu'ils avaient prodigués à un bébé maltraité... Et d'autres qui auraient aimé emmener le bébé chez eux le week-end, afin de le soustraire à son environnement. J'ai rencontré des professionnels qui éprouvaient de la tendresse pour le bébé en détresse, et de la colère à l'égard de la mère inconséquente... Et d'autres qui éprouvaient de la tendresse pour la mère inconséquente et en oubliaient le bébé. J'ai rencontré des professionnels expérimentés qui craignaient de persécuter les parents simplement en observant leur relation avec leur enfant, et avaient le sentiment de les trahir en osant penser placement [...].



Placés, déplacés, protégés ? : l'histoire du placement d'enfants en Suisse, XIX-XXe siècles / Joëlle Droux, Anne-Françoise Praz. Livreo-Alphil, 2021. Cote : 347.647(494) DROU

« Le fait que personne ne me parle jamais a été plus dur à supporter que toutes les raclées que j'ai prises ». En 2004, Arthur Honneger résumait ainsi la détresse des enfants placés en Suisse : au-delà des négligences et des violences, le pire était encore le sentiment de n'exister pour personne. Au début des années 2000, les voix des anciens enfants placés ont commencé à émerger d'une chape de silence longtemps entretenue. Grâce à la mobilisation tenace de certaines, soutenus par quelques historiennes et journalistes, la thématique de l'enfance placée s'est imposée comme un problème public au niveau national, suscitant de nouvelles recherches historiques ainsi qu'un processus politique de reconnaissance et de réparation. En proposant une synthèse des travaux récents, cet ouvrage explique comment ces dispositifs de placement ont vu le jour au nom de la protection de l'enfant, tout en conduisant aux dérives dénoncées par les témoins. Il entend contribuer à intégrer cette thématique dans l'histoire nationale et agir en faveur d'une reconnaissance de la mémoire des victimes. C'est aussi l'occasion d'alimenter un regard critique et réflexif sur le risque coercitif propre aux mécanismes d'assistance, hier comme aujourd'hui.



Global police : la question policière dans le monde et l'histoire / scénario : Fabien Jobard, Florent Calvez. Delcourt, 2023. Cote : 351.74 JOBA

De l'invention du bobby anglais au modèle chinois, Globale Police nous emmène dans ce que la police était et ce qu'elle pourrait devenir. La police est une institution neuve, fille du capitalisme urbain, où s'articulent les questions du contrôle, de la surveillance et de la violence. Fabien Jobard est l'un des premiers chercheurs à s'être intéressé à la fonction policière



1312 raisons d'abolir la police / dir. Gwenola Ricordeau. Lux, 2023. Cote : 351.74 RICO

D'où vient l'idée d'abolir la police et que recouvre-t-elle au juste ? Si la police ne nous protège pas, à quoi sert-elle ? Comment dépasser la simple critique de la police pour enfin en finir avec elle ?

HÉLÈNE ROMANO

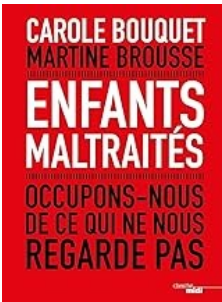
Les enfants et la guerre



Les enfants et la guerre / Hélène Romano. O. Jacob, 2022. Cote : 355.1.058.65 ROMA

Quand l'enfant est face à la guerre, c'est tout son monde qui s'effondre. Il est exposé à la mort et à une déshumanisation totale. Les attentats, la guerre en Ukraine sont venus nous rappeler cette réalité qui marque toute une génération. Les enfants qui fuient pour un exode plein d'incertitudes, les enfants piégés dans les zones de combat et parfois enrôlés, mais aussi, d'une autre façon, les enfants qui sont confrontés aux informations et aux images des médias et qui vivent une insécurité nouvelle dans leur quotidien. Ce livre nous fait prendre la mesure des conséquences psychiques considérables des événements traumatiques de guerre chez les enfants. Avec

bienveillance, l'auteure montre qu'il n'est jamais trop tard pour accompagner un enfant dans son vécu traumatique, pour l'aider à construire son devenir en apprivoisant ses blessures psychiques. Parents, éducateurs et tous les adultes trouveront les clés pour expliquer la guerre aux enfants, pour protéger et sécuriser ceux qui souffrent de stress post-traumatique.



Enfants maltraités : occupons-nous de ce qui ne nous regarde pas / Carole Bouquet, Martine Brousse. Le Cherche Midi, 2020.

Cote : 364.632.053.2 BOUQ

Hugo, 4 mois, tué par son père parce qu'il pleurait trop. Lucas, 7 ans, violé par son animateur de centre de loisirs. Binta, 12 ans, victime des nouvelles formes d'esclavage. Chaque jour, des enfants sont maltraités, frappés, violés ; chaque semaine, un ou deux enfants, en moyenne, sont tués, souvent par un membre de leur famille. Cette violence, aussi sidérante soit-elle, n'a pourtant rien d'une fatalité. Le

respect de la vie privée n'est pas un argument opposable à la vulnérabilité d'un enfant. Occupons-nous de ce qui ne nous regarde pas et qui nous concerne tous. Ce livre dresse un constat terrible, mais donne aussi des pistes pour protéger les enfants et sauver des vies. Chacun d'entre nous peut faire part de ses interrogations au numéro d'appel pour l'enfance en danger. Partout en France, des médecins forment des confrères au repérage des maltraitances, des enquêteurs apprennent à écouter et à recueillir la parole d'un mineur.



À l'école des mauvaises réputations : les relations entre élèves et leurs risques à l'ère numérique / Margot Déage. Presses universitaires de France, 2023. Cote : 364.634.053.2 DEAG

A l'adolescence, l'intégration de l'élève dépend de sa réputation, des jugements du groupe à son égard. Les attentes sont très différentes pour les filles et pour les garçons. A cet âge de la vie conformiste, dire qu'un ou une élève « a une réputation » signifie qu'il ou elle a une « mauvaise » réputation, qui en fait potentiellement la cible de harcèlement. Ce livre analyse les circonstances d'émergence du

pu harcèlement en milieu scolaire et en ligne, une situation dans laquelle les élèves subissent des agressions répétées et ne sont plus en mesure de

se défendre. Cette étude porte sur la manière dont les réputations façonnent les relations au collège et exposent les élèves à des risques. Elle repose sur une enquête qualitative dans quatre collèges franciliens de 2016 à 2018, menée à la fois en présentiel (ethnographie, entretiens) et en ligne (sur Snapchat et Instagram), et sur une enquête quantitative (questionnaire original et une base de données de l'Education nationale).



Le harcèlement et (pas) moi : l'essentiel pour y faire

face / Sandra Laboucarie. Hygée, 2023. Cote : 364.634.053.2 LABO

Cet ouvrage informatif et pratique s'adresse aux adolescents à partir de 11 ans et à leurs parents. Il réunit les conseils de la psychologue Marie Quartier et de la journaliste Sandra Laboucarie, pour comprendre les mécanismes du harcèlement scolaire. Douze idées reçues sont décryptées, avec pour chacune des explications simples et des conseils efficaces afin que l'adolescent puisse reconnaître les situations de harcèlement, adopter les bons réflexes et trouver des solutions et les ressources en soi ou auprès de son entourage pour y faire face. Il s'adresse autant aux victimes, qu'aux témoins, qu'aux agresseurs. «Harc ler, se moquer, c'est pareil ?», «Si je suis harcelé, ça veut dire que je n'aurai jamais d'amis ?», «Si j'interviens, on va me traiter de balance !»... Telles sont les questions ou affirmations que cet ouvrage propose de décrypter car, pour mettre fin au harcèlement, le premier pas c'est d'en parler !



Enfants de la précarité / Chantal Zaouche Gaudron. Erès, 2017.

Cote : 364.662.053.2 ZAOU

Cet ouvrage fait le bilan des recherches les plus contemporaines en psychologie sur les liens qui existeraient entre le développement de l'enfant et ses conditions de vie notamment quand elles sont marquées par la précarité. Dix ans après la parution du 1001BB Les conditions de vie influent-elles sur le développement de l'enfant ?, aujourd'hui  puis , cet ouvrage s'attache à rendre compte des avancées de la recherche dans ce domaine en s'intéressant aussi aux enfants de plus de 3 ans. L'objectif est d'examiner comment l'enfant qui grandit dans des conditions de vie précaires peut se développer. Quelles sont les incidences de l'environnement (social, économique, familial) sur sa santé physique et psychique ? Et surtout sur quel levier pouvons-nous agir pour améliorer la situation de ces enfants de la précarité, toujours plus nombreux dans notre pays et dans le monde, et leurs parents ?

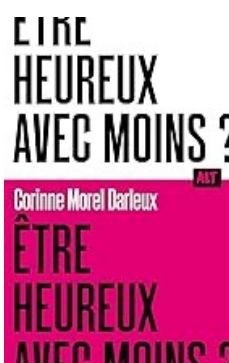


Les besoins artificiels : comment sortir du

consumérisme / Razmig Keucheyan. La Découverte, 2023. Cote : 366 KEUC

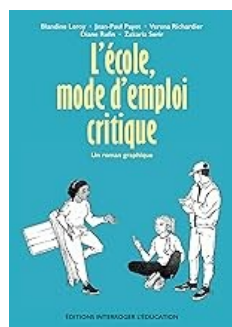
Le capitalisme engendre des besoins artificiels toujours nouveaux. Celui de s'acheter le dernier iPhone, par exemple, ou de se rendre en avion dans la ville d'  côté. Ces besoins sont non seulement

aliénants pour la personne, mais écologiquement néfastes. Leur prolifération sous-tend le consumérisme, qui aggrave l'épuisement des ressources naturelles et les pollutions. A l'âge d'Amazon, le consumérisme atteint son « stade suprême ». Ce livre soulève des questions simples : comment couper court à cette prolifération de besoins artificiels ? Comment sortir par là même du consumérisme capitaliste ? La réflexion s'appuie sur des chapitres thématiques, consacrés à la pollution lumineuse, à la psychiatrie de la consommation compulsive ou à la garantie des marchandises, pour élaborer une théorie critique du consumérisme. Elle fait des besoins « authentiques » collectivement définis, en rupture avec les besoins artificiels, le cœur d'une politique de l'émancipation au XXI^e siècle. Comme disait Marx, « une révolution radicale ne peut être que la révolution des besoins radicaux ».



Être heureux avec moins ? / Corinne Morel Darleux. Ed. de La Martinière, 2023. Cote : 366.1 MORE

Publicité omniprésente, influenceurs sous contrat, milliardaires érigés en modèles, profits records et jets privés... A l'ère du « toujours plus », la bataille contre le consumérisme semble perdue. Pourtant les activités humaines créent des dégâts à un rythme effréné. Et de plus en plus de personnes prônent une décroissance énergétique et matérielle. Dans un texte incisif et nécessaire, Corinne Morel Darleux s'interroge sur la possibilité d'être heureux en possédant moins.



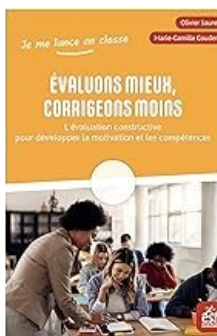
L'école, mode d'emploi critique : un roman graphique / dessin : Blandine Leroy ; scénario : Verena Richardier. Interroger l'éducation, 2023. Cote : 37.015.4 LERO

Glissez-vous dans un cours de sociologie de l'éducation et expérimentez avec les étudiantes et les étudiants un mode d'emploi critique de l'école pour mieux comprendre ses mécanismes inégalitaires cachés. Et peut-être imaginer l'école autrement.



Enseignants : de la vocation au désenchantement / Sandrine Garcia. La Dispute, 2023. Cote : 370 GARC

A partir d'une enquête auprès des professeurs des écoles des écoles qui ont démissionné, l'auteur met en cause les transformations rythmées par la casse des services publics qui entraînent alourdissement et intensification du travail pédagogique, et multiplication de nouvelles missions compliquant toujours plus le métier. Ces transformations, qui s'imposent dans un contexte d'austérité et de contrôle croissants des activités professionnelles, nourrissent le sentiment d'un décalage entre les investissements exigés et les satisfactions que les enseignants peuvent escompter de leur métier. Sandrine Garcia est spécialiste de l'éducation et a publié de nombreux livres.



Evaluons mieux, corrigeons moins : L'évaluation constructive pour développer la motivation et les compétences / Olivier Sauret et Marie-Camille Coudert. ESF, 2023. Cote : 370.9 SAUR

Propositions pour élaborer de nouveaux modes d'évaluation, sources de motivation, d'engagement et d'apprentissage. Interrogeant les effets potentiellement délétères des systèmes traditionnels de notation, les auteurs invitent à développer une grille d'apprentissage mettant davantage l'accent sur une communication positive entre élèves et enseignants.



