

Vivre avec son passé / Charles Pépin

Livre

[PEPIN, Charles. Auteur](#)

Édité par [Allary Editions. Paris](#) - 2023

Comment être en paix avec son passé et en faire une force d'avenir ? Ignorer ce que nous avons vécu est un leurre, vouloir le revivre une folie. Pour aller de l'avant, il nous faut trouver la bonne distance avec notre propre histoire, avec l'enfant que nous avons été, l'éducation reçue, les épreuves et les joies qui nous ont transformés. Cautériser ses blessures, bien vieillir, être capable de se souvenir des belles choses pour en provoquer d'autres, savoir se retourner pour mieux se projeter : tout cela est possible pour qui sait vivre avec son passé.

Type de document

Livre

Langue

français

Description physique

302 p. ; 20 cm

Date de publication

07/09/2023

Cotes

- 128 PEP

Sections

Adulte

Public visé

Adultes

ISBN

978-2-37073-457-0

EAN

9782370734570

Popularité

Document emprunté 2 fois ces 6 derniers mois

Sujets

- [Temps : philosophie](#)
- [Bonheur : philosophie](#)
- [Souvenir](#)

[Plus d'informations...](#)

| Site | Emplacement | Cote |
|------------------------------|-------------|---------|
| Médiathèque Georges Brassens | Adulte | 128 PEP |

Ça chauffe là-haut ! : Comment aider votre enfant à apaiser son mental / Serge Marquis

Livre

[MARQUIS, Serge. Auteur](#)

Édité par [Flammarion. Paris cedex 13](#) - 2023

Stop à la fabrique des pensées qui empêchent d'être soi-même ! ? Vos enfants se jugent ? : "Je suis trop nul ! " ? Ils se comparent ? : "Papa aime plus mon frère que moi ! " ? Ils se tourmentent et se font ainsi souffrir inutilement ? ? Vous ne savez plus comment les aider à calmer ce tapage mental ? Rassurez-vous, il existe des outils ! Dans son titre à succès, On est foutu, on pense toujours trop, le Dr Serge Marquis s'intéressait au hamster qui, en courant dans sa roue, fabrique les pensées à l'origine de l'anxiété, la déprime, l'hostilité, la culpabilité, la jalousie, l'envie et autres émotions qui minent nos existences.

Type de document

Livre

Langue

français

Description physique

161 p. ; couv. ill. en coul. ; 21 cm

Date de publication

19/04/2023

Cotes

- 155.4 MAR

Sections

Adulte

Public visé

Adultes

ISBN

978-2-08-023509-1

EAN

9782080235091

Popularité

Document emprunté 1 fois ces 6 derniers mois

Sujets

- [enfant : psychologie](#)
- [Estime de soi](#)
- [Enfant : développement : psychologie](#)

[Plus d'informations...](#)

| Site | Emplacement | Cote |
|------------------------------|-------------|-----------|
| Médiathèque Georges Brassens | Adulte | 155.4 MAR |

Pour un soulèvement écologique : Dépasser notre impuissance collective / Camille Etienne

Livre

[ETIENNE, Camille. Auteur](#)

Édité par [Seuil. Paris Cedex 19](#) - 2023

"On dit que les territoires nous façonnent. J'avais dix ans quand j'ai compris que le dérèglement climatique menaçait mon univers entier, et toutes mes histoires de famille, dont les glaciers renferment le souvenir". Camille Etienne a grandi dans un espace en voie de disparition. Dans un de ces lieux où le danger est déjà réel, concret. Face à un effondrement d'une telle ampleur, il est aisé de sombrer dans la paralysie. Mais, nous dit-elle, "notre impuissance est une construction qui ne nous appartient pas", et qui sert ceux qui exercent et jouissent pleinement de leur pouvoir. Dans cet essai, Camille Etienne identifie les mythes qui nous entravent : éco-anxiété, fracture générationnelle, déclic, fausses peurs. Les paniques morales n'ont qu'un dessein : nous distraire de la peur qui devrait nous habiter et pourrait nous pousser à désobéir, ralentir ou cesser de coopérer.

