



La gosse

NOUVEAUTE

Livre numérique

[Daam, Nadia. Auteur](#)

Édité par [Grasset](#)

« Tu verras avec une fille, c'est plus facile. » C'est avec ces mots qu'on a voulu me rassurer, il y a 18 ans, quand j'ai annoncé le sexe de mon bébé à venir. Ça ne m'a ni surprise ni dérangée. Je me sentais davantage capable avec un enfant de mon espèce et n'en ai pas saisi les conséquences. Une fille, c'est « plus facile », mais facile à quoi, pour qui, et pourquoi ? Je pensais, les toutes premières années, qu'il n'y avait rien de plus dur qu'être privée de sommeil et de temps pour moi. C'est faux. Tenir éloignée une Gosse qui devient une femme de tous les désastres liés à son genre est bien plus éprouvant. Même – surtout ? - si l'on se targue d'être féministe et d'avoir pour la nouvelle génération de grands desseins réparateurs. La Gosse, ma fille, a grandi et creusé l'écart qui nous sépare. Elle s'élançait, je me tasse. Elle veut arpenter la ville et le monde, je ne cours même plus pour attraper le bus. Elle pleure devant Sex Education, sur Netflix, moi pendant les pubs pour les conventions obsèques. La Gosse est de moins en moins gosse. Ni facile, ni difficile (même si elle est objectivement un peu chiant, parfois). Au moins, j'ai retrouvé le sommeil, sauf quand elle sort le soir. N.D. Comment être nostalgique de l'enfance de son enfant sans la figer ? Comment la prémunir de la violence des hommes sans la cloîtrer ? Comment lui conter ses romances calamiteuses sans la décourager d'oser l'amour ? Comment la regarder se faire belle quand on vient tout juste de faire le choix de renoncer, avec soulagement et les cheveux sales, à se rendre désirable ? Nadia Daam passe au crible épreuves, questions, doutes et moments tendres. La chronique espiègle d'une famille d'aujourd'hui, ou l'odyssée drôle et douce d'une mère tentant de comprendre cette étrange personne : sa fille adolescente.

Langue

français

ISBN

9782246835844

EAN de l'offre

3666114533673

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



Avec les fées

Livre numérique

[Tesson, Sylvain. Auteur](#)

Edité par [Humensis](#) - 2024



L'été venait de commencer quand je partis chercher les fées sur la côte atlantique. Je ne crois pas à leur existence. Aucune fille-libellule ne voletait en tutu au-dessus des fontaines. C'est dommage : les yeux de l'homme moderne ne captent plus de fantasmagories. Au XIIe siècle, le moindre pâtre cheminait au milieu des fantômes. On vivait dans les visions. Un Belge pâle (et très oublié), Maeterlinck, avait dit : « C'est bien curieux les hommes... Depuis la mort des fées, ils n'y voient plus du tout et ne s'en doutent point. » Le mot fée signifie autre chose. C'est une qualité du réel révélée par une disposition du regard. Il y a une façon d'attraper le monde et d'y déceler le miracle de l'immémorial et de la perfection. Le reflet revenu du soleil sur la mer, le froissement du vent dans les feuilles d'un hêtre, le sang sur la neige et la rosée perlant sur une fourrure de mustélidé : là sont les fées. Elles apparaissent parce qu'on regarde la nature avec déférence. Soudain, un signal. La beauté d'une forme éclate. Je donne le nom de fée à ce jaillissement. Les promontoires de la Galice, de la Bretagne, de la Cornouailles, du pays de Galles, de l'île de Man, de l'Irlande et de l'Écosse dessinaient un arc. Par voie de mer j'allais relier les miettes de ce déchiqùement. En équilibre sur cette courbe, on était certain de capter le surgissement du merveilleux. Puisque la nuit était tombée sur ce monde de machines et de banquiers, je me donnais trois mois pour essayer d'y voir. Je partais. Avec les fées.

Langue

français

Date de publication

10/01/2024

EAN de l'offre

9782382843741

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



Comment jouir de la lecture ? / Collection ALT

Livre numérique

[Beauvais, Clémentine. Auteur](#) | [Agence Trames, . Contributeur](#)

Édité par [DLM Jeunesse](#) - 2024



Pourquoi se contenter de lire pour le plaisir, quand on pourrait vraiment jouir de ses lectures ? Apprendre à nommer ses plaisirs, à les reconnaître, à les trouver, à les analyser et à en chercher d'autres, tel est le but de ce joyeux manifeste pour des jouissances de lecture toujours renouvelées. Un texte engagé dans lequel Clémentine Beauvais fait de l'éducation au plaisir de lire un véritable enjeu de société.