Déjouer le stress à l'école : comment dépasser le stress scolaire et retrouver le plaisir d'apprendre ? / Anne Bargiacchi et Alexandre Hubert. Nathan, 2021. Cote : 371.212.72 BARG

Pour beaucoup d'enfants, l'école est source d'anxiété : un enfant sur quatre aurait connu au moins un épisode phobique au cours de sa scolarité. Le stress peut parfois se transformer en phobie : le « refus scolaire anxieux ». Est-il en lien avec l'environnement (crise sanitaire, pression scolaire, harcèlement, difficulté éducative) ou avec l'enfant lui-même (trouble de l'apprentissage, enfant anxieux, hyperactivité, autisme) ? Entre une angoisse liée à une difficulté passagère et une phobie invalidante, comment faire la part des choses ? Pour aider les familles, des outils pratiques et des exemples détaillés permettront de mieux cerner les causes du stress associé à l'école et apporteront des solutions concrètes à chaque enfant.



Souffrances à l'école : les repérer, les soulager, les prévenir / Nicole Catheline. Albin Michel, 2016. Cote : 371.212.72 CATH

Un grand nombre d'enfants et d'adolescents ne sont pas heureux à l'école. Dès la maternelle, ils sont confrontés à une double exigence d'apprentissage et de socialisation, qui est à l'origine de la plupart des souffrances scolaire. Sans parler du malaise de nombreux enseignants qui rejaillit sur eux. En cas de difficulté, certains baissent les bras et se réfugient dans une attitude de décrochage. D'autres, atteints de phobie scolaire, ne parviennent plus à aller en classe. Les derniers, tout aussi désemparés,

réagissent par des actes de violence ou de harcèlement que d'autres vont subir sans pouvoir se défendre. Nicole Catheline, pédopsychiatre forte d'une expérience de près de 40 ans auprès d'élèves en difficulté et formatrice pour les enseignants, explique les mécanismes de cette souffrance, comment la repérer et l'interpréter d'abord, et comment aider l'enfant à retrouver le bonheur d'apprendre. Mais aussi comment prévenir la souffrance scolaire car une scolarité douloureuse laisse des traces toute la vie.



Guide du parcours scolaire de l'enfant différent : les outils indispensables pour accompagner un enfant TDAH / Dys / HPI / TSA / Fabienne Henry. Dunod, 2023. Cote : 371.212.72 HENR

«Mon enfant est-il différent?» (dys, précoce, autiste, TDAH) : cette question, et toutes celles qui suivent naturellement, les professionnels de l'enfance et de l'éducation les entendent de plus en plus souvent dans la bouche de parents inquiets. Or, ils sont fréquemment aussi désespérés qu'eux pour y répondre.

C'est pour combler leur besoin d'explication et d'information que ce guide a été écrit. L'ouvrage explique de manière compréhensible comment identifier le problème ou le handicap que rencontre un

enfant. C'est également un véritable guide professionnel et parental pour s'orienter dans le labyrinthe scolaire, administratif et médical, souvent incompréhensible. En plus de fournir de nombreux repères simples, il offre plein d'astuces pour s'en sortir plus facilement.



Désolé pour l'orthographe : réflexions sur l'effritement du niveau scolaire / Marie Pedroni. Favre, 2023. Cote : 371.212.72 PEDR

Enseignement numérique, éducation à la citoyenneté, journées thématiques sont autant de sujets qui reviennent fréquemment à la table des discussions dans le monde pédagogique, en Suisse comme ailleurs. Nous voulons nous assurer que les élèves soient préparés pour les défis du XXIe siècle, qu'ils aient des compétences informatiques, qu'ils soient engagés. L'enseignement doit être dynamique, participatif, inclusif et les méthodes employées par le passé sont largement considérées comme périmées et inadéquates.

Face à ces ambitions, les constats du terrain, eux, laissent songeurs. Les élèves sont de plus en plus nombreux à ne plus maîtriser les notions fondamentales, particulièrement en ce qui concerne le français. Orthographe aléatoire, vocabulaire limité, difficultés de lecture parfois sévères, sont autant de problématiques auxquelles sont confrontés bon nombre de professeurs, et la proportion d'élèves ayant un ou des troubles diagnostiqués prend elle aussi l'ascenseur.



L'école digitale : une éducation à construire et à vivre : numérique et transformations de l'école / Joël Boissière et Eric Bruillard. A. Colin, 2021. Cote : 371.333 BOIS

Une analyse des changements qu'implique le numérique pour l'enseignement, transformations accélérées notamment par la pandémie de Covid-19. Les auteurs dressent un bilan des innovations pédagogiques et de leurs effets sur la diffusion des savoirs et proposent une réflexion sur les défis à venir à la lumière d'expériences internationales.



Bienvenue dans la machine : enseigner à l'ère numérique / Éric Martin, Sébastien Mussi. Écosociété, 2023. Cote : 371.333 MART
Hausse de la tricherie et du plagiat, perte du sens de la socialité, déficit d'attention et d'empathie, retards d'apprentissage : les preuves s'accumulent sur les effets délétères des technologies du numérique en classe, sur les plans cognitif et social surtout. Dans une critique sans concession de l'informatisation de l'école et des gouvernements obnubilés par le développement économique et l'innovation technologique, deux professeurs de philosophie nous alertent.

L'offensive numérique à l'école met à mal l'autonomie des enseignant.e.s et nous mène vers la dissolution des institutions d'enseignement comme lieux de transmission du savoir et de la culture. Devant une école qui servirait avant tout à former du « capital humain », ce cri d'alarme est un éloge du métier de professeur.



Gérer les élèves à besoins spécifiques : un nouveau défi pour l'école. Tome 1, Des difficultés d'apprentissage aux "dys" / Geneviève Vandecasteele. De Boeck, 2017. Cote : 376.056.36 VAND/1

Enseignants débutants ou chevronnés, orthopédagogues, psychologues, éducateurs... L'accompagnement des élèves en difficulté d'apprentissage pose à tous de nombreuses questions : que faire ? Comment identifier au mieux leurs difficultés ? Quels dispositifs mettre en place pour y répondre ? Vous trouverez une démarche orthopédagogique, avec des informations sur les difficultés observables dans différents contextes, des actions concrètes et des exemples pour accompagner et soutenir ces élèves à besoins spécifiques, ainsi que leur famille.



Gérer les élèves à besoins spécifiques : un nouveau défi pour l'école. Tome 2, Vers la construction d'un plan individuel d'apprentissage / Geneviève Vandecasteele. De Boeck, 2017. Cote : 376.056.36 VAND/2

Enseignants débutants ou chevronnés, orthopédagogues, psychologues, éducateurs... L'accompagnement des élèves en difficulté d'apprentissage pose à tous de nombreuses questions : que faire ? Comment identifier au mieux leurs difficultés ? Quels dispositifs mettre en place pour y répondre ? Vous trouverez, dans ces deux tomes, une démarche orthopédagogique, avec des informations sur les difficultés observables dans différents contextes, des actions concrètes et des exemples pour accompagner et soutenir ces élèves à besoins spécifiques, ainsi que leur famille.

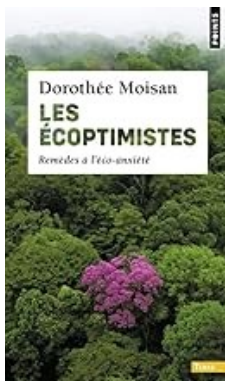
Clémentine Rossier, Laura Bernardi
et Claudine Sauvain-Dugerdil (dir.)
Diversité des familles
et bien-être en Suisse
Enquêtes sur les familles et les
générations 2013 et 2018



Diversité des familles et bien-être en Suisse : enquêtes sur les familles et les générations 2013 et 2018 / Clémentine Rossier, Laura Bernardi et Claudine Sauvain-Dugerdil. Seismo, 2023. Cote : 392.3(494) DIVE

Une trajectoire-type continue à dominer le parcours de vie en Suisse : la plupart des gens se marient, ont des enfants et adoptent une répartition inégale du travail entre conjoints. Comment comprendre cette (relativement) faible diversité des formes familiales ? Les institutions suisses restent largement conçues en référence au modèle de « Monsieur Gagne-Pain » : est-ce que les individus qui font famille autrement rencontrent des difficultés particulières, encourageant à la conformité ? Des chercheurs du Pôle de recherche national LIVES testent cette hypothèse avec les données des Enquêtes sur les familles et les générations collectées en 2013 et 2018 par l'Office fédéral de la statistique. Les parents qui cohabitent, travaillent tous deux à plein temps, se séparent, adoptent une garde partagée des enfants, les personnes qui restent sans enfant ou ont migré connaissent-elles des désavantages d'ordre économique, relationnel ou de gestion quotidienne qui affectent leur santé et leur satisfaction de vie ?

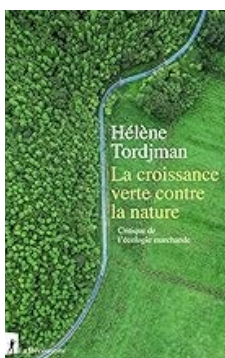
500 SCIENCES EXACTES ET NATURELLES



Les écooptimistes : remèdes à l'éco-anxiété / Dorothée Moisan. Seuil, 2023. Cote : 502.13 MOIS

Péril climatique, extinction des espèces, pollutions... N'en jetez plus ! Démoralisée par la litanie quotidienne des mauvaises nouvelles, la journaliste Dorothée Moisan a décidé de réagir. Refusant de céder à l'éco-anxiété, elle est partie en quête de personnalités qui, bien qu'aux premières loges du désastre, trouvent des raisons de vivre, de lutter, et d'être heureux. Car effondrement ou pas, on peut garder la pêche ! C'est ce que révèlent ces portraits d'écologistes inspirants qui, non seulement ne cèdent pas à l'éco-anxiété, mais rebondissent par l'action, la créativité, le rire, la transmission ou l'engagement.

Pleinement conscients de la crise écologique, l'humoriste Guillaume Meurice, le jardinier Gilles Clément, la maire Léonore Moncond'Huy, la glaciologue Heidi Sevestre, l'ingénieur Corentin de Chatelperron, l'écologue Franck Courchamp, la facilitatrice de transition Anne de Béthencourt, l'étudiante Louise Arrivé ou le père de famille Guillermo Fernandez arrivent encore à s'amuser. Et c'est diablement communicatif ! Ils ont trouvé l'astuce philosophale pour se battre en gardant le sourire et nous livrent leurs réjouissantes recettes de survie. Afin que nous devenions, nous aussi, des écooptimistes !



La croissance verte contre la nature : critique de l'écologie marchande / Hélène Tordjman. La Découverte, 2024. Cote : 502.15 TORD

Fabriquer de toutes pièces des micro-organismes n'ayant jamais existé pour leur faire produire de l'essence, du plastique, ou absorber des marées noires ; donner un prix à la pollinisation, à la beauté d'un

paysage ou à la séquestration du carbone par les forêts en espérant que les mécanismes de marché permettront de les protéger ; transformer l'information génétique de tous les êtres vivants en ressources productives et marchandes... Telles sont quelques-unes des «solutions» envisagées aujourd'hui sous la bannière de la transition écologique, du Pacte vert européen ou du Green New Deal pour répondre tout à la fois à la crise climatique, au déclin de la biodiversité et à la dégradation de la biosphère. Sont-elles vraiment en mesure de préserver la planète?

CLIMAT : TROP TARD POUR AGIR ?



Climat : trop tard pour agir ? / Hugo Viel. Ed. de La Martinière jeunesse, 2023. Cote : 504.7 VIEL

Contrairement à certaines idées reçues, il n'est jamais trop tard pour agir en faveur du climat car il n'existe pas de date butoir au-delà de laquelle il n'y aurait plus rien à sauver. A travers son parcours personnel, Hugo Viel a pour ambition de donner des pistes pour savoir comment s'engager sur ce sujet essentiel. Un texte important, un message inspirant porté par la voix d'un des jeunes activistes les plus engagés de notre pays.

La biodiversité
L'autre crise écologique



La biodiversité : l'autre crise écologique / Marc Vonlanthen.

Presses polytechniques et universitaires romandes, 2023. Cote : 574.1 VONL

Le déclin de la biodiversité est, conjointement au réchauffement climatique, l'autre crise écologique majeure de notre temps, à tel point que les scientifiques n'hésitent plus à parler d'une «sixième extinction de masse» – la première d'origine humaine. Compte tenu des réactions en chaîne qu'entraîne l'appauvrissement des espèces animales et végétales, ses conséquences apparaissent chaque année plus dramatiques non seulement pour l'environnement, mais aussi pour la stabilité sociale et économique de nos sociétés. À partir d'un diagnostic précis de l'état de la biodiversité en Suisse et dans le monde, Marc Vonlanthen retrace comment l'enjeu vital de la diversité biologique a redéfini en profondeur la protection de la nature et propose une approche intégrée selon laquelle l'être humain partage une communauté de destin avec les écosystèmes impactés. Alliant observations factuelles et réflexions éthiques, son ouvrage démontre l'urgence d'une prise de conscience aussi bien individuelle que collective et présente des pistes pour retrouver une nécessaire harmonie avec la nature.