Type de document

Livre

Langue

français

Description physique

160 p. ; 20 cm

Date de publication

19/05/2023

Liens

- A pour autre édition sur un support différent : Pour un soulèvement écologique

Cotes

- 304.2 ETI

Sections

Adulte

Public visé

Adultes

ISBN

978-2-02-150187-2

EAN

9782021501872

Popularité

Document emprunté 2 fois ces 6 derniers mois

Sujets

- [Ecologie humaine](#)
- [Développement durable](#)

[Plus d'informations...](#)

| Site | Emplacement | Cote |
|------------------------------|-------------|-----------|
| Médiathèque Georges Brassens | Adulte | 304.2 ETI |



Impressions Végétales : Cyanotype, écoprint et tataki zomé / Laurence Loiseau-David

Livre

[LOISEAU-DAVID, Laurence. Auteur](#)

Édité par [Editions La Plage. Vanves](#) - 2023

Découvrez l'univers des impressions végétales ! Cyanotype, écoprint et tataki zomé, apprenez tout de ces techniques qui fixent sur textile et papier de manière poétique et intemporelle les végétaux, que ce soit leurs formes, leurs empreintes ou encore leurs couleurs. Du bleu au sépia, des couleurs vives aux nuances feutrées et sombres, chaque impression vous emportera dans l'univers méconnu des végétaux, de leurs secrets et de leur beauté. Un peu de mélanges, d'alchimie et une touche de magie, ces pratiques vous réserveront de nombreuses surprises, que ce soit par les techniques de dérivés ou encore par la certaine incertitude du résultat qui réside toujours dans chaque création ! Mettez en pratique ces techniques d'impression végétale avec plus de 15 créations.

Type de document

Livre

Langue

français

Description physique

128 p. ; ill. en coul., couv. ill. en coul. ; 26 cm

Date de publication

29/03/2023

Liens

- A pour autre édition sur un support différent : Impressions Végétales.

Contributeurs

- LOUIS, Linda. Photographe

Cotes

- 746.6 LOI

Sections

Adulte

Public visé

Adultes

ISBN

978-2-38338-103-7

EAN

9782383381037

Popularité

Document emprunté 1 fois ces 6 derniers mois

Sujets

- [Teinture végétale](#)

[Plus d'informations...](#)





Sois jeune et tais-toi : Réponse à ceux qui critiquent la jeunesse / Salomé Saqué

Livre

[SAQUE, Salomé. Auteur](#)

Edité par [Payot. Paris](#) - 2023



Changer de regard sur la jeunesse. Les jeunes seraient "paresseux", "incultes", voire "égoïstes et individualistes". J'ai entendu mille fois ces accusations à l'égard de la jeunesse : dans des dîners de famille, à la volée chez un commerçant ou portées par des éditorialistes remontés à la télévision. Ces jugements négatifs sont non seulement infondés, mais aussi délétères pour toute la société. Entre le chômage, la dégradation de la situation économique, la pandémie et l'urgence écologique, les jeunes doivent composer avec des paramètres inédits. De plus, les défauts qu'on leur prête sont souvent le symptôme d'une profonde incompréhension, d'un désintérêt ? pour leurs préoccupations et leurs pratiques.

Type de document

Livre

Langue

français

Description physique

319 p. ; couv. ill. en coul ; 22 cm

Date de publication

15/03/2023

Cotes

- 305.23 SAQ

Sections

Adulte

Public visé

Adultes

ISBN

978-2-228-93163-2

EAN

9782228931632

Sujets

- [Jeunesse : enquête](#)
- [Préjugé](#)

[Plus d'informations...](#)

Nos pères, nos frères, nos amis : Dans la tête des hommes violents / Mathieu Palain

Livre

[PALAIN, Mathieu. Auteur](#)

Édité par [Editions Les Arènes. Paris](#) - 2023

Nos pères, nos frères, nos amis est une enquête immersive, un livre essentiel pour comprendre un point aveugle de notre société " La petite graine de la violence, elle pousse, elle pousse, et je pense que cette graine est en moi depuis longtemps, elle fait partie de mon bagage, de ce que m'ont transmis mes parents. La violence surgit comme un instinct animal, et vous murmure à l'oreille : "C'est la faute de l'autre. ' " Pendant quatre ans, le journaliste Mathieu Palain s'est rendu dans des groupes de parole, dans une Maison des femmes, à des auditions judiciaires. Il a eu accès à des histoires et des témoignages d'une rare puissance.

