

Guide illustré de la naturopathie / Audrey Carsalade

Livre

[Carsalade, Audrey.](#) Auteur

Edité par [Mango. Paris](#) - 2021

Un guide richement illustré pour découvrir les fondamentaux de la naturopathie et du corps humain, avec des informations pour personnaliser ses actions selon son profil.
©Electre 2021



Type de document

Livre

Langue

français

Description physique

1 vol. (95 p.) ; Ill. ; 25 x 21 cm

Date de publication

2021

Cotes

- 615.5 CAR

Sections

Adulte

ISBN

978-2-317-02315-6

EAN

9782317023156

Numéro du document

9782317023156

Sujets

- [Médecine naturelle](#)
- [Corps humain](#)
- [Guides pratiques et mémentos](#)

Classification

[600. Techniques](#)

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

Site	Emplacement	Cote
BOURGOIN	Adulte	615.5 CAR



Et si c'était la fatigue mentale ? : la reconnaître et savoir agir pour retrouver l'envie de vivre / Isabelle Méténier

Livre

Méténier, Isabelle. Auteur

Edité par R. Laffont. Paris - 2021

Le phénomène de fatigue mentale est décrit sous différents angles en convoquant la psychologie, la philosophie, la biologie et l'épigénétique. Des pistes sont proposées pour la vaincre et retrouver l'envie de vivre : la connaissance de ses besoins fondamentaux, la capacité à faire des deuils, à lâcher prise, à vivre le moment présent, à affronter ses peurs et à développer le lien social. ©Electre 2021

Type de document

Livre

Langue

français

Description physique

1 vol. (309 p.) ; 22 x 14 cm

Date de publication

2021

Cotes

- 153.8 MET

Sections

Adulte

ISBN

978-2-221-25189-8

EAN

9782221251898

Numéro du document

9782221251898

Sujets

- [Prévention](#)
- [Fatigue mentale -- Lutte contre](#)
- [Motivation \(psychologie\)](#)
- [Guides pratiques et mémentos](#)

Classification

100.Philo-Psycho

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

Site	Emplacement	Cote
BOURGOIN	Adulte	153.8 MET



Les 4S pour rééquilibrer sa vie / Christian Recchia

Livre

Recchia, Christian. Auteur

Édité par Humensciences. Paris - 2021

Des informations sur la méthode 4S (sphère alimentaire, sommeil, stress et sport) conçue pour préserver sa santé et profiter de la vie. L'auteur explique comment équilibrer le fonctionnement de son organisme grâce à une alimentation équilibrée et de qualité, un sommeil réparateur et régulier, une bonne gestion du stress au travail et à la maison ainsi qu'une activité sportive structurée. ©Electre 2021

[Voir la collection «Santé»](#)

[Autres documents dans la collection «Sa...](#)

Note

- Bibliogr.

Type de document

Livre

Langue

français

Description physique

1 vol. (347 p.) ; 22 x 15 cm

Date de publication

2021

Collection

[Santé](#)

Contributeurs

- Frémiot, Luc. Préfacier, etc.

Cotes

- 613.04 REC

Sections

Adulte

ISBN

978-2-37931-225-0

EAN

9782379312250

Numéro du document

9782379312250

Sujets

- [Médecine préventive](#)
- [Santé](#)

Classification

[600. Techniques](#)

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

Site

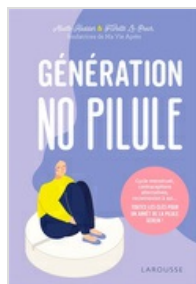
Emplacement

Cote

BOURGOIN

Adulte

613.04 REC



Génération no pilule / Maëlle Kaddah & Florette Le-Brech

Livre

Kaddah, Maëlle. Auteur | Le-Brech, Florette. Auteur

Édité par Larousse. Paris - 2021

Guide à destination des femmes souhaitant arrêter la prise de pilules contraceptives afin de privilégier des alternatives plus naturelles. Avec des explications sur les avantages et les craintes relatifs à ce changement, des informations pour comparer le fonctionnement du corps avec ou sans pilule ainsi que des conseils et des fiches pratiques sur la marche à suivre et l'hygiène de vie à adopter. ©Electre 2021

[Voir la collection «Santé et bien-être»](#)

[Autres documents dans la collection «Sa...](#)

Note

- Index. Bibliogr.