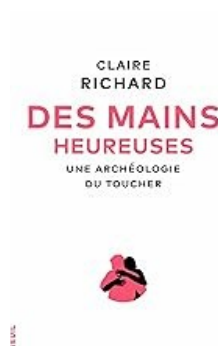
600 MÉDECINE - TECHNOLOGIE



Le don dans le sang : témoignages et analyses / dirigé par Jean-Daniel Tissot et Philippe Schneider. Favre, 2020. Cote : 611.018.5 DOND

Cet ouvrage est un témoignage de gratitude envers les nombreuses personnes qui accomplissent bénévolement un geste social fort, en donnant de leur sang pour les autres. Leur solidarité contribue à rendre la société plus humaine. Certaines d'entre elles ont accepté de prendre la parole. Dans de brèves histoires de vie, elles se dévoilent et expriment leurs motivations, sentiments et opinions en relation avec un acte qu'elles ont répété à de multiples reprises. En écho à ces témoignages-portraits, de grands témoins apportent leur

regard d'êtres humains et de spécialistes sur les questions métaphysiques, spirituelles, éthiques, juridiques, sociologiques et médicales posées par le don de sang.



Des mains heureuses : une archéologie du toucher / Claire Richard. Seuil, 2023. Cote : 612.88 RICH

En pleine épidémie de Covid, dans une maternité déserte, je me suis demandé si mon fils allait naître dans un monde irrémédiablement appauvri, sans le droit de se toucher ni de se rencontrer. Le confinement a été levé, mon fils est né, mais les «gestes barrières» sont restés. J'ai découvert l'immense continent des gestes de la maternité, tour à tour libérateurs et aliénants. J'ai alors commencé à réfléchir aux architectures tactiles, celles qui nous entravent et celles qui nous portent, et à imaginer une archéologie du toucher. L'amour

et la perte, la tendresse et la violence, la transmission et la rupture, la naissance et la mort : et si l'on racontait notre vie sous l'angle des gestes qui la composent ? Des mains heureuses qui nous font et nous défont ?



Libérons-nous de la douleur : les nouvelles techniques pour sortir du scandale de la douleur et du tout-médicament / Marc Lévêque. Buchet-Chastel, 2022. Cote : 612.884 LEVE

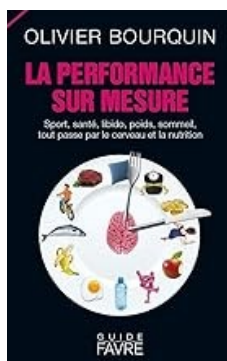
Lombalgie, névralgies, endométriose, arthrose... La douleur est, en France, la première cause de consultation chez le médecin. Sa forme chronique touche 14 millions de nos concitoyens, et parmi eux, 70 % se considèrent insuffisamment soulagés. La crise des opioïdes et l'avènement du cannabis thérapeutique ont été abondamment relayés dans les médias tandis que les nouveaux modes de

traitement non médicamenteux ? comme la méditation, l'hypnose, les thérapies cognitives ou encore la musicothérapie, aujourd'hui scientifiquement validées et pourvoyeuses d' « effets très désirables » demeurent largement ignorés. La neuromodulation (stimulation électrique de la peau, des nerfs, de la moelle épinière et du cerveau) offre également des ressources thérapeutiques inédites, mais malheureusement peu connues ou non remboursées.



L'injustice des inégalités sociales de santé / Paul-Loup Weil-Dubuc. Hygée, 2023. Cote : 613 WEIL

En France, un homme a 18 % de risque de mourir avant 65 ans s'il est ouvrier contre 7 % s'il est cadre. Est-ce seulement à cause des conditions de vie et de travail, comme on peut le penser ? Non seulement les inégalités sociales de santé persistent, mais elles ne semblent choquer personne : c'est la vie, dit-on. En fait, nous ignorons l'inégalité fondamentale qu'elles révèlent : l'inégalité des valeurs de vie. Si nos sociétés libérales dessinent grossièrement ce qu'est une vie qui vaut la peine d'être vécue, l'implicite est que d'autres vies en sont moins dignes : dès lors, l'importance que chacun accorde à sa propre existence en fonction des conditions sociales et des valeurs de la société ne jouerait-elle pas un rôle dans la diminution ou l'augmentation des comportements à risque pour la santé ? En expliquant pourquoi le libéralisme a une approche timor e des inégalités sociales de santé, cet essai explore une question fondamentale : quelles raisons de vivre avons-nous ? Une réflexion essentielle pour toutes celles et ceux qui se questionnent sur les inégalités sociales et s'en inquiètent.



La performance sur mesure : sport, santé, libido, poids, sommeil, tout passe par le cerveau et la nutrition / Olivier Bourquin. Favre, 2019. Cote : 613.2 BOUR

Etre en bonne santé aujourd'hui ne signifie plus « ne pas être malade », mais bénéficier de la plénitude de son bien-être physique et psychologique. Capacités sportives, bien-être, libido, poids, dynamisme, tout passe par le cerveau et la nutrition. L'alimentation nous fournit notre énergie, renouvelle en permanence nos cellules et participe à tous nos métabolismes. Elle est notre « booster » naturel. Cholestérol, produits laitiers, surpoids, excès de sucres et de sel, alcool, carences, produits light, régimes, allergies, gluten, etc. : nous sommes influencés par nombre de fausses croyances et des mauvaises habitudes qu'il est grand temps de changer grâce à l'approche globale, simple et moderne d'Olivier Bourquin.



Bien manger pour ne plus déprimer : prendre soin de son intestin pour prendre soin de son cerveau / Guillaume Fond. Odile Jacob, 2022. Cote : 613.2 FOND



"Ce livre, écrit par le meilleur spécialiste français des liens entre psychologie et microbiote, explique, preuves scientifiques à l'appui, comment ce que nous mangeons joue un rôle central sur nos émotions. Et il nous propose aussi tous les conseils pratiques pour que notre alimentation soit non seulement un plaisir, mais aussi une aide pour préserver ou réparer notre équilibre psychologique. Si vous devez ne lire qu'un ouvrage sur ce thème, c'est celui-ci ! Un livre remarquable".

Christophe André.   la lumière des dernières découvertes relatives à l'influence de la santé de notre intestin sur la santé de notre cerveau, on ne peut plus ignorer le rôle de l'alimentation dans certains troubles psychiques comme la dépression ou

l'hyperactivité. De nombreux conseils pratiques vous aideront à protéger votre microbiote et à améliorer votre bien-être mental.



Quand la nourriture vous manipule : grignotage, fringale, frigo-addict, orthorexie... : 7 étapes pour dire stop à la faim

émotionnelle / Christèle Albaret. Larousse, DL 2022. Cote : 613.24/25 ALBA



Vous culpabilisez pour le moindre carré de chocolat, vous engloutissez le frigo sur un coup de stress, vous surveillez tout ce que vous mangez, vous picorez à table mais grignotez entre les repas... Tantôt meilleure amie, tantôt pire ennemie, découvrez comment la nourriture est le baromètre de votre bien-être. Elle dit votre colère, votre excitation, votre tristesse, votre ennui. Et si elle vient panser les peines et compenser des manques, c'est que bien souvent elle comble une autre faim en nous... une faim émotionnelle. Alors, comment sortir de cette relation d'emprise?



Comprendre l'anorexie : briser le cercle de la

souffrance / Virginie Megglé. Eyrolles, 2023. Cote : 613.24 MEGG

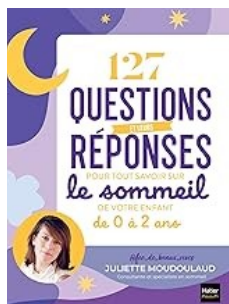
« On ne la reconnaît plus. On ne comprend pas comment « c'est arrivé ». On n'a rien vu venir. » Pourtant le mal est là, qui crie à travers un corps qui s'efface. Comment ne pas désespérer ? Ce livre nous invite à dépasser nos peurs pour nous permettre d'entendre ce que l'anorexie, tel un langage énigmatique, cherche à nous dire. Plutôt qu'une volonté égoïste de se détruire, ne peut-on pas l'aborder comme un « programme de survie », une façon d'exister en attendant de trouver « la vraie vie » ? Il s'agit ici d'envisager que la personne qui souffre détient, sans pour autant le savoir ni pouvoir

s'en servir seule, les clés qui lui permettront de s'en libérer.



Économie de l'obésité / Nathalie Mathieu-Bolh. La Découverte, 2024. Cote : 613.25 MATH

Au cours des dernières décennies, le problème de l'obésité s'est aggravé partout dans le monde, y compris en France, où 47 % de la population est aujourd'hui soit en surpoids soit obèse. L'obésité entraîne des maladies qui ont des coûts sociaux importants et croissants, affectant les systèmes d'assurance maladie et le marché du travail. Or l'obésité est en grande partie évitable dans la mesure où elle est essentiellement liée à la hausse de l'apport nutritionnel et à la baisse de l'activité physique. La prévention peut se faire à travers diverses mesures de politique publique étudiées par les économistes. Après avoir présenté les faits et tendances sur l'obésité, ce livre offre une synthèse de la littérature économique sur cette maladie. Il donne l'état du savoir sur ses causes économiques, psychologiques, sociales et biologiques. Il expose les conséquences sur l'économie et explique de façon détaillée les résultats des politiques de prévention de l'obésité.



127 questions et leurs réponses pour tout savoir sur le sommeil de votre enfant de 0 à 2 ans / Juliette Moudoulaud. Hatier, 2023.

Cote : 613.79.053.2 MOUD

Le sommeil est la question cruciale qui accompagne la naissance de bébé : quand, enfin "fera-t-il ses nuits" ? Pour autant, le sujet ne se limite pas au nombre d'heures que bébé fera d'affilée ; elles sont en réalité multiples et évolutives dans le temps, ce qui rend le sujet complexe et sensible. Juliette Moudoulaud, consultante certifiée en sommeil et créatrice de la plateforme d'accompagnement parental

Fée de Beaux rêves, aborde toutes les questions relatives au sommeil de l'enfant, de sa naissance à l'âge de 2 ans : sieste, qualité de sommeil, autonomie dans l'endormissement, rituels, réveils nocturnes... Retrouvez 127 questions classées en 8 grands thèmes : - Les questions d'ordre général - Les bonnes habitudes à prendre dès la naissance de bébé - Le rythme en journée - L'équipement et l'environnement - Le coucher du soir - Les réveils nocturnes - La santé et les conditions particulières - Les changements d'environnement et les régressions de sommeil Des réponses déculpabilisantes, précises et adaptables à chaque enfant pour le guider sur le chemin d'un sommeil récupérateur et autonome.



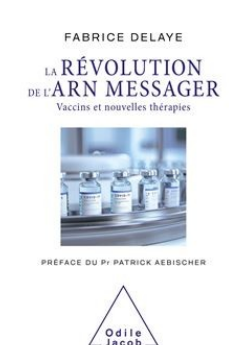
Mon élève avec un TDAH / Sara Fally. Ellipses, 2023. Cote : 616.008.61 FALL

Ce livre propose des techniques qui s'appuient à la fois sur la pratique et sur la recherche en psychologie et en éducation pour aider à compenser le trouble en classe. Enseignant, éducateur, accompagnant scolaire ou parent, vous trouverez des pistes concrètes pour accompagner au mieux les élèves avec un TDAH et améliorer le bien-être et l'engagement de l'ensemble de la classe.



Le malaise vasovagal et l'hypotension orthostatique / Jacques-Olivier Fortrat. Ellipses, 2022. Cote : 616.12.331 FORT

Le malaise vasovagal et l'hypotension orthostatique sont des affections extrêmement courantes, mais qui peuvent affecter la qualité de vie lorsqu'ils se répètent. Cet ouvrage donne toutes les clefs pour mieux les comprendre : - Une explication de l'origine et du fonctionnement de ces malaises, - Une description précise des différents symptômes, - Des conseils précis et imagés pour limiter leur venue et réagir à l'imminence d'un épisode. - Les différentes options thérapeutiques.



La révolution de l'ARN messager : vaccins et nouvelles thérapies / Fabrice Delaye. O. Jacob, 2021. Cote : 606.616 DELA

L'ARN messager a été découvert au tout début des années 1960 par François Jacob, Jacques Monod et Sydney Brenner. Il a valu aux deux premiers le prix Nobel.

Au cours de l'année 2020, alors que l'humanité tout entière était

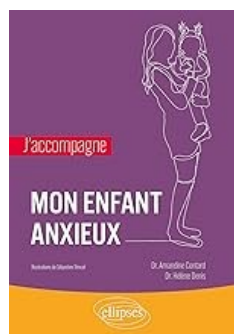
menacée par le Covid-19, on a découvert et mis au point, en à peine dix mois, une série de vaccins utilisant précisément cet ARN messager et offrant l'espoir de sortir de cette terrible pandémie. Ce livre est le premier à raconter cette extraordinaire aventure non seulement scientifique, technologique et industrielle, mais aussi humaine. Fabrice Delaye en a rencontré les acteurs importants - plus de quarante, dont Stéphane Bancel, le patron de Moderna, Ingmar Hoerr, le fondateur de CureVac, Kati Karikó, la chercheuse à l'origine du vaccin de Pfizer-BioNTech, et Moncef Slaoui, le patron de l'opération Warp Speed aux États-Unis. Un livre haletant, où l'on va de découverte en découverte, en suivant sur plus de trente ans le parcours de scientifiques et d'entrepreneurs : courage et ténacité, inventivité de chercheurs visionnaires et audace des start-up. Après la démonstration des vaccins à ARN, une véritable révolution médicale est en marche, ouvrant des voies thérapeutiques nouvelles pour le cancer et d'autres maladies.