CLÉMENTINE BEAUVAIS est autrice, traductrice et enseignante-chercheuse. Elle a écrit, entre autres, *Les Petites Reines*, *Songe à la douceur* et l'essai sur la littérature jeunesse *Écrire comme une abeille*. Elle est également la marraine des Petits Champions de la Lecture et chronique ses lectures sur [@clementinebleue](#)

Langue

français

Date de publication

05/01/2024

ISBN

9791040116479

EAN de l'offre

9791040116493

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



Ma vie sans gravité

Livre numérique

[Pesquet, Thomas. Auteur](#)

Édité par [Flammarion](#) - 2023



Comment devient-on le plus jeune Français à partir vers la Station spatiale ? Comment passer de sa Normandie natale aux pas de tir de Baïkonour et de Cap Canaveral ? Pour la première fois, Thomas Pesquet se raconte sans détour, dans un récit très personnel aussi drôle que surprenant. Il nous entraîne des coulisses de l'école des astronautes jusqu'au frisson du décollage, partage le quotidien de ses 396 jours à bord de l'ISS et l'émerveillement de découvrir, flottant dans le vide intersidéral, notre planète si fragile. Une autobiographie aux allures de roman d'aventures, dont le héros est devenu l'une des personnalités préférées des Français.

Langue

français

Date de publication

18/10/2023

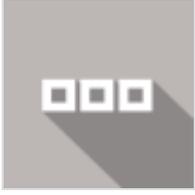
ISBN

9782080423030

EAN de l'offre

9782080423054

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



L'Œil de l'éléphant

Livre numérique

Owens, Delia. Auteur | Owens, Mark. Auteur

Edité par Points - 2023



Un livre passionnant, à la fois récit d'aventures et conte sur la vie sauvage, suite du best-seller *Le Cri du Kalahari*. Après la publication de *Le Cri du Kalahari*, les zoologistes Delia et Mark Owens retournent en Afrique pour poursuivre leurs recherches. Dans la vallée de la Luangwa, région reculée de la Zambie, ils découvrent un éden sauvage, d'une beauté saisissante, où ils choisissent d'établir leur campement. Dans cet habitat naturel préservé, les hippopotames sillonnent encore les rivières et les éléphants se nourrissent des fruits des arbres. Mais ce tableau idyllique est rapidement mis à mal par les nombreux braconniers qui sévissent dans la région. Les Owens s'engagent alors dans une lutte pour protéger les éléphants. Découvrez l'histoire captivante de leur combat pour sauver la vallée. Delia et Mark Owens sont nés en 1944 et 1949 aux États-Unis. Jeunes diplômés en biologie et zoologie, ils s'installent en Afrique en 1974, où ils resteront 23 ans. Grâce à cette incroyable expérience au Kalahari puis en Zambie, ils publient trois bestsellers. Véritable phénomène international, *Là où chantent les écrevisses*, le premier roman de Delia Owens, s'est vendu à plus de 8 millions d'exemplaires dans le monde. Il est disponible chez Points. Traduit de l'anglais (États-Unis) par Patrick Dechesne

Langue

français

Date de publication

03/11/2023

ISBN

9791041412860

EAN de l'offre

9791041416523

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



Vivre avec son passé - Une philosophie pour aller de l'avant

Livre numérique

[Pepin, Charles.](#) Auteur

Edité par [Allary](#) - 2023



Comment faire de notre passé une force d'avenir ? Enfance, éducation, souvenirs heureux ou traumatiques : notre passé ne passe pas. Il est toujours présent. Il nous appartient alors d'établir une relation apaisée et féconde avec notre mémoire. Celle-ci n'est pas, comme on le pense souvent, un stock de données. Les neurosciences nous apprennent, au contraire, que la mémoire est dynamique, mouvante. Nos souvenirs ne sont pas figés, ils s'apparentent à une partition à interpréter. Notre rapport au passé doit être repensé. En convoquant sciences cognitives, nouvelles thérapies, sagesses antiques et classiques de la philosophie, de la littérature ou du cinéma, Charles Pépin nous montre que nous pouvons entretenir un rapport libre, créatif, avec notre héritage. Notre bonheur dépend de notre capacité à bien vivre avec notre passé. Cet essai lumineux nous donne les clés pour y parvenir.