Type de document

Livre

Langue

français

Description physique

1 vol. (207 p.) ; Ill. ; 21 x 14 cm

Date de publication

2021

Collection

[Santé & bien-être](#)

Cotes

- 613.94 KAD

Sections

Adulte

ISBN

978-2-03-600327-9

EAN

9782036003279

Numéro du document

9782036003279

Sujets

- [Contraceptifs](#)
- [Cycle menstruel](#)
- [Hygiène sexuelle](#)
- [Médecine naturelle](#)
- [Guides pratiques et mémentos](#)

Classification

[600. Techniques](#)

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

Site

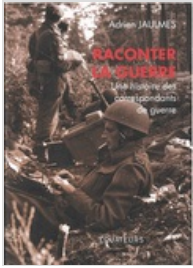
Emplacement

Cote

BOURGOIN

Adulte

613.94 KAD



Raconter la guerre : une histoire des correspondants de guerre / Adrien Jaulmes

Livre

[Jaulmes, Adrien \(1970-....\). Auteur](#)

Édité par [Ed. des Equateurs. Sainte-Marguerite-sur-Mer \(Seine-Maritime\)](#) - 2021

Une histoire des correspondants et des reporters de guerre, qu'ils documentent le conflit par le texte, l'image ou le son. Si la profession compte des écrivains et des photographes célèbres, elle comprend aussi de nombreux anonymes. ©Electre 2021

Note

- [Bibliogr. Index](#)

Type de document

Livre

Langue

français

Description physique

1 vol. (254 p.) ; Ill. ; 24 x 18 cm

Date de publication

2021

Cotes

- 070.9 JAU

Sections

Adulte

ISBN

978-2-84990-758-0

EAN

9782849907580

Numéro du document

9782849907580

Sujets

- [Histoire](#)
- [Journalistes incorporés -- Histoire](#)
- [Photographes de guerre -- Histoire](#)

Classification

[000.Généralité](#)

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

Site

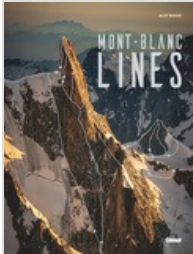
Emplacement

Cote

BOURGOIN

Adulte

070.9 JAU



Mont-Blanc lines / Alex Buisse

Livre

[Buisse, Alexandre. Auteur](#)

Édité par [Glénat. Grenoble](#) - 2021

En mai 2020, le photographe parcourt le massif du Mont-Blanc en crampons, à ski, en ULM ou encore en parapente. Il relate cette aventure et présente l'histoire des lignes de ski et d'alpinisme du massif. Avec de nombreuses photographies issues de son expérience ainsi que des récits d'alpinistes. ©Electre 2021



Note

- En français

Type de document

Livre

Langue

français

Description physique

1 vol. (176 p.) ; illustrations en couleur ; 32 x 24 cm

Date de publication

2021

Collection

[Beaux livres montagne](#)

Cotes

- 796.522 BUI

Sections

Adulte

ISBN

978-2-344-04628-9

EAN

9782344046289

Numéro du document

9782344046289

Classification

[700.Arts](#)

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

Site

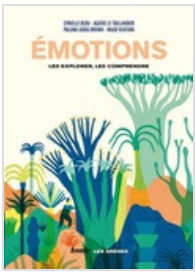
Emplacement

Cote

ST MARTIN D' HERES

Adulte

796.522 BUI



Émotions : les explorer, les comprendre / Cyrielle Bedu, Agathe Le Taillandier, Paloma Soria Brown, Maud Ventura

Livre

Bedu, Cyrielle. Auteur | Le Taillandier, Agathe. Auteur | Soria Brown, Paloma. Auteur | Ventura, Maud. Auteur

Édité par Les Arènes. Paris - 2021

A partir des témoignages recueillis pour le podcast éponyme, des explications sur tous les ressentis humains (colère, anxiété, hypersensibilité, nostalgie, amour, entre autres), sur leurs origines ou encore sur les raisons de leur installation parfois durable. ©Electre 2021



Type de document

Livre

Langue

français

Description physique

1 vol. (286 p.) ; illustrations en couleur ; 21 x 15 cm

Date de publication

2021

Contributeurs

- Pudlowski, Charlotte. Préfacier, etc.