Les troubles de la personnalité : apprendre à mieux

cohabiter / Manon Beaudoin, Anaelle Derval. Ellipses, 2022. Cote : 616.89.48 BEAU

Ce livre a pour objectif de mettre en lumière ce que sont les troubles de la personnalité. L'accent est également mis sur l'importance de la psychoéducation et la proposition d'outils thérapeutiques à travers diverses approches (TCC, ACT, TCD, TFC). Ce livre s'adresse tant aux patients, qu'aux thérapeutes, aux proches et à toutes les personnes qui souhaitent en apprendre davantage sur les troubles de la personnalité. A partir de questions simples et pratiques, il s'adresse au public désireux de comprendre les troubles de la personnalité.



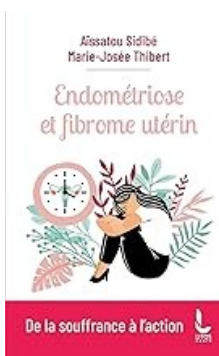
Mon enfant anxieux / Amandine Contard, Hélène Denis. Ellipses, 2023. 616.891.6.053.2 CONT

Tous les enfants dans leur développement peuvent présenter des phases d'anxiété : dormir seul, s'éloigner de la maison, se retrouver avec des inconnus, autant d'étapes incontournables auxquelles il leur faudra s'adapter. La peur est une émotion naturelle qui les fait grandir, les aide à devenir autonomes en évitant les dangers. Pourtant chez un grand nombre d'enfants cette anxiété peut devenir gênante, invalidante, pathologique et va perturber leur vie quotidienne, et celle de leurs parents ! Les enfants anxieux peuvent ressentir une profonde détresse, voire tout faire pour éviter d'avoir peur, et ne plus parvenir à mener une vie normale : ne plus pouvoir s'endormir, ni aller à l'école, ni rester seul à la maison, éviter les foules... Le défi pour les parents est double : à la fois faire la part des choses entre une peur normale et pathologique et enfin adopter les stratégies les plus adaptées pour que l'enfant surmonte ses peurs et devienne un adulte confiant. Avec des illustrations, les auteurs proposent un ouvrage pratique et complet intégrant toutes les mises à jour scientifiques sur la prise en charge des troubles anxieux chez l'enfant et l'adolescent. Cet ouvrage s'adresse aux parents et à l'entourage d'enfant anxieux.



50 clés pour aider un enfant autiste / Charlotte Payen. Eyrolles, 2023. Cote : 616.899 PAYE

Des éclairages et des conseils pour comprendre les troubles du spectre autistique (TSA) et accompagner son enfant autiste sur le chemin de l'autonomie afin qu'il mène une vie épanouie. Les difficultés comportementales, l'apprentissage scolaire, les émotions et la communication sont notamment abordés.



Endométriose et fibrome utérin : de la souffrance à l'action / Aïssatou Sidibé et Marie-Josée Thibert. Ed. du Rocher, 2023. Cote : 618.14 SIDI

Alors que, chez les femmes en âge de procréer, une sur dix serait atteinte d'endométriose et une sur cinq développerait un fibrome utérin, ces maladies demeurent méconnues, et même taboues. Dans ce livre, coécrit par deux professionnelles de la santé et de la communication, l'explication des affections et des traitements médicaux va de pair avec l'ouverture au vécu des patientes, à l'expérience des professionnels de la santé provenant de différents domaines, et aux thérapies complémentaires. Un ouvrage destiné à toutes les femmes qui souffrent en silence et qui veulent reprendre le pouvoir sur leur santé et leur utérus.



Briser le tabou des règles / Aline Boeuf. Presses polytechniques et universitaires romandes, 2023. Cote : 618.17 BOEU

Aujourd'hui encore, les menstruations demeurent un sujet tabou. Elles se doivent d'être tuées, résolument dissimulées, au besoin par une restriction délibérée d'activité. Cet interdit de la sphère publique et l'omerta dont il fait l'objet repose sur la dimension symbolique des menstruations, laquelle n'a guère évolué à travers les âges et au fil des contextes. Il suffit pourtant de prêter attention à cette question pour réaliser l'ampleur des dimensions qu'elle revêt et des conséquences sur le plan sociétal qu'elle entraîne. La perception et l'expérience de la féminité sont détériorées, avec des incidences concrètes sur la santé et le bien-être des personnes menstruées ou perçues comme telles. Ces incidences qui ont des répercussions, dès le plus jeune âge, sur les études des jeunes filles, puis l'avancement de leur carrière. Comment les femmes vivent-elles leur cycle menstruel, et plus particulièrement leurs règles, dans leur contexte professionnel ? Au niveau de l'organisation du travail, peut-on parler d'une forme d'incompatibilité entre cycle menstruel et activité professionnelle ? Des tactiques sont-elles développées par les employées afin de se conformer au monde du travail ? Quel est l'effet de leurs menstruations sur leur santé physique et mentale et leur travail (performance, interactions...) ?



Bouffées de chaleur : briser le tabou de la ménopause / Miriam Stein. Zones, 2023. Cote : 618.173 STEI

La ménopause est l'un des ultimes tabous dans la vie des femmes. Atteinte des premiers symptômes de la périménopause à 44 ans, la journaliste Miriam Stein s'est trouvée désemparée face à ce bouleversement, avant de prendre le problème à bras-le-corps. Elle nous livre en son propre nom, avec naturel, humour et une belle sensibilité, un récit intime qui s'enrichit de nombreux éclairages tirés d'ouvrages littéraires, d'études scientifiques et de penseuses féministes, dont Simone de Beauvoir et Gloria Steinem. Au-delà de son expérience personnelle, elle s'attaque aux clichés dont la ménopause est affublée, en nous donnant des repères médicaux sur le phénomène, en analysant sa signification culturelle et en mettant en lumière les stratégies employées par les femmes pour mieux passer le cap, se sentir bien dans leur peau et reprendre le pouvoir sur leur vie.



Adolescentes mamans : histoire et actualité / Nelly Carpentier. L'Harmattan, 2023. Cote : 618.21 CARP

La maternité adolescente était autrefois pensée comme faute, celle de la « fille-mère ». Hier, dans un imaginaire de progrès social mais aussi biologique, avec la contraception, elle était supposée disparaître. Ce ne fut pas le cas. Alors, par la suite, elle fut même valorisée : « elle a fait un bébé toute seule ! ». Aujourd'hui, la maternité adolescente s'est encore renouvelée avec les transformations mentales et pratiques des milieux sociaux, des âges, des sexes et des activités. Cela s'accompagne de tant d'incertitudes qu'on a des vies « liquides » selon la formule de Zigmunt Bauman.

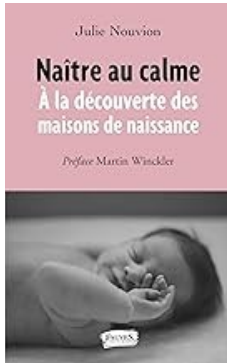
Participant de ces turbulences dans les destins des personnes, la maternité adolescente est écartelée entre symptôme et symbole. A partir de sa propre aventure de vie, dans la mesure où elle est vivable, comment l'adolescente peut-elle s'ouvrir à l'aventure de vie de son enfant et y contribuer avec bonheur, dans tous les sens du mot ? Des centaines d'adolescentes témoignent ici de leur maternité : courageuses, révoltées, audacieuses ; parfois déprimées et vulnérables ! Elles vivent souvent leur maternité en miroir de leur enfance : désirée, subie, acceptée ou rejetée. Elles disent leurs sentiments à vif et ce qu'elles attendent du père de l'enfant.



Le deuil invisible : se reconstruire après la perte de son enfant en période périnatale / Jessika Brazeau, Lory Zephyr. Ed. de l'Homme, 2023. Cote : 618.3 BRAZ

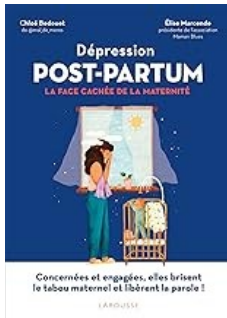
Un espace bienveillant et réconfortant pour les parents endeuillés. De 15 à 20 % des grossesses se terminent en fausses couches. Ce type de décès périnatal est le plus fréquent, mais il ne faut pas oublier les mortalités foetales et néonatales. Au Québec, ces drames touchent plus de 20 000 familles chaque année. Le deuil d'un enfant à naître est très complexe à vivre. En effet, comment faire le deuil d'un être que l'on a peu connu, voire pas du tout ? Comment traverser cette expérience douloureuse, en tant que mère ou père,

alors que l'entourage peut avoir tendance à la dédramatiser, à la sous-estimer ou même à la nier ? Le deuil invisible est un outil d'accompagnement axé sur la santé psychologique et émotionnelle. C'est aussi un lieu de recueillement unique pour les parents d'enfants qui ne verront pas le jour.



Naître au calme : à la découverte des maisons de naissance / Julie Nouvion. Fauves, 2022. Cote : 618.4 NOUV

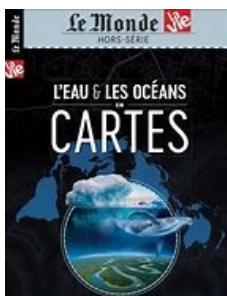
Si elles sont aujourd'hui plus d'une centaine en Allemagne, en Grande-Bretagne et aux États-Unis, et également implantées en Italie, en Suède, en Norvège, en Suisse ou en Belgique, en France, les huit maisons de naissance font figure d'exception dans un pays où la culture dominante de la naissance passe par une hyper-médicalisation, remise en cause depuis quelques années. Les recommandations internationales vont pourtant dans le sens d'une moindre médicalisation et conseillent l'accompagnement des grossesses et des accouchements dans des lieux gérés par des sages-femmes. En cela, les maisons de naissance répondent aux attentes de nombreuses femmes en proposant la prise en charge des grossesses à bas risque, un suivi personnalisé de chaque future maman par une sage-femme dédiée, et un accouchement psychologique, dans le respect des choix de la mère, pour son bien-être comme celui de son bébé.



Dépression post-partum : la face cachée de la maternité : [concernées et engagées, elles brisent le tabou maternel et libèrent la parole!] / Chloé Bedouet, Élise Marcende. Larousse, 2023. Cote : 618.6 BEDO

On ne naît pas mère, on le devient. Le post-partum (période qui suit l'accouchement) est une période de grande fragilité durant laquelle les femmes ont plus de risques de développer des troubles psychiques : bouleversements majeurs, notamment sur le plan identitaire, changements biologiques et psychologiques, injonctions

sociales à être une bonne mère et s'épanouir dans son nouveau rôle). Si elle toucherait environ 20 % des mères, la dépression post-partum est un trouble dépressif encore tabou pour les femmes (incompréhension, culpabilité, honte) et pas assez diagnostiqué/pris en charge par le milieu médical. Non détectée et non traitée, elle peut avoir de lourdes conséquences sur l'état psychique de la mère et dans sa relation avec son enfant. Ce livre fait la lumière sur ce trouble et fait le tour des solutions possible pour l'anticiper, l'accompagner et le traiter.

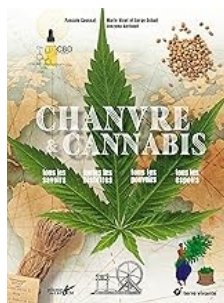


L'eau & les océans en cartes / sous la dir. Louis Dreyfus. Le Monde, 2023. Cote : 628.1(084.4) LEAU



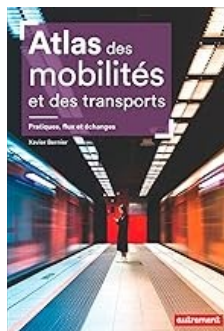
Le transport aérien / Paul Chiambaretto, Emmanuel Combe. La Découverte, 2023. Cote : 629.7 CHIA

Avec plus de 4 milliards de passagers aériens prévus en 2023, l'aviation commerciale constitue aujourd'hui un moyen de transport largement répandu dans le monde. Cet ouvrage propose un panorama du fonctionnement, des évolutions et des défis auxquels est confronté ce secteur, en privilégiant une triple approche : économique, systémique et prospective. L'approche économique permet de mieux comprendre comment fonctionne une compagnie aérienne, en identifiant ses sources de coûts et de revenus, selon le type de compagnie et la distance de ses vols. L'analyse systémique invite à prendre en compte le contexte et l'écosystème dans lesquels s'insère l'activité des compagnies aériennes : constructeurs d'avions, aéroports, régulateurs. La dimension prospective recense les principaux défis que le transport aérien devra relever demain, au premier rang desquels figurent la transition climatique et la quête de souveraineté économique.



Chanvre et cannabis : tous les savoirs, toutes les histoires, tous les pouvoirs, tous les espoirs / Pascale Caussat, Marie Nicot, Serge Schall. Terre vivante, 2023. Cote : 633.52 CAUS

Miraculeux, le chanvre ? Le qualificatif semble exagéré, et pourtant comment mieux décrire une plante qui permet de se nourrir, se vêtir, se soigner, construire des maisons et des automobiles, et bien d'autres choses... le tout dans le respect de l'environnement ? En effet, le chanvre pousse avec très peu d'eau et d'intrants, aère les sols et stocke le carbone. Sa silhouette élancée renferme plusieurs plantes en une : fleur, feuille, fibre, graine, bois, tout est bon dans le chanvre !