Type de document

Livre

Langue

français

Description physique

252 p. ; couv. ill. en coul. ; 21 cm

Date de publication

12/01/2023

Cotes

- 305.3 PAL

Sections

Adulte

Public visé

Adultes

ISBN

979-10-375-0631-3

EAN

9791037506313

Sujets

- [Homme // Femme : comportement](#)
- [Violence conjugale](#)
- [Enquête](#)

[Plus d'informations...](#)

| Site | Emplacement | Cote |
|------------------------------|-------------|-----------|
| Médiathèque Georges Brassens | Adulte | 305.3 PAL |



Mange tes légumes ! : 75 recettes pour faire avaler des légumes aux enfants en leur racontant des salades / Stéphanie Antoine, Pauline Beauvais

Livre



[ANTOINE, Stéphanie. Auteur](#) | [BEAUVAIS, Pauline. Auteur](#) |
[SARNEL, Emilie. Illustrateur](#)

Édité par [Editions de la Martinière. Paris Cedex 19](#) - 2023

Des astuces bien rodées, des histoires captivantes, et 75 recettes trompeuses et alléchantes pour vous permettre d'atteindre votre objectif : leur faire avaler des légumes ! Le principe est d'accaparer toute l'attention de l'opposant avec des informations parfois exactes, parfois minutieuses, parfois complètement farfelues. Et ça fonctionne ! Pour vous accompagner dans ce casse-tête à choix multiples, Stéphanie Antoine et Pauline Beauvais ont décliné 16 légumes en 3 recettes en fonction du seuil de tolérance de l'exigeant consommateur ainsi qu'en des recettes bonus. Voici les techniques de diversion de deux parents éclairés, pour faire avaler des légumes à ses enfants en leur racontant des salades.

Type de document

Livre

Langue

français

Description physique

192 p. ; ill. en coul., couv. ill. en coul. ; 25 cm

Date de publication

10/02/2023

Cotes

- 641.562 ANT

Sections

Jeunesse

Public visé

Jeunes

ISBN

979-10-401-1105-4

EAN

9791040111054

Sujets

- [Cuisine : recette : enfant](#)
- [Légume : cuisine : recette](#)

Genre

- Documentaire Jeunes

[Plus d'informations...](#)

| Site | Emplacement | Cote |
|------------------------------|-------------|-------------|
| Médiathèque Georges Brassens | Jeunesse | 641.562 ANT |

L'Education bienveillante, ça suffit ! / Didier Pleux

Livre

[PLEUX, Didier. Auteur](#)

Édité par [Editions Odile Jacob. Paris cedex 05](#) - 2023

Elever son enfant avec bienveillance, c'est être attentif à ses émotions, c'est poser des cadres qui faciliteront la relation, c'est valoriser la compréhension et l'empathie. Mais est-ce suffisant ? A être trop écoutés et trop valorisés, certains enfants deviennent arrogants, irrespectueux, et même des enfants tyrans... Si l'on ne veut pas que nos enfants deviennent ces enfants-là, qui ignorent les autres, ils doivent trouver, face à leurs demandes permanentes et à leurs désirs incessants, une autorité qui intègre le "non" et définit des limites claires. Oui, on peut éduquer un enfant avec un tant soit peu de contraintes et d'exigences, car c'est en lui apprenant à faire des efforts qu'il progressera.

Type de document

Livre

Langue

français

Description physique

182 p. ; couv. ill. en coul. ; 22 cm

Date de publication

01/03/2023

Cotes

- 155.4 PLE

Sections

Adulte

Public visé

Adultes

ISBN

978-2-415-00547-4

EAN

9782415005474

Sujets

- [Enfant : éducation](#)
- [Enfant // parent](#)
- [Education : psychopédagogie](#)

[Plus d'informations...](#)

| Site | Emplacement | Cote |
|------------------------------|-------------|-----------|
| Médiathèque Georges Brassens | Adulte | 155.4 PLE |

Ralentir ou périr : L'économie de la décroissance / Timothée Parrique

Livre

[PARRIQUE, Timothée. Auteur](#)

Édité par [Seuil. Paris Cedex 19](#) - 2022

Loin d'être le remède miracle aux crises auxquelles nous faisons face, la croissance économique en est la cause première. Derrière ce phénomène mystérieux qui déchaîne les passions, il y a tout un système économique qu'il est urgent de transformer. Dans cet essai d'économie accessible à tous, Timothée Parrique vient déconstruire l'une des plus grandes mythologies contemporaines : la poursuite de la croissance. Nous n'avons pas besoin de produire plus pour atténuer le changement climatique, éradiquer la pauvreté, réduire les inégalités, créer de l'emploi, financer les services publics, ou améliorer notre qualité de vie. Au contraire, cette obsession moderne pour l'accumulation est un frein au progrès social et un accélérateur de l'effondrement écologique.