Cotes

- 152.4 EMO

Sections

Adulte

ISBN

979-10-375-0400-5

EAN

9791037504005

Numéro du document

9791037504005

Popularité

Document emprunté 1 fois ces 6 derniers mois

Sujets

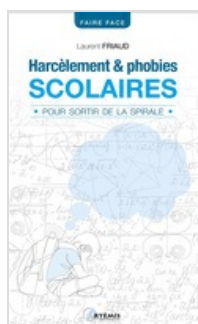
- [Émotions](#) □

Classification

[100.Philo-Psycho](#)

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

Site	Emplacement	Cote
BOURGOIN	Adulte	152.4 EMO



Harcèlement & phobies scolaires : pour sortir de la spirale / Laurent Friaud

Livre

[Friaud, Laurent.](#) Auteur

Édité par [Artémis. Chamalières \(Puy-de-Dôme\)](#) - 2021

Un mode d'emploi accompagné de fiches pratiques pour aider les jeunes à sortir du harcèlement et des phobies scolaires. L'auteur propose d'apprendre à se défendre verbalement, avoir confiance en soi, se positionner dans un groupe ou encore prendre en compte sa charge émotionnelle, et de travailler tant avec la victime qu'avec l'acteur, qui lui-même se trouve en position de vulnérabilité. ©Electre 2021

Note

- Bibliogr.

Type de document

Livre

Langue

français

Description physique

1 vol. (158 p.) ; 23 cm

Date de publication

2021

Collection

[Faire face](#)

Contributeurs

- Cayrol, Alain. Préfacier, etc.
- Courten, Anne-Brigitte de. Préfacier, etc.

Cotes

- 371.7 FRI

Sections

Adulte

ISBN

978-2-8160-1806-6

EAN

9782816018066

Numéro du document

9782816018066

Popularité

Document emprunté 1 fois ces 6 derniers mois

Sujets

- [Harcèlement en milieu scolaire](#)
- [Phobie scolaire](#)
- [Guides pratiques et mémentos](#)

Classification

[300.Sc. Soc.](#)

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

Site

Emplacement

Cote

BOURGOIN

Adulte

371.7 FRI



Les enfants invisibles / Gitta Sereny

Livre

Sereny, Gitta (1923-2012). Auteur

Édité par Plein jour. Paris - 2021

Une enquête sur la prostitution enfantine réalisée dans les années 1980 en Allemagne, en Angleterre et aux États-Unis. La journaliste a recueilli l'histoire d'adolescentes âgées de 13 à 17 ans, certaines fugueuses, d'autres qui vivaient encore dans leur famille, rencontré leurs parents et leurs proxénètes. A travers ces portraits, elle dénonce une société qui exploite la vulnérabilité. ©Electre 2021



Type de document

Livre

Langue

français

Description physique

1 vol. (394 p.) ; 21 cm

Date de publication

2021

Liens

- Est une traduction de : The Invisible Children

Contributeurs

- Eslund, Charlotte. Traducteur

Cotes

- 306.74 SER

Sections

Adulte

ISBN

978-2-37067-033-5

EAN

9782370670335

Numéro du document

9782370670335

Sujets

- [Récits personnels](#)
- [Enquêtes](#)

Classification

[300.Sc. Soc.](#)

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

Site

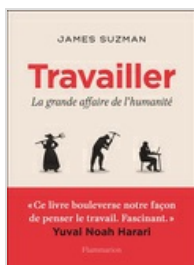
Emplacement

Cote

BOURGOIN

Adulte

306.74 SER



Travailler : la grande affaire de l'humanité / James Suzman

Livre

[Suzman, James. Auteur](#)