Atlas des mobilités et des transports : pratiques, flux et échanges / Xavier Bernier. Autrement, 2023. Cote : 656(084.4) BERN

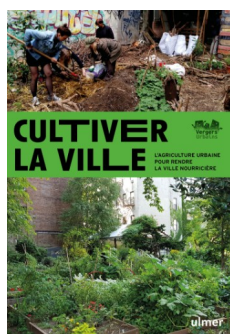
Au lendemain de la pandémie de Covid-19, les mobilités se réorganisent. Loin de nous diriger vers un ralentissement des échanges, nous continuons à évoluer dans un environnement toujours mouvant. Depuis les déplacements individuels et transports doux aux échanges mondialisés et flux d'informations, l'auteur ouvre la réflexion sur la cartographie des mouvements :

- Trouver sa place dans un monde mobile : quelles modes, quelles pratiques et quelles tendances ?
 - La gestion des circulations et les politiques : quels enjeux individuels et locaux, quels choix et quel contrôle des mobilités ?
 - Les pollutions engendrées par nos déplacements et les perturbations sociales et économiques.
 - Les espaces de la mobilité : des lieux d'expression politique, sociale et artistique
- Avec plus de 100 cartes et documents, cet atlas propose de visualiser toutes les dimensions de la mobilité afin d'éclairer cet enjeu primordial dans un contexte de transition écologique.



L'art face à l'IA : vers un imaginaire augmenté / Hugues Dufour.
FYP, 2023. Cote : 703.87 DUFO

L'intelligence artificielle (IA) s'immisce dans tous les lieux de création artistique — musées, écoles d'art, ateliers d'artistes — pour qui elle devient un outil, voire une muse ! Mais l'IA peut-elle faire preuve de créativité et imiter l'une des expressions les plus intimes de la nature humaine ? Et si un jour elle a la capacité de produire des œuvres de génie, serait-ce le signe qu'elle a acquis une forme de conscience ? Avec une approche pédagogique, philosophique et artistique, Hugues Dufour dresse un panorama complet de l'art face à l'IA et explore toutes les facettes de cette confrontation inédite entre l'humain et la machine. Il explique les principes de fonctionnement de l'IA et évalue sa capacité à transposer les chemins intellectuels et spirituels qui conduisent à produire des chefs-d'œuvre. La conquête de l'art par l'IA va modifier profondément notre rapport au monde, notre notion de l'intelligence et élargir l'horizon de notre imaginaire. La collaboration des langages informatiques et artistiques et les expérimentations menées par les artistes contribueront à façonner une IA plus harmonieuse avant qu'elle ne transforme irrémédiablement notre société. C'est à cette condition que nous échapperons à la « honte prométhéenne », ce sentiment qui nous étreint lorsque nous nous sentons surpassés par une machine que nous avons créée.



Cultiver la ville : l'agriculture urbaine pour rendre la ville nourricière / sous la dir. de Sébastien Goelzer. Ulmer, 2023. Cote : 711.4 CULT

Dans la lignée de « Reconquérir les rues », l'objectif de ce livre est d'inciter le lecteur à valoriser les espaces verts de la ville (rues, trottoirs, pieds d'immeuble, toits, friches, balcons) en les rendant comestibles, à travers une appropriation collective et non exclusive par les résidents. e. s. Alors que l'agriculture urbaine prend de l'ampleur et intéresse toujours plus les Français, Sébastien Goelzer, urbaniste indépendant spécialisé en permaculture urbaine et cofondateur de Vergers Urbains, nous propose une véritable bible pratique de l'agriculture urbaine pour permettre à tous et toutes de jardiner en ville. Ce livre très complet compile des exemples, retours d'expérience et conseils pour se lancer.



Villes et climat : quels défis ? quelles solutions ? / Jean Haëntjens. La Documentation française, 2023. Cote : 711.4 HAEN
A l'heure où la sobriété énergétique s'impose, le changement climatique devient l'enjeu majeur des décennies à venir. En effet, la question des changements climatiques et de la consommation énergétique est inscrite dans les discours depuis la convention de Rio et le protocole de Kyoto, reprise et renforcée dans le Paquet Energie Climat de l'Union européenne, puis dans les lois « Grenelle ». Les villes se transforment et les choix d'aménagement urbain sont

plus que jamais décisifs.

Comment faire face aux défis climatiques et énergétiques ? Comment construire en conciliant écologie et « désirs d'habiter » ? Quels nouveaux modèles déployer ? A travers de nombreux exemples en France comme à l'international, Jean Haëntjens interroge les nouvelles approches de la ville écologique pour répondre aux défis des villes de demain et intégrer les enjeux climatiques devenus incontournables.



Sport-santé : une ambition collective / Sophie Cha. Hygée, 2023.

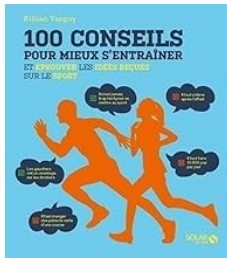
Cote : 796 CHAS

En France, dans la droite ligne de la loi de 2002 de prescription d'activité physique, dite du sport sur ordonnance, la politique de sport-santé se développe avec deux enjeux majeurs : prévenir les maladies chroniques non transmissibles et favoriser le bien-être physique, psychique et mental de tous. Cette stratégie gouvernementale implique la participation d'un très grand nombre d'acteurs du quotidien, issus du monde de la santé, du sport, de l'éducation, de l'entreprise, de la vie citoyenne, qui doivent apprendre à collaborer sur ce sujet transversal. C'est un véritable défi : la France était en 2019 parmi les pays occidentaux les moins actifs (22e sur 25) pour les jeunes de 11-17 ans, une situation largement aggravée par la sédentarité liée à la pandémie de Covid... En 10 questions, cet ouvrage dresse un état des lieux de la situation, sous un angle pratique et dans un format concis, à l'usage des acteurs de terrain avec l'ambition d'aider chacun à faire du sport santé une réalité.



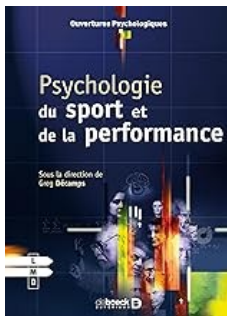
Bougez plus, vivez mieux / Michel Cymes, Kevin Mayer. Solar, 2023. Cote : 796 CYME

Michel Cymes et Kevin Mayer, le médecin et la star de l'athlétisme, nous expliquent dans ce guide à deux voix pourquoi « e sport, c'est la santé » et comment le pratiquer, à son échelle. Le sport ? Il faut que je m'y (re)mette ! Nous savons tous que l'activité physique et le sport sont bons pour la santé et l'épanouissement personnel, mais de là à les intégrer dans notre quotidien, il y a un pas que beaucoup n'arrivent pas à franchir. Comment caser l'activité physique dans vos journées surchargées ? Vous êtes fatigué, vous avez la flemme... comment vous motiver et le rester ? Faut-il vraiment faire 10 000 pas par jour ? Saviez-vous qu'on peut être sportif et sédentaire ? Qu'une activité physique régulière est le meilleur antidépresseur naturel ? Et pour les plus sportifs, comment optimiser vos performances et éviter les blessures ? Dans ce guide, le médecin et l'athlète proposent une synthèse inédite mêlant explications scientifiques et expérience personnelle pour vous donner envie de bouger. Ils livrent leurs conseils pour permettre à tous de profiter des bienfaits de l'activité physique. Bouger plus va changer votre vie !



100 conseils pour mieux s'entraîner et éprouver les idées reçues sur le sport / Killian Tanguy. Solar, 2023. Cote : 796 TANG

Les idées reçues sur la pratique sportive se transmettent de génération en génération sans qu'on sache vraiment si elles sont justes ou pas, ni même si elles sont fondées sur le plan scientifique. Grâce à ces 100 questions-réponses très pratiques, vos entraînements ne seront plus les mêmes. Toutes les idées reçues sur le sport sont décryptées et validées (ou pas) par les études les plus récentes. Et vous saurez désormais pourquoi il ne faut jamais boire très froid après une séance de sport !



Psychologie du sport et de la performance / sous la dir. de Greg Décamps. De Boeck, 2012. Cote : 796.011.6 DECA

Thématique centrale en psychologie du sport, la performance constitue l'objectif que se fixent non seulement les sportifs et leurs entraîneurs, mais également désormais les décideurs et dirigeants du secteur professionnel, aux aussi préoccupés par l'optimisation des performances. La performance n'est donc plus exclusivement liée au sport mais concerne également les pratiques professionnelles et les comportements individuels dans la vie quotidienne. Cet ouvrage se propose de traiter le concept de performance en proposant un regard actualisé sur les facteurs psychologiques impliqués dans la performance des sportifs, sur les techniques d'optimisation de la performance, ainsi que sur les applications du concept de performance à des contextes professionnels variés.



Psychologie du sport et de l'activité physique / sous la dir. de Jean Fournier. Elsevier Masson, 2023. Cote : 796.011.6 FOUR

La pratique du sport en compétition ou d'une activité physique pour le loisir ou pour la santé sont des thèmes actuellement importants en psychologie du sport et de l'activité physique. Au cours des vingt dernières années les connaissances théoriques et pratiques dans ce domaine ont considérablement évolué. Ce livre apporte un éclairage contemporain sur la connaissance dans ce domaine en ciblant les thématiques d'actualité : pour le sport : la santé mentale les blessures la violence les équipes et le coping la passion pour les sports d'endurance le momentum la pleine conscience la dynamique des émotions et les parents des sportifs ; pour l'activité physique : la promotion de l'activité physique et de la santé les nouvelles technologies l'intérêt en situation et les jeux vidéo l'addiction et la promotion de l'activité physique en milieu scolaire. Sous la direction de Jean Fournier une équipe pluridisciplinaire d'auteurs référents offre un éclairage actuel sur chaque sujet abordé en lien avec la recherche et en s'appuyant sur la littérature internationale à laquelle le lecteur pourra se reporter.



La préparation mentale du sportif : guide pratique de psychologie à l'usage des entraîneurs et des sportifs / Yves Riedrich. Solar, 2022. Cote : 796.011.6 RIED

Ce guide pratique de psychologie s'adresse à tous ceux qui portent des baskets, à ceux qui enseignent le sport et même à ceux qui en parlent. Peut-on apprendre à être un vrai « guerrier » sur un terrain de sport ? À ne jamais rien lâcher et savoir pourquoi surtout ; à refuser l'échec et en même temps en accepter l'éventualité ; avoir une très bonne image de soi-même et une confiance inaltérable qui ne peut vraiment exister qu'avec une très bonne estime de soi ? Ça marche comment la concentration ? La motivation ? La confiance ? Comment ne pas sortir mentalement d'une compétition à cause de cela ? Et ce n'est pas en disant « concentre-toi » ou « faut avoir confiance » que cela ira mieux si on ne sait pas comment cela fonctionne et comment faire pour revenir dans la compétition. Ce n'est pas non plus en hurlant « allez » au bord des terrains que tout va se mettre en place, cela se saurait. Il faut donc donner un sens à ce « allez ». Savoir pourquoi on est là ? Ce que l'on va donner de soi-même et pourquoi ? Pourquoi il faut accepter la pression compétitive ? D'ailleurs pourquoi dans notre pays cette fameuse pression ressort le plus souvent comme quelque chose de négatif ?



La bible de la préparation mentale : de la théorie à la pratique : la méthode Target / Christian Target. Amphora, 2016. Cote : 796.011.6 TARG

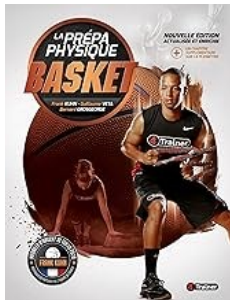
L'efficacité de la Méthode de Christian Target est reconnue dans le milieu du sport depuis plus de 25 ans. Enseignée à l'université, elle fait autorité par le lien étroit qu'elle entretient avec les savoirs scientifiques les plus récents et la pratique de terrain dans de très nombreux sports. Ce guide vous permet de comprendre ce qu'est concrètement le mental : relâchement, lâcher-prise, gestion de l'énergie, des émotions, du stress, de l'estime de soi, motivation, concentration, cohésion et communication... Vous accédez à des solutions pratiques grâce aux 12 stratégies, 22 techniques et 60 outils mentaux, constamment réactualisés, qui constituent un puissant ensemble fonctionnel dont l'efficacité a fait ses preuves. La Méthode vous propose une approche simple et efficace de coaching et d'autocoaching ; vous bénéficiez des outils qui vous permettront de progresser, de vous entraîner seul et de mesurer vos progrès. De la théorie à la pratique, voici le support très accessible et incontournable de la préparation mentale qui vous accompagnera au quotidien et lors de vos défis sportifs.