Langue

français

Date de publication

07/09/2023

EAN de l'offre

9782370734594

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



Pourquoi j'ai choisi d'avoir un chien (et pas un enfant)

Livre numérique

[Gateau, Hélène.](#) Auteur | [Tesson, Sylvain.](#) Contributeur

Edité par [ALBIN MICHEL](#)



Hélène Gateau livre ici un témoignage vif et touchant sur sa relation avec Colonel, un adorable border terrier. Elle explore avec finesse ses liens d'attachement à son chien, son non-désir d'enfant, les questions de son entourage, la frontière poreuse qui sépare parfois le monde des animaux de celui des humains... Ainsi, tout en s'appuyant sur des études sociologiques ou scientifiques, elle apporte un éclairage inédit sur la place que peut prendre un animal dans une vie. Sous sa plume se dessine – non sans un poil de provocation ! – toute une réflexion sur un mode de vie à la croisée de deux tendances de société : le no kid et le petparenting. Mais est-ce que tout cela ne parle finalement pas que d'amour ? Hélène Gateau est vétérinaire, chroniqueuse animalière à la radio et présentatrice d'émissions télévisées (comme Hélène et les animaux) et de documentaires. Elle est autrice de plusieurs ouvrages sur le comportement des chiens et des chats.

Langue

français

EAN de l'offre

3666114455074

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



Au cœur de la tourmente, la pleine conscience

Livre numérique

Kabat-Zinn, Jon. Auteur | André, Christophe. Contributeur |
Hanh, Thich Nhat. Contributeur | Maskens, Claude. Contributeur

Edité par [De Boeck Supérieur](#)

Tous, nous vivons de petits ou grands moments de souffrance ou de stress, tant dans notre vie personnelle que professionnelle. Inconfortable ou grave, toute situation peut nous toucher et nous affecter durablement. Grâce à ce programme en 8 semaines, découvrez comment mieux apprécier la vie, au-delà des difficultés rencontrées, et adoptez de nouveaux outils pour améliorer votre réponse au stress (alimentaire, professionnel ou sociétal) et à la souffrance. La pratique régulière de la pleine conscience vous aidera à vivre le moment présent en utilisant des approches corps-esprit fondées médicalement et dérivées de la méditation et du yoga. Vous apprendrez à réduire l'anxiété et à améliorer vos relations sociales, pour une vie plus saine et équilibrée, ainsi qu'à vivre avec la douleur chronique ou à soutenir une convalescence optimale. Cette édition a été enrichie de nouveaux exemples et de nouvelles pratiques, ainsi que de compléments en ligne : 14 méditations guidées ; un cahier d'accompagnement comprenant, entre autres, des pratiques, des postures de yoga et des conseils.

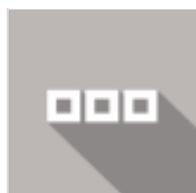
Langue

français

EAN de l'offre

3666114425640

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



C'est quoi l'amour ? / Collection ALT

Livre numérique

[Ovidie, . Auteur](#)

Edité par [DLM Jeunesse](#) - 2023

Ovidie est réalisatrice, journaliste et auteure. Avec le ton qui lui est propre, Ovidie nous livre un texte incarné et puissant sur l'amour, ses différentes formes et ses modèles réinventés au gré des générations. Une si ce n'est LA thématique centrale au cœur des questionnements adolescents... (et pas que !)

Langue

français

Date de publication

08/09/2023

ISBN

9791040115632

EAN de l'offre

9791040115656

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





Le Défi de Jérusalem

Livre numérique

Schmitt, Eric-Emmanuel. Auteur | Pape Francois, . Contributeur

Edité par [ALBIN MICHEL](#)

« Marcher là-bas, où tout a commencé. » Après La Nuit de feu, où Éric-Emmanuel Schmitt décrivait son expérience mystique dans le désert du Hoggar, il revient aux sources avec ce récit de voyage en Terre sainte, territoire aux mille empreintes. Bethléem, Nazareth, Césarée, lieux intenses et cosmopolites qu'il saisit sur le vif tout en approfondissant son expérience spirituelle, ses interrogations, réflexions, sensations, étonnements jusqu'à la surprise finale, à Jérusalem, d'une rencontre inouïe avec ce qu'il nomme « L'incompréhensible ». Dramaturge, romancier, nouvelliste, essayiste, cinéaste, traduit en 48 langues et joué dans plus de 50 pays, Éric-Emmanuel Schmitt est un des auteurs les plus lus et les plus représentés dans le monde. Membre depuis 2016 de l'académie Goncourt, il prolonge ici sa réflexion sur la foi, inaugurée avec La Nuit de feu (2015).