Édité par [Flammarion. Paris](#) - 2021

Placé au centre de la vie sociale, le travail a façonné l'évolution de l'espèce humaine. L'anthropologue évalue les conséquences de l'obsession de la productivité qui prévaut actuellement pour mettre au jour ses effets contreproductifs. Puisant dans les découvertes de l'épigénétique, de la génomique ou de l'éthologie, il déconstruit les représentations du travail pour les repenser. ©Electre 2021

Note

- [Index](#)

Type de document

Livre

Langue

français

Description physique

1 vol. (471 p.) ; 22 cm

Date de publication

2021

Collection

[Essais](#)

Liens

- Est une traduction de : [Work. A History of how we spend our time](#)

Contributeurs

- [Béru, Marie-Anne de. Traducteur](#)

Cotes

- [306.36 SUZ](#)

Sections

Adulte

ISBN

978-2-08-147445-1

EAN

9782081474451

Numéro du document

9782081474451

Sujets

- [Sociologie du travail](#)
- [Productivité](#)

Classification

[300.Sc. Soc.](#)

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

Site

Emplacement

Cote

BOURGOIN

Adulte

306.36 SUZ



Escales en Polynésie / Titouan et Zoé Lamazou

Livre

Lamazou, Titouan (1955-....). Auteur | Lamazou, Zoé. Auteur

Édité par [Au vent des îles](#). Pirae (Tahiti) - 2021

En compagnie de sa fille, le peintre poursuit son exploration du monde en documentant, à l'aide de plus de 200 tableaux, leur errance à travers cinq archipels de Polynésie. Les deux voyageurs mettent ainsi à l'honneur la culture métisse de cette région du globe ainsi que sa biodiversité marine et terrestre. ©Electre 2021

Note

- Glossaire. Bibliogr.

Type de document

Livre

Langue

français

Description physique

1 vol. (285 p.) ; illustrations en couleur ; 30 x 24 cm

Date de publication

2021

Cotes

- 910.4 LAM

Sections

Adulte

ISBN

978-2-36734-414-0

EAN

9782367344140

Numéro du document

9782367344140

Classification

[900.Hist-Géo](#)

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

Site

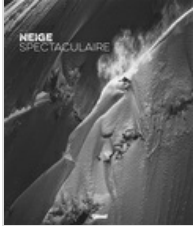
Emplacement

Cote

BOURGOIN

Adulte

910.4 LAM



Neige spectaculaire / textes Gilles Chappaz, Bruno Kauffmann

Livre

[Chappaz, Gilles \(1952-....\). Auteur](#) | [Kauffmann, Bruno. Auteur](#)

Édité par [Glénat. Grenoble](#) - 2021

Une sélection de photographies représentant des montagnes enneigées commentées par les journalistes. ©Electre 2021



Type de document

Livre

Langue

français

Description physique

1 vol. (160 p.) ; Ill. ; 33 x 28 cm

Date de publication

2021

Cotes

- 779.36 CHA

Sections

Adulte

ISBN

978-2-344-04698-2

EAN

9782344046982

Numéro du document

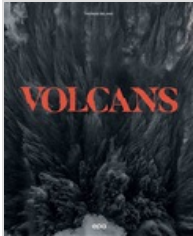
9782344046982

Classification

[700.Arts](#)

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

Site	Emplacement	Cote
BOURGOIN	Adulte	779.36 CHA



Volcans / Thomas Delano

Livre

[Delano, Thomas. Auteur](#)

Édité par [EPA. Vanves \(Hauts-de-Seine\)](#) - 2021

Un tour du monde illustré pour découvrir les volcans et les peuples qui les côtoient, de la caldeira de Yellowstone au Kilimandjaro en passant par le Vésuve, le lac acide du Poas, la montagne Pelée ou le glacier de l'Eyjafjallajökull. ©Electre 2021



Note

- [Glossaire. Bibliogr.](#)