Prévenir et guérir les blessures sportives / Nathan Touati, Antoine Fréchaud. Leduc.s, 2023. Cote : 796.016 TOUA

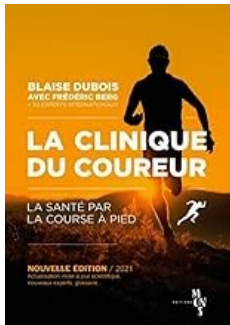
Tendinopathies, lésions musculaires, entorses, articulations douloureuses... Dans ce guide pratique, Nathan Touati et Antoine Fréchaud, kinésithérapeutes du sport, vous enseignent les exercices pour éviter ou se remettre des 20 blessures les plus fréquentes liées à la pratique sportive. Pour cela, ils vous proposent : Pour chaque

pathologie, des fiches de présentation détaillées illustrées de planches anatomiques, afin de mieux les comprendre et les éviter ; Des exercices de renforcement pour optimiser la rééducation, avec des pas-à-pas photos ; Des programmes de prévention adaptés pour 5 sports parmi les plus pratiqués : basket-ball, course à pied, football, judo et tennis. Que vous soyez sportif amateur ou confirmé, coach ou professionnel de santé, ce guide vous offre les clés pour pratiquer en toute sécurité et reprendre une activité sportive sans séquelles et sans douleur.



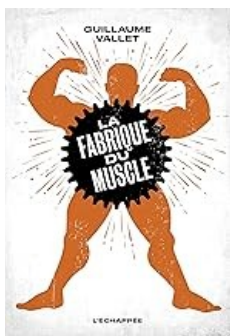
La prépa physique basket / Frank Kuhn, Guillaume Veta, Bernard Grosgeorge. 4 trainer, 2023. Cote : 796.323 KUHN

L'ouvrage de référence, actualisé et enrichi ! Un nouveau chapitre complet sur la pliométrie Plus de 1000 photos et schémas d'exercices 200 séances et des programmes d'entraînement complets.



La clinique du coureur : la santé par la course à pied / Blaise Dubois. Mons, 2022. Cote : 796.422 DUBO

Depuis plus de dix ans, La Clinique Du Coureur fondée par Blaise Dubois est devenue une institution incontournable en prévention des blessures en course à pied. C'est la référence des professionnels de la santé et de l'entraînement, formés (et souvent transformés) par milliers par Blaise Dubois et son équipe. La Clinique Du Coureur propose une synthèse rigoureuse de la science. Une vision qui bouscule les vieilles croyances, change les pratiques et renverse les mauvaises habitudes. Ce livre est un outil solide et fiable, à disposition de toutes et tous, des spécialistes ainsi que des passionnés. Un manuel érudit, riche et détaillé, qui se veut aussi pédagogique, construit par Blaise Dubois avec la complicité du journaliste Frédéric Berg. Augmentée de 50 pages de mises à jour, cette nouvelle édition poursuit le chemin ouvert à sa sortie en 2019. Plus clair, plus pratique, ce livre dispose d'un sommaire détaillé pour retrouver aisément chaque sujet abordé, d'un glossaire pour les termes ou les notions complexes, de nouvelles infographies et pathologies, de nouveaux experts et témoignages, de nouvelles études... L'objet a changé lui aussi, mais la promesse est la même : s'appuyer sur la science pour aider à mieux courir, sans se blesser. Courir, c'est vivre en meilleure santé. C'est aussi vivre plus intensément.



La fabrique du muscle / Guillaume Vallet. L'Echappée, 2022. Cote : 796.88 VALL

Multiplication des salles de fitness, foyers équipés en appareils divers, corps musculeux exposés sur les réseaux sociaux, généralisation de la vente de macronutriments, etc. La fascination et la quête du muscle ne sont plus l'apanage des bodybuilders, mais touchent une part croissante de la population qui s'entraîne avec

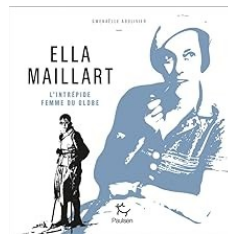
acharnement pour produire un corps désiré. Dans un monde incertain, où règne le sentiment de vulnérabilité et de dépossession, ce travail permet de planifier un projet à soi et pour soi. Si le corps est un espace de souveraineté qui s'inscrit dans une construction identitaire, il est aussi appréhendé comme une ressource valorisable en tant que capital, capable même d'exercer une forme de pouvoir. Le processus de transformation de « matière » s'apparente à une fabrique dans laquelle le produit est la part physique de soi-même. Construire du muscle nécessite une grande implication, et la mobilisation de nombreux moyens, gérés rationnellement en vue de maximiser les gains tout en réduisant les coûts de production.

800 LANGUES - LITTÉRATURE



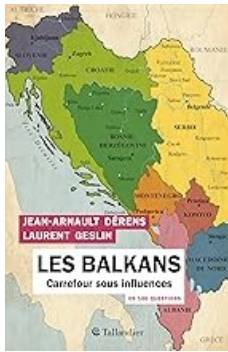
Une vie bouleversée : journal 1941-1943 ; suivie des Lettres de Westerbork / Etty Hillesum. Ed. du Seuil, 2020. Cote : 839.3 HILL
De 1941 à 1943, à Amsterdam, une jeune femme juive de vingt-sept ans tient un journal. Le résultat : un document extraordinaire, tant parla qualité littéraire que parla foi qui en émane. Une foi indéfectible en l'homme alors qu'il accomplit ses plus noirs méfaits. Partie le 7 septembre 1943 du camp de transit de Westerbork, d'où elle envoie d'admirables lettres à ses amis, Etty Hillesum meurt à Auschwitz le 30 novembre de la même année.

900 GÉOGRAPHIE - HISTOIRE



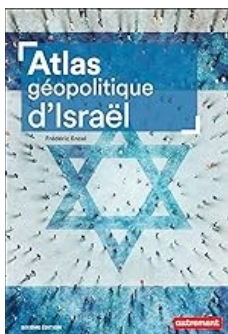
Ella Maillart : l'intrépide femme du globe / Gwenaëlle Abolivier. Paulsen, 2023. 910.4 ABOL

Sa jeunesse sportive annonce l'exploratrice affranchie qu'elle deviendra : à moins de 30 ans, Ella Maillart (1903-1997) a créé un club de hockey sur gazon, représenté la Suisse aux Jeux olympiques de Paris, catégorie voile, navigué en Méditerranée avec quatre amies et participé aux premiers championnats du monde de ski alpin. Puis, fuyant une Europe meurtrie par la Grande Guerre, la jeune autodidacte fait ses humanités sur la route, choisit la voie de l'Asie, épouse le mode d'existence des nomades qui la fascinent et s'intéresse de près aux philosophies orientales. « J'ai des yeux qui aiment voir » : sa vie durant, l'aventurière a nourri un rapport documentaire au réel. Reporter de terrain, son regard de photographe s'est posé sur les populations locales avec un souci ethnographique. Elle a capturé avec talent et sensibilité un monde en train de basculer et de disparaître pour mieux en témoigner. Le récit de ses aventures, en grande partie illustrées par ses propres photographies, dont de nombreux inédits, est nourri d'extraits de ses correspondances et de ses carnets.



Les Balkans en 100 questions : carrefour sous influences / Jean-Arnauld Dérens, Laurent Geslin. Tallandier, 2023. Cote : 914.97 DERE

L'éclatement de la Yougoslavie était-il inéluctable ? Les guerres yougoslaves ont-elles été des guerres de religion ? Les Balkans ont-ils raté leur transition économique ? La Serbie est-elle le cheval de Troie de la Russie dans la région ? La Chine est-elle en train d'acheter les Balkans ? Alors que l'actualité de l'Europe se déplace vers l'Est, les regards se tournent à nouveau vers les Balkans : la guerre en Ukraine peut-elle s'étendre à cette région fragile ? De nouvelles violences vont-elles éclater au Kosovo ou en Bosnie-Herzégovine ? Trente ans après la dislocation de la Yougoslavie socialiste de Tito, tous les pays des Balkans occidentaux ont théoriquement "vocation" à rejoindre l'Union européenne, mais le processus d'élargissement est bloqué. Ces pays sont dominés par des élites corrompues et autoritaires, leur économie stagne, l'Etat de droit dérape, poussant ainsi les citoyens à l'exode. Les Balkans redeviennent une périphérie marginalisée, "garde-frontières" de l'Europe, soumise aux jeux d'influences contradictoires de Bruxelles, des Etats-Unis, de la Russie, de la Chine ou de la Turquie. Ces 100 clés passionnantes nous font comprendre la complexité de cette région voisine méconnue, carrefour composite, véritable miroir grossissant de toutes les tensions géopolitiques de notre époque.



Atlas géopolitique d'Israël / Frédéric Encel. Autrement, 2023. Cote : 915.694(084.4) ENCE

Etat moderne au cœur d'une région en crise constante, Israël fait face, depuis sa création au lendemain de la Seconde Guerre mondiale, à de multiples défis intérieurs et extérieurs. L'atlas propose ainsi près de 100 cartes et infographies actualisées pour mieux comprendre la complexité de ce pays. - Les courants de pensée et les faits historiques à l'origine de la création de l'Etat hébreu et sa vie politique contemporaine. - Les enjeux démographiques : des fantasmes à la réalité. - La question délicate des ressources : eau, énergie, matière grise, commerce... - L'histoire toujours mouvementée des pourparlers israélo-palestiniens. L'auteur, spécialiste reconnu de la géopolitique d'Israël et du Moyen-Orient, aborde tous ces aspects pour dresser un portrait d'Israël complet, actualisé et au plus proche de la réalité.



Main basse sur Israël : Netanyahu et la fin du rêve sioniste / Jean-Pierre Filiu. La Découverte, 2023. Cote : 915.694 FILI

Main basse sur Israël Netanyahu et la fin du rêve sioniste Israël va vivre en 2019 des élections d'une importance capitale. Les pères fondateurs du sionisme auraient pourtant bien de la peine à se retrouver dans l'actualité israélienne, marquée par les scandales à répétition et des polémiques d'une brutalité inouïe. Le grand artisan de ce détournement est Benjamin Netanyahu, en passe de battre

le record de longévité de David Ben Gourion à la tête du gouvernement de l'État hébreu. Jean-Pierre Filiu éclaire ce processus de régression démocratique par une réflexion historique sur le sionisme. Dans ce livre qui fera date, il démontre la manière dont les thèses longtemps minoritaires de Zeev Jabotinsky (1880-1940) se sont imposées en lieu et place du travaillisme des pionniers d'Israël. Il décrit comment cette main basse sur Israël s'accompagne aujourd'hui de la fin du rêve sioniste : Netanyahou a choisi de s'appuyer sur les religieux ultra- orthodoxes contre toutes les autres familles du judaïsme ; il n'hésite pas à jouer aux États-Unis les fundamentalistes chrétiens contre la communauté juive ; il va jusqu'à encourager, comme en Hongrie, des campagnes à relent antisémite. Un autre Israël demeure néanmoins possible, mais il lui faudra se réconcilier avec lui-même et avec la diaspora avant de rouvrir l'horizon de la paix avec ses voisins arabes.

Joséphine Baker
par Jacques Pessis



Joséphine Baker / par Jacques Pessis. Gallimard, 2021. Cote : 929
BAKE

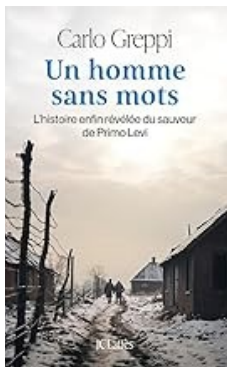
« J'étais l'idole sauvage dont Paris avait besoin. Après quatre années de violence, j'ai symbolisé la liberté retrouvée, la découverte de l'art nègre, du jazz. J'ai représenté la liberté de me couper les cheveux, de me promener nue, d'envoyer tous les carcans au diable, y compris le corset ». On ne retient souvent de celle qu'on surnomma la "Vénus d'Ébène" que son apparition fracassante au Théâtre des Champs-Élysées, dans la Revue Nègre, en octobre 1925. Tout le monde connaît sa fameuse ceinture de bananes et sa chanson fétiche J'ai deux amours. Mais il est une autre Joséphine Baker (1906-1975), égypte des cubistes, exportatrice du jazz et des musiques noires, qui se mobilise pour la Croix-Rouge, s'engage dans les services de renseignements des Forces Françaises Libres, milite contre le racisme, adopte douze enfants de toutes origines afin de donner l'exemple de la fraternité universelle. C'est à la rencontre de cette Joséphine, « engagée chaleureuse », que ce livre nous convie.

Simone
de Beauvoir
Mémoires d'une
jeune fille rangée



Mémoires d'une jeune fille rangée / Simone de Beauvoir.
Gallimard, 2021. Cote : 929 BEAU

Je rêvais d'être ma propre cause et ma propre fin ; je pensais à présent que la littérature me permettrait de réaliser ce vœu. Elle m'assurerait une immortalité qui compenserait l'éternité perdue ; il n'y avait plus de Dieu pour m'aimer, mais je brûlerais dans des millions de cœurs. En écrivant une œuvre nourrie de mon histoire, je me créerais moi-même à neuf et je justifierais mon existence. En même temps, je servais l'humanité : quel plus beau cadeau lui faire que des livres ? Je m'intéressais à la fois à moi et aux autres ; j'acceptais mon « incarnation » mais je ne voulais pas renoncer à l'universel : ce projet conciliait tout ; il flattait toutes les aspirations qui s'étaient développées en moi au cours de ces quinze années.