Type de document

Livre

Langue

français

Description physique

320 p. ; couv. ill. en coul. ; 21 cm

Date de publication

16/09/2022

Cotes

- 338.927 PAR

Sections

Adulte

Public visé

Adultes

ISBN

978-2-02-150809-3

EAN

9782021508093

Popularité

Document emprunté 1 fois ces 6 derniers mois

Sujets

- [Décroissance](#)
- [Economie // Environnement : développement](#)

[Plus d'informations...](#)

| Site | Emplacement | Cote |
|------------------------------|-------------|-------------|
| Médiathèque Georges Brassens | Adulte | 338.927 PAR |

Ici et ailleurs / Florence Aubenas

Livre

[AUBENAS, Florence. Auteur](#)

Édité par [Editions de l'Olivier. Paris](#) - 2023

"On est le 6 décembre 2018, il est midi. Trois semaines que le mouvement a démarré, avec l'impression, ici, que tout ne fait que commencer". Qu'avons-nous traversé ces huit dernières années ? De la révolte des Gilets jaunes à la vie quotidienne en Ukraine sous les bombes, en passant par le grand confinement, la virée en Thaïlande de deux cousins de région parisienne ou la fin tragique d'un éleveur tué par des gendarmes, Florence Aubenas raconte notre époque, au plus près du réel.

Type de document

Livre

Langue

français

Description physique

354 p. ; 22 cm

Date de publication

03/02/2023

Liens

- A pour autre édition sur un support différent : Ici et ailleurs

Cotes

- 302.23 AUB

Sections

Adulte

Public visé

Adultes

ISBN

978-2-8236-2017-7

EAN

9782823620177

Popularité

Document emprunté 2 fois ces 6 derniers mois

Sujets

- [Journaliste : témoignage](#)
- [Le Monde \(journal\)](#)

Genre

- Littérature française

[Plus d'informations...](#)

| Site | Emplacement | Cote |
|------------------------------|-------------|------------|
| Médiathèque Georges Brassens | Adulte | 302.23 AUB |



Le Suicide de l'espèce : Comment les activités humaines produisent de plus en plus de maladies / Jean-David Zeitoun

Livre



[ZEITOUN, Jean-David. Auteur](#)

Édité par [Editions Denoël. Paris](#) - 2023

S'appuyant sur des données scientifiques à l'échelle mondiale, le médecin dresse un constat de la santé au XXI^e siècle, montrant que les maladies du siècle sont le produit même des sociétés et des modes de vie. Mettant en lumière les défis à venir, il esquisse les voies d'un changement nécessaire.

Note

- Bibliogr.

Type de document

Livre

Langue

français

Description physique

240 p. ; 22 cm

Date de publication

22/02/2023

Liens

- A pour autre édition sur un support différent : Le suicide de l'espèce. Comment les activités humaines produisent de plus en plus de maladies

Cotes

- 614.4 ZEI

Sections

Adulte

Public visé

Adultes

ISBN

978-2-207-16550-8

EAN

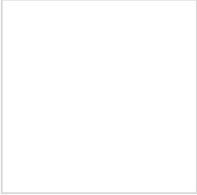
9782207165508

Sujets

- [Alimentation : Santé](#)
- [Santé : prévention](#)
- [Produit chimique // Santé](#)
- [Maladie : santé](#)

[Plus d'informations...](#)

| Site | Emplacement | Cote |
|------------------------------|-------------|-----------|
| Médiathèque Georges Brassens | Adulte | 614.4 ZEI |



La Méthode foutez-vous la paix ! / Fabrice Midal

Livre

[MIDAL, Fabrice. Auteur](#)

Édité par [Flammarion. Paris cedex 13](#) - 2022



Je vis sous pression. Je ne m'aime pas. Je ne dors pas bien. Je ne sais pas dire non. Je me sens coupable. Je suis hypersensible. Je me sens impuissant(e). Une nouvelle approche, simple mais puissante, qui rompt radicalement avec la conception dominante, culpabilisante et instrumentalisante de l'être humain. Une méthode concrète pour redécouvrir les atouts et les forces que vous portez en vous mais dont vous ne soupçonnez pas l'existence. Cessez de vous torturer et réapprenez à vivre !