Type de document

Livre

Langue

français

Description physique

1 vol. (325 p.) ; illustrations en noir et en couleur ; 30 x 24 cm

Date de publication

2021

Cotes

- 551.2 DEL

Sections

Adulte

ISBN

978-2-37671-168-1

EAN

9782376711681

Numéro du document

9782376711681

Sujets

- [Volcans](#)
- [Ouvrages illustrés](#)

Classification

[500.Sc. Pures](#)

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

Site

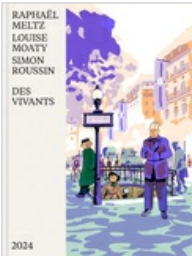
Emplacement

Cote

BOURGOIN

Adulte

551.2 DEL



Des vivants : le réseau du Musée de l'homme, 1940-42 / scénario Raphaël Meltz, Louise Moaty

Livre

Meltz, Raphaël (1975-....). Auteur | Moaty, Louise. Auteur | Roussen, Simon (1987-....). Illustrateur

Édité par [Editions 2024. Strasbourg](#) - 2021

Été 1940, dans la France occupée. Au Musée de l'homme, un groupe d'ethnologues pose les bases d'un premier mouvement de résistance. Anatole Lewitsky, Boris Vildé, Yvonne Oddon et les autres participent à la publication du journal clandestin Résistance et organisent l'évasion de prisonniers vers l'Angleterre, avant d'être trahis et exécutés. Texte basé sur les témoignages des membres du réseau. ©Electre 2021

Type de document

Livre

Langue

français

Description physique

1 vol. (259 p.) ; Ill. ; 29 x 23 cm

Date de publication

2021

Cotes

- 944.081 6 MEL

Sections

Adulte

ISBN

978-2-901000-68-6

EAN

9782901000686

Numéro du document

9782901000686

Sujets

- [Forces françaises combattantes Réseau du Musée de l'Homme](#)
- [Bandes dessinées historiques](#)

Classification

[900.Hist-Géo](#)

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

Site

Emplacement

Cote

BOURGOIN

Adulte

944.081 6 MEL





Les singes : intelligents et fascinants / Tom Jackson

Livre

[Jackson, Tom \(1972-....\)](#). Auteur

Édité par [Editions de l'Imprévu. Paris](#) - 2021

Présentation illustrée de plus de 480 espèces de singes à travers leurs habitats, leur alimentation, leur anatomie et leur comportement en groupe : babouins, gorilles, macaques, ouistitis, gibbons, chimpanzés, entre autres. ©Electre 2021



Type de document

Livre

Langue

français

Description physique

1 vol. (224 p.) ; Ill. ; 31 x 24 cm

Date de publication

2021

Contributeurs

- [Madonna, Elisa](#). Traducteur

Cotes

- 599.8 JAC

Sections

Adulte

ISBN

979-10-295-0947-6

EAN

9791029509476

Numéro du document

9791029509476

Sujets

- [Singes](#)
- [Ouvrages illustrés](#)

Classification

[500.Sc. Pures](#)

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

Site	Emplacement	Cote
BOURGOIN	Adulte	599.8 JAC



La cuisine en partage : 40 recettes issues de 27 pays, 40 histoires de transmission, 40 ans d'actions de Handicap international / Sonia Ezgulian

Livre

[Ezgulian, Sonia \(1968-....\). Auteur](#)

Édité par [Flammarion. Paris](#) - 2021

Quarante recettes issues de 27 pays revisitées afin de découvrir diverses cultures et traditions. Un ouvrage publié à l'occasion des 40 ans d'Handicap International. ©Electre 2021



Type de document

Livre

Langue

français

Description physique

1 vol. (184 p.) ; Ill. ; 30 x 20 cm

Date de publication

2021

Contributeurs

- [Cuilleron, Grégory \(1980-....\). Collaborateur](#)

Cotes

- 641.59 EZG

Sections

Adulte

ISBN

978-2-08-026091-8

EAN

9782080260918

Numéro du document

9782080260918

Popularité

Document emprunté 2 fois ces 6 derniers mois

Sujets

- [Cuisine](#)

Classification

[600. Techniques](#)

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

Site

Emplacement

Cote

BOURGOIN

Adulte

641.59 EZG