Un homme sans mots : l'histoire enfin révélée du sauveur de Primo Levi / Carlo Greppi. JC Lattès, 2024. Cote : 940.5(092) GREP

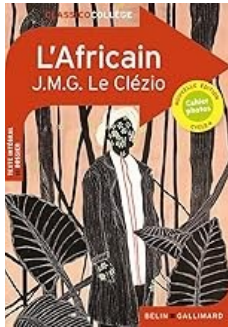
«Je dois à Lorenzo d'être en vie aujourd'hui» : ces mots de Primo Levi, dans «Si c'est un homme», sont longtemps restés mystérieux. Qui était ce Lorenzo? L'historien Carlo Greppi est parti à sa recherche, sans sacrifier la rigueur à l'émotion. Pour la première fois apparaît le visage de ce «Juste parmi les Nations», qui protégea Primo Levi à Auschwitz, sans demande de retour. Émerge aussi un lien qui défia la grande Histoire, entre un analphabète et un lettré, un maçon et un intellectuel, tous deux piémontais, et unis à jamais par cette expérience d'humanité au sein d'un camp d'extermination. Au point que Primo Levi nomma ses enfants Lisa Lorenza et Renzo... Pourtant, Lorenzo et Primo ne sortirent jamais réellement d'Auschwitz. Une bouleversante enquête d'historien sur une fraternité de l'extrême.



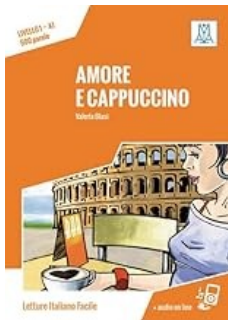
Histoire du Proche-Orient contemporain / Leyla Dakhli. La Découverte, 2023. Cote : 950/960 DAKH

Retraçant l'histoire du Proche-Orient au XXe siècle en portant le regard sur les sociétés, cette synthèse entend situer les révolutions de 2011-2012 dans une généalogie des luttes dans la région. Contre la vision d'un monde arabe secoué de guerres et de soubresauts plus ou moins irrationnels, l'auteure écrit ici l'histoire des sociétés et des changements qui les affectent de la fin de l'Empire ottoman aux États modernes, en passant par la période de domination coloniale de l'entre-deux-guerres. Cette histoire commence par une révolution, celle menée au sein de l'Empire par les Jeunes-Turcs, et s'achève dans le cycle révolutionnaire actuel, marqué par l'expression de volontés fortes d'émancipation, mais aussi par des résistances et des violences immenses. Elle propose une chronologie de la région qui s'articule autour des moments de contestation et d'élaboration de voies nouvelles pour les sociétés et pour les États : luttes féministes, idéologies nationales ou transnationales, parcours de migrations, luttes ouvrières, mouvements de jeunesse, mouvements culturels...

ROMANS



L'Africain / J. M. G. Le Clézio. Gallimard, 2022. Cote : 840 LECL
 « J'ai longtemps rêvé que ma mère était noire. Je m'étais inventé une histoire, un passé, pour fuir la réalité à mon retour d'Afrique, dans ce pays, dans cette ville où je ne connaissais personne, où j'étais devenu un étranger. Puis j'ai découvert, lorsque mon père, à l'âge de la retraite, est revenu vivre avec nous en France, que c'était lui l'Africain. Cela a été difficile à admettre. Il m'a fallu retourner en arrière, recommencer, essayer de comprendre. En souvenir de cela, j'ai écrit ce petit livre. »



Amore e cappuccino / Valeria Blasi. Alma, 2015. Cote : 850 BLAS
 Karen è finalmente a Roma, la città in cui "non è possibile essere tristi". Nella città eterna incontra Claudio e la sua FIAT 500 gialla. Ma il ragazzo italiano nasconde qualcosa. Chi è veramente Claudio? Un'avventura tra le bellezze e i misteri di Roma e... un cappuccino con il cuore!



L'amour / François Bégaudeau. Verticales, 2023. Cote : 840 BEGA
 J'ai voulu raconter l'amour tel qu'il est vécu la plupart du temps par la plupart des gens : sans crise ni événement. Au gré de la vie qui passe, des printemps qui reviennent et repartent. Dans la mélancolie des choses. Il est nulle part et partout, il est dans le temps même. Les Moreau vont vivre cinquante ans côte à côte, en compagnie l'un de l'autre. C'est le bon mot : elle est sa compagne, il est son compagnon. Seule la mort les séparera, et encore ce n'est pas sûr.



L'astronome et les spectres / Roland Portiche. Flammarion, 2024. Cote : R 840 PORT/1

D'où viennent les spectres? Quelle est leur vraie nature? Qu'attendent-ils de nous? Ces questions hantent Camille Flammarion. En cette fin du XIX^e siècle, l'astronome admiré de tous se passionne pour le spiritisme et les tables tournantes. Mais il ne croit pas aux fantômes et fait le pari que la science, la science seule, finira par percer le mystère. Un jour de 1895, alors que la France se déchire à propos de l'affaire Dreyfus, un événement dramatique entraîne Camille dans une incroyable aventure. Avec son ami Jules

Verne, il entreprend un périlleux voyage au cœur de la forêt amazonienne. Il y rencontrera un peuple oublié de l'histoire qui lui dévoilera une inquiétante vérité : et si les spectres ne se contentaient pas de hanter les humains? S'ils voulaient prendre notre place, tout simplement?



Le bal des folles / Victoria Mas. Le livre de poche, 2023. Cote : 840 MASV

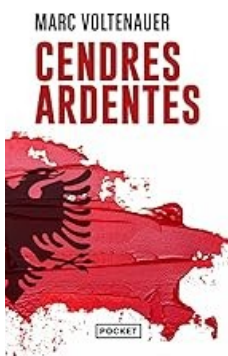
1885 : comme chaque année, à la Salpêtrière, se tient le très mondain "bal des folles". Le temps d'une soirée, le Tout-Paris s'encanaille sur des airs de valse et de polka en compagnie de femmes déguisées en colombines, gitanes, zouaves et autres personnages. Cette scène joyeuse cache une réalité sordide : ce bal "costumé et dansant" est une des dernières expérimentations de Charcot, adepte de l'exposition des fous. Dans ce livre terrible et puissant, Victoria Mas choisit de suivre le destin de ces femmes victimes d'une société masculine qui leur interdit toute déviance et les emprisonne. Parmi elles, Geneviève, dévouée corps et âme au célèbre neurologue ; Louise, abusée par son oncle ; Thérèse, une prostituée au grand coeur qui a eu le tort de pousser son souteneur dans la Seine ; Eugénie enfin qui, parce qu'elle dialogue avec les morts, est envoyée par son propre père croupir entre les murs de ce qu'il faut bien appeler une prison. Un hymne à la liberté pour toutes les femmes que le XIXe siècle a essayé de contraindre au silence.

Gabrielle
Filteau-Chiba
Bivouac



Bivouac / Gabrielle Filteau-Chiba. Gallimard, 2023. Cote : 840 FILT 2

«J'observe les étoiles, miroitées dans l'eau. C'est là, devant tant de beauté, que j'ai soudain la certitude que tu reviendras ici. C'est clair, tellement clair. C'est ton éden, ton pays». En fuite, Riopelle a trouvé refuge auprès d'un groupe clandestin de militants écologistes. Bientôt, ils lanceront l'opération Bivouac, destinée à empêcher la construction d'un oléoduc dans les terres du Bas-Saint-Laurent. Mais l'homme reste hanté par l'issue dramatique de sa dernière mission. Dans la ferme communautaire où elles se sont installées, Anouk et Raphaëlle peinent à trouver leurs marques et vivent leurs premiers désaccords. Quand Riopelle leur propose de rejoindre sa lutte acharnée pour préserver le territoire, elles ont un choix à faire. Entre nécessité de l'engagement et compromis pacifiste, tous trois voient se mêler peurs inavouées et désirs inassouvis.



Cendres ardentes / Marc Voltenauer. Pocket, 2024. Cote : 840(494) VOLT 1

Entre le lac Léman et les montagnes d'Albanie, une enquête qui nous plonge au coeur d'une vendetta familiale régie par un code d'honneur ancestral. Dans le lac Léman, des cadavres de femmes, atrocement mutilées, dont il ne reste que le tronc. L'inspecteur Andreas Auer et son équipe de la brigade criminelle de Lausanne sont immédiatement chargés de l'enquête. Parallèlement, un Albanais, Sokol Hoti arrive en Suisse à la suite de l'assassinat de son frère Mirjan victime d'une vieille histoire de vendetta à l'albanaise. Mais Sokol disparaît. Une partie de sa famille installée en Suisse se partage entre l'idée de venger Mirjan ou de mettre fin au cycle de la vendetta. L'inspecteur Auer se lance dans une course poursuite effrénée à travers l'Europe

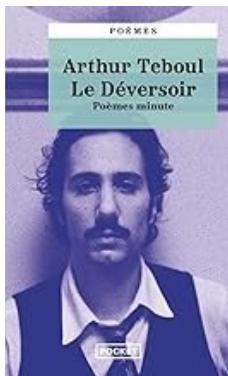
pendant laquelle il se verra confronté à la partie la plus sombre de son passé.



Des crimes passionnels / Corinne Jaquet. Les Éditions du Chien Jaune, 2023. Cote : 840(494) JACQ 1

La passion a longtemps été acceptée comme une excuse pour un meurtre commis sous l'effet de la jalousie. À l'heure des féminicides en augmentation, il ne suffit plus de brûler d'amour - ou de le prétendre - pour voir sa peine allégée. La passion en justice comporte un tout autre aspect et il a évolué avec le temps.

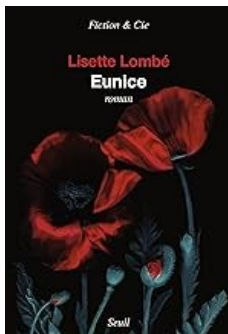
Ce deuxième volume de la collection Faits Divers suisses, vous raconte des crimes passionnels sortant des clichés. Il évoque une douzaine d'affaires particulières dans leur déroulement, dans leur verdict et dans l'avancée qu'elles ont provoquée dans notre jurisprudence. De 1967 à 1999, vous suivrez le destin de femmes à bout de force ayant abattu leur mari, d'hommes humiliés à qui un « raptus » fait commettre l'irréparable, ou le geste d'un fils qui a supprimé son père parce que sa famille n'en pouvait plus de trembler devant lui...



Le déversoir : poèmes minute / Arthur Teboul. Pocket, 2024. Cote : 841 TEBO

Que trouverez-vous dans ce livre? 105 poèmes minute. Qu'est-ce qu'un poème minute? C'est un poème instantané (comme une photographie ou une soupe), souvent en prose, écrit en un temps compté, entre cinq et sept minutes. Écrit à toute vitesse pour subjuguier la conscience de soi et l'étourdir, afin de laisser libre cours à ce qui traverse l'esprit. C'est une divagation, sans volonté, sans technique ni logique, hors de toute préoccupation esthétique et morale. Si on ne se laisse pas intimider par cette langue de l'enfance et de l'inconnu, le réel s'offre dans une profondeur nouvelle.

La vitalité du geste délivre une vérité. Un poème minute est toujours vrai. D'une vérité, peut-être, qu'on ne voudrait pas connaître. D'une vérité qui nous rend - comme toutes les vérités, au fond - vulnérables.



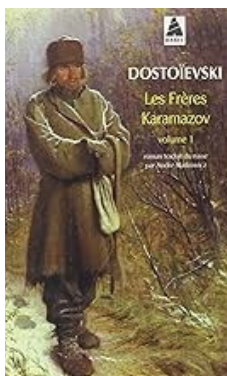
Eunice / Lisette Lombé. Seuil, 2023. Cote : 840(493) LOMB

Eunice, dix-neuf ans, athlète, étudiante en fac de psycho, vient de se faire larguer par son petit ami. Alcool et danse pour tenter d'anesthésier la tristesse. En se réveillant avec une gueule de bois carabinée, la jeune femme pense avoir touché le fond mais les nombreux appels en absence laissés sur son portable par son père annoncent le pire. Sa mère, Jane, est morte, d'une chute dans l'eau du fleuve au sortir d'une boîte de nuit. L'enquête conclut très vite à un simple accident mais Eunice refuse d'y croire. Et si un agenda rouge retrouvé dans un salon de coiffure lui donnait raison ? Et si les initiales écrites sur plusieurs pages étaient un indice ? Pour Eunice, c'est le début d'une quête de vérité afin de comprendre qui était cette mère dont elle réalise qu'elle ne connaissait

pas grand-chose. Le choc du deuil rappelle que toute famille est le lieu de secrets enfouis.



La Fortuna / Françoise Gallo. L. Levi, 2019. Cote : 840 GALLf
1901. Porto Empedocle. Comme beaucoup de Siciliens, Giuseppa choisit, avec son mari et ses quatre fils, de quitter son île et de tenter une traversée périlleuse vers une nouvelle vie en Tunisie. Certains fuient la misère, le choléra, ou la mafia. D'autres, comme elle, un destin contraire. Le temps de ce périple, elle se souvient...
Abandonnée à l'âge de trois mois à la porte d'un couvent, elle a cru échapper au malheur en rencontrant Francesco. Mais celui-ci est né dans une famille de propriétaires terriens arrogants, qui s'acharnent à gâcher son existence. Giuseppa empoigne alors les rênes de sa vie, guidée par son nom, La Fortuna, comme par une bonne étoile. A travers cette femme simple et déterminée, ce roman retrace l'histoire peu connue des Italo-Tunisiens qui, il y a un siècle, ont quitté l'Europe pour l'Afrique du Nord.