Type de document

Livre

Langue

français

Description physique

175 p. ; ill. ; 21 cm

Date de publication

07/09/2022

Cotes

- 158.1 MID

Sections

Adulte

Public visé

Adultes

ISBN

978-2-08-028429-7

EAN

9782080284297

Popularité

Document emprunté 1 fois ces 6 derniers mois

Sujets

- [Estime de soi](#)
- [Réalisation personnelle](#)
- [Bonheur](#)

[Plus d'informations...](#)

| Site | Emplacement | Cote |
|------------------------------|-------------|-----------|
| Médiathèque Georges Brassens | Adulte | 158.1 MID |

Les recettes zéro charge mentale : Repas sains et gourmands. Faciles à caser dans un planning serré / Anne-charlotte Boukachabine

Livre

[BOUKACHABINE, Anne-Charlotte. Auteur](#)

Édité par [Hachette Pratique. Vanves Cedex](#) - 2023

Le mot d'ordre, c'est "sain, bon et rapide". Des recettes de la flemme ou comment se faire kiffer sans y passer la soirée. Falafel et tzatziki à la menthe, wrap chèvre pané et crudités, soupe de tomates rôties et ricotta, pizza chou-fleur, feuilleté tressé aubergines et mozza, parmentier de patate douce, granola à la cannelle, moelleux à la crème de marrons... Vous trouverez plus de 50 recettes pour tous les moments de la journée et toutes les occasions pour mettre en place et conserver des habitudes saines. Il n'y a qu'une seule chose à faire pour bien manger : écouter sa faim et son corps et respecter son rythme.

Type de document

Livre

Langue

français

Description physique

160 p. ; ill. en coul. ; 22 cm

Date de publication

12/04/2023

Contributeurs

- BRUNET, Charlotte. Photographe

Cotes

- 641.5 BOU

Sections

Adulte

Public visé

Adultes

ISBN

978-2-01-721017-7

EAN

9782017210177

Popularité

Document emprunté 4 fois ces 6 derniers mois

Sujets

- [Cuisine : recette](#)

[Plus d'informations...](#)

| Site | Emplacement | Cote |
|------------------------------|-------------|-----------|
| Médiathèque Georges Brassens | Adulte | 641.5 BOU |

1000 idées de voyages spécial animaux : Bien choisir son séjour France et le monde / Zahia Hafs

Livre

[HAFS, Zahia. Auteur](#)

Édité par [GEO. Paris](#) - 2020

Avec ses milliers d'idées, ses superbes photographies et ses informations claires et pratiques, le GEOBOOK est l'outil indispensable pour choisir ses destinations de voyage à la rencontre des animaux. - toutes les destinations pour rencontrer les animaux dans leur milieu naturel - des gros plans sur les espèces emblématiques (Big Five, gorilles, ours, oiseaux...) - des doubles pages thématiques : comment faire un safari, réaliser de belles photos, le point sur tes espèces menacées et comment contribuer à leur protection... - un planisphère des espèces à voir dans le monde - de superbes photos d'animaux et des cartes pour se repérer n les conseils des experts de GEO - des tableaux synthétiques pour choisir son voyage en fonction de ses centres d'intérêt, de la période, du prix des séjours, du décalage horaire.

Note

- Index.

Type de document

Livre

Langue

français

Description physique

190 p. ; ill. en coul., couv. ill. en coul. ; 22 cm

Date de publication

10/09/2020

Collection

[GEOBOOK](#)

Contributeurs

- BOISSIERE, Aurélie. Cartographe

Cotes

- 910 HAF

Sections

Adulte

Public visé

Adultes

ISBN

978-2-8104-3671-2

EAN

9782810429509

Sujets

- [Animal sauvage : voyage autour du monde](#)

[Plus d'informations...](#)

| Site | Emplacement | Cote |
|------------------------------|-------------|---------|
| Médiathèque Georges Brassens | Adulte | 910 HAF |