Les Frères Karamazov. 1 et 2 / Fédor Dostoïevski. Actes sud, 2022. Cote : 882 DOST/1
Il y a le père, Fiodor Pavlovich, riche, malhonnête et débauché, et ses trois fils légitimes : Mitia, impulsif, orgueilleux, sauvage ; Yvan, intellectuel, raffiné, intransigeant ; Aliocha, sincère, pieux, naïf. Et puis il y a le fils illégitime, Smerdiakov, libertin cynique vivant en serviteur chez son père. L'un d'eux sera parricide. Roman complet et flamboyant, «Les Frères Karamazov» rassemble une intrigue policière, plusieurs histoires d'amour, des exposés théologiques et métaphysiques éblouissants et des personnages inoubliables déchirés par leurs conflits intérieurs. Sans doute le chef-d'œuvre de Dostoïevski.



Made in Korea / Laure Mi Hyun Croset. Okama, 2023. Cote : 840(494) CROS
Un jeune Français, enfant adopté, solitaire et apathique, passe son temps devant un écran d'ordinateur. Adeptes de jeux vidéo et de junk food, il se soucie peu de sa santé, jusqu'au jour où il apprend qu'il a du diabète et qu'il doit modifier fondamentalement son hygiène de vie. Il décide alors de partir en Corée pour y pratiquer le taekwondo, bénéficier de la saine gastronomie de la péninsule et, par la même occasion, découvrir sa culture d'origine. Loin d'être une énième variante sur la quête identitaire d'un individu déraciné, ce roman réjouissant, à la fois mélancolique et tendre mais non dénué d'ironie, relate l'histoire d'une renaissance, sans faits glorieux ni émotions de pacotille.

David Foenkinos
Numéro deux



Numéro deux / David Foenkinos. Gallimard, 2023. Cote : 840 FOEN 3

En 1999 débutait le casting pour trouver le jeune garçon qui allait interpréter Harry Potter et qui, par la même occasion, deviendrait mondialement célèbre. Des centaines d'acteurs furent auditionnés. Finalement, il n'en resta plus que deux. Ce roman raconte l'histoire de celui qui n'a pas été choisi.



La prochaine fois que tu mordras la poussière / Panayotis Pascot. Stock, 2023. Cote : 840 PASCp

Ce livre me fait peur. Il a été douloureux à pondre. Mon père nous a annoncé qu'il n'allait pas tarder à mourir et je me suis mis à écrire. Trois années au peigne fin, mes relations, mes pensées paranoïaques, mon rapport étrange avec lui, crachés sur le papier. Je me suis donné pour but de le tuer avant qu'il ne meure. Ce que je ne savais pas c'est que j'allais traverser un épisode dépressif si intense que j'allais frôler la mort moi aussi... C'est l'histoire de quelqu'un qui cherche à tuer. Soit, ou le père, finalement ça revient

au même...

Gabrielle Filteau-Chiba
Sauvagines



Sauvagines / Gabrielle Filteau-Chiba. Gallimard, 2023. Cote : 840 FILT 1

« Pourquoi donc a-t-on tant besoin de posséder la beauté ? Et si on la laissait vivre en paix dans l'espoir de la recroiser un jour ? »
Garde-forestière, Raphaëlle vit dans une cabane isolée au cœur de la forêt du Kamouraska. Pour rien au monde elle n'échangerait cette vie loin des hommes. Mais une nuit, sa chienne disparaît. Raphaëlle suspecte rapidement des braconniers et les prend en chasse. Elle ignore que, depuis l'ombre, des yeux la guettent. Dans cette nature aussi belle que féroce, proie et prédateur se confondent...



Terre noire / Rita Carelli. Éditions Métailié, 2024. Cote : 869.1 CARE
À travers le monde, les terres noires, exceptionnellement fertiles, sont la preuve d'une activité humaine qui les a fertilisées depuis des millénaires. Les terres noires amazoniennes montrent que la jungle actuelle n'est pas une forêt primaire mais qu'elle est le résultat du travail des occupants indiens qui l'ont cultivée bien avant la période historique connue. Le père de l'héroïne est un archéologue qui fouille ces territoires pour prouver cette occupation humaine. À la mort soudaine de sa mère, Ana suit son père dans une tribu amazonienne et entre en contact avec la nature et la cosmogonie indienne.

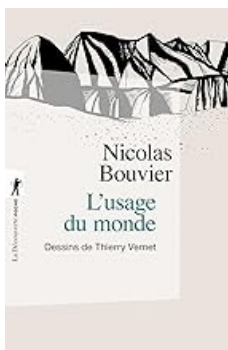
Adolescente timide, elle observe la vie de la tribu qui l'accueille. Ses relations avec le groupe des jeunes de la tribu sont plus faciles que celles qu'elle avait au collège.

Dans la forêt, elle est exotique mais acceptée telle qu'elle est. Ana établit des relations d'amitié clandestines avec une jeune fille de son âge soumise à l'isolement traditionnel de l'initiation. Kassuri est là pour apprendre à être une femme, à la fin de la réclusion elle se mariera. Ana, elle, est livrée à elle-même, personne ne lui apprendra ce qu'elle doit être. Mais la vie qu'elle mène modifie peu à peu ses préjugés et sa vision du monde. Des années plus tard Ana, étudiante à Paris, décide de retourner dans la forêt à l'occasion de la mort du chef qui l'avait accueillie dans sa famille. Tout a changé, la forêt brûle et il n'y a plus de poissons dans le fleuve. Ce roman a le curieux pouvoir de nous parler des Indiens sans exotisme, de changer l'image que nous pourrions en avoir, ils apparaissent pleins de force et de vitalité, ils affrontent leur monde et le défendent. Un premier roman d'apprentissage exotique, fascinant de vitalité, de découverte de soi, d'apprivoisement des désirs et des peurs.



Une île pour elle / Anne-Solange Muis. Phébus, 2024. Cote : 840 MUIS

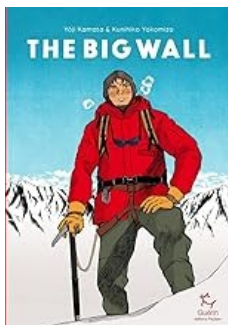
Après la fin des terres, au large de Concaneau, se trouve une toute petite île appelée l'île aux Moutons. Louise, jeune géographe, décide de s'y établir pendant quelques semaines avec, pour seule compagnie, une colonie d'hirondelles de mer. Un confort spartiate, sans eau, sans électricité, dans une cabane de fortune. Une expérience totale. Au cœur de la nature à l'état brut, elle fera la rencontre de sa vie : celle d'elle avec elle-même.



L'usage du monde : récit / Nicolas Bouvier. La Découverte, 2014. Cote : 840(494) BOUV 1

À l'été 1953, un jeune homme de 24 ans, fils de bonne famille calviniste, quitte Genève et son université, où il suit des cours de sanscrit, d'histoire médiévale puis de droit, à bord de sa Fiat Topolino. Nicolas Bouvier a déjà effectué de courts voyages ou des séjours plus longs en Bourgogne, en Finlande, en Algérie, en Espagne, puis en Yougoslavie, via l'Italie et la Grèce. Cette fois, il vise plus loin : la Turquie, l'Iran, Kaboul puis la frontière avec l'Inde. Il est accompagné de son ami Thierry Vernet, qui documentera l'expédition en dessins et croquis. [...] Par son écriture serrée, économe de ses effets et ne jouant pas à la « littérature », Nicolas Bouvier a réussi à atteindre ce à quoi peu sont parvenus : un pur récit de voyage, dans la grande tradition de la découverte et de l'émerveillement, en même temps qu'une réflexion éthique et morale sur une manière d'être au monde parmi ses contemporains, sous toutes les latitudes.

BANDES DESSINÉES



The big wall / dessin Yoji Kamata ; scénario Kunihiko Yokomizo. Paulsen, 2023. Cote : BD KAMA

Il a fait du style alpin son art de grimper et le solo sa voie de prédilection. Le destin incroyable de Yasushi Yamanoi, plus grand alpiniste japonais contemporain, auteur de nombreuses premières, Piolet d'or pour l'ensemble de sa carrière en 2021, a inspiré l'écriture de ce manga signé Yōji Kamata et Kunihiko Yokomizo, maîtres du genre. The Big Wall, dans la même veine que le célèbre Sommet des Dieux de Jirō Taniguchi, suit les aventures de Senju, jeune peintre et alpiniste de renom, mandaté pour retrouver les effets personnels d'un homme de 25 ans, fils illégitime d'un homme de pouvoir, qui a disparu sur les pentes de l'Everest C'est la première fois qu'il retourne à l'Everest depuis le drame... Trois ans plus tôt, après une tentative avec le grand alpiniste Fukada, il reviendra seul... Hanté par ses démons, il comprend qu'il n'a d'autre choix que de dire oui. Cette autofiction nous plonge au coeur de l'hiver himalayen. Les destins s'y croisent et parfois s'y retrouvent, la vie et la mort s'y défient en permanence et la passion dicte les règles d'une pratique où l'engagement est sans concessions. Seul chemin pour tutoyer Le Big Wall, cette montagne au-delà de 8000 mètres... Yasushi Yamanoi a partagé ses souvenirs, ses anecdotes mais aussi son savoir-faire technique pour que les descriptions, les actions et les émotions soient retranscrites de façon la plus réaliste. Pour lui, ce travail est aussi une manière d'éclairer " la pensée philosophique et la motivation des hommes et des femmes à se confronter aux montagnes. " Une opportunité de découvrir le destin de ce grand alpiniste trop peu connu et d'interroger des valeurs comme l'engagement, le renoncement, la prise de risque... Une récit palpitant plein d'humanité. Bio Né en avril 1965, à Tokyo. Yasushi Yamanoi grandit se passionne pour les aventures solitaires de l'explorateur Naomi Uemura au pôle Nord, en Amazonie ou au Denali. Il commence à grimper seul, sur les murs d'une vieille bâtisse près de chez lui : un pompier lui donne un baudrier, un ouvrier du bâtiment, un casque. Excellent rochassier, avec de belles premières aux Drus et au Yosemite, Yasushi Yamanoi ne résiste pas longtemps à l'envie de découvrir les plus hauts sommets du monde et vite le parti du style alpin dans lequel il excelle. Il devient dans les années 1990 l'un des principaux ambassadeurs, aux côtés de Voytek Kurtyka et Erhard Loretan. En 2021, il a reçu un piolet d'or pour l'ensemble de sa carrière.

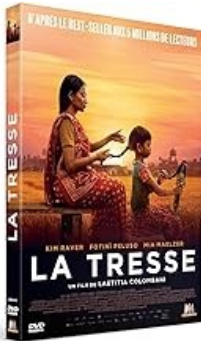
DVD FICTION



Ciao-Ciao bourbine / de Peter Luisi. DCM, 2024. Cote : DVD CIAO
L'initiative baptisée «No Bilingue» exige dorénavant l'usage d'une seule et unique langue nationale ! Conséquence : une votation populaire farfelue plonge le pays dans un état de chaos national. D'autant plus lorsque le verdict tombe : La Suisse devient un pays unilingue... Et francophone ! De nombreux citoyens sont soudain en proie à une situation de crise. C'est notamment le cas du Suisse allemand Walter Egli, qui travaille à la police fédérale et est chargé de veiller à ce que la transition vers l'unilinguisme se déroule en bonne et due forme. Aux côtés de son partenaire romand, il est amené à enquêter sur un groupe de résistance naissant dans le sud de la Suisse, qui s'oppose par tous les moyens à la mise en oeuvre de l'initiative.



La délicatesse / un film de David et Stéphane Foenkinos. Studio Canal, 2011. Cote : DVD LADE 1
Nathalie a tout pour être heureuse. Elle est jeune, belle, et file le parfait amour. La mort accidentelle de son mari va couper son élan. Pendant des années, elle va s'investir dans son travail, se sentir en parenthèse de sa vie sensuelle. Mais subitement, sans qu'elle comprenne vraiment pourquoi, elle embrasse un de ses collègues. Markus, un homme très atypique. S'ensuit alors la valse sentimentale de ce couple hautement improbable qui va susciter interrogation et agressivité au sein de l'entreprise. Choisit-on vraiment par quel moyen on renaît à la vie?



La tresse / un film de Laetitia Colombani. M6 Vidéo, 2024. Cote : DVD LATR
Inde. Smita est une Intouchable. Elle rêve de voir sa fille échapper à sa condition misérable et entrer à l'école. Italie. Giulia travaille dans l'atelier de son père. Lorsqu'il est victime d'un accident, elle découvre que l'entreprise familiale est ruinée. Canada. Sarah, avocate réputée, va être promue à la tête de son cabinet quand elle apprend qu'elle est malade. Trois vies, trois femmes, trois continents. Trois combats à mener. Si elles ne se connaissent pas, Smita, Giulia et Sarah sont liées sans le savoir par ce qu'elles ont de plus intime et de plus singulier.