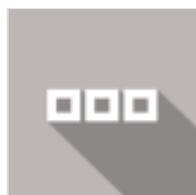
Langue

français

EAN de l'offre

3666114418802

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



Le Don suprême

Livre numérique

Coelho, Paulo. Auteur | Dupau, Elodie. Contributeur

Edité par [Flammarion](#) - 2023

"J'aurais beau parler toutes les langues des hommes et des anges, s'il me manque l'Amour, je ne suis qu'un cuivre qui résonne, une cymbale retentissante." À la fin du XIXe siècle, Henry Drummond, jeune Écossais tout juste rentré d'Afrique, livra une interprétation de la Lettre de saint Paul aux Corinthiens qui captiva son auditoire et fut considérée comme l'un des textes les plus beaux jamais écrits sur l'amour. À travers ces pages, Paulo Coelho en propose une adaptation vibrante et nous offre ainsi des perles de sagesse pour apprendre à vivre mieux en cultivant l'amour, le trésor de l'âme, le Don suprême, comme notre bien le plus précieux.

Langue

français

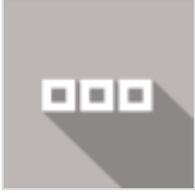
Date de publication

24/05/2023

EAN de l'offre

9782080426239

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



Frivolités

Livre numérique

[TAUBIRA, Christiane.](#) Auteur

Edité par [Robert Laffont](#) - 2023



Dis-moi, c'est juste, de rire dans un monde qui radie les chômeurs, flique les érémites, largue les femmes à leurs maris sauvages, néglige les vieux, renvoie les enfants de la cantine, regarde des gens se noyer à deux miles de jolies plages de sable fin ?... C'est juste que la société soit un boxon à ciel ouvert où des hommes forniquent à tour de bras, niquent la planète et les utérus, donnent des leçons à tout va, pendant que les pauvres remboursent la dette ?... Que ce soit au Chaudron savant ou ailleurs, treize femmes discutent à bâtons rompus. Au coeur de leurs débats piquants, aucune approximation n'est permise : chaque mot à un sens, et l'Histoire est racontée pour mieux éclairer le présent, dans un monde qui devient de plus en plus éreintant. Mais si elles se font toutes les porte-parole des opprimés, elles s'inquiètent aussi du sort d'Olivia, la fille de l'une des leurs, qui semble s'éteindre peu à peu... Ainsi entend-on le chœur s'interroger, gronder, chanter et pleurer. Avec Frivolités, Christiane Taubira offre un texte littéraire et unique, d'un genre nouveau, profondément vivant.

Langue

français

Date de publication

05/01/2023

EAN de l'offre

9782221270516

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



Le désir, une philosophie

Livre numérique

[Lenoir, Frédéric. Auteur](#)

Édité par [Flammarion](#) - 2022



"Que vaudrait une vie sans désirs ? C'est leur variété et leur intensité qui nous poussent à agir et nous donnent le sentiment d'être pleinement vivants." Désirer vivre, ce n'est pas simplement être en vie. C'est nous laisser entraîner par l'élan vital qui nous conduit à créer, à aimer, à nous dépasser. C'est cultiver la puissance du désir qui est le moteur de nos existences. Pourtant, au quotidien, nous ressentons de nombreuses limitations – "Je ne suis pas capable", "C'est trop risqué", "Ce n'est pas pour toi" – qui nous inhibent. Nous sommes souvent aussi prisonniers des pulsions de notre cerveau primaire, le striatum, et de la propagande consumériste qui nous poussent à acquérir toujours plus. Comment cultiver la force du désir sans tomber dans le piège de l'insatisfaction permanente ou du mimétisme social ? Comment développer notre puissance vitale sans nous autocensurer ? Comment apprendre à orienter nos désirs vers des choses, des activités ou des personnes qui nous font grandir et nous mettent dans la joie ? De Platon à René Girard en passant par Bouddha, Aristote, Épicure, Spinoza, Nietzsche, Jung ou Bergson, Frédéric Lenoir revisite les grands penseurs du désir pour nous proposer un livre lucide et vibrant, incarné dans nos problématiques les plus actuelles. Un ouvrage accessible à tous, qui aide non seulement à vivre, mais à vivre aux éclats.

Langue

français

Date de publication

09/11/2022

EAN de l'offre

9782080415813

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

HUGO CLÉMENT

LES LAPINS
NE MANGENT PAS
DE CAROTTES



Les lapins ne mangent pas de carottes

Livre numérique

Clément, Hugo. Auteur

Edité par [Fayard](#)

« L'image que nous avons des animaux correspond rarement à la réalité. Les moutons ? Des suiveurs, sans aucune personnalité. Les porcs ? Ils sont sales. Les loups ? Méchants. Cette vision déformée peut nous conduire à négliger les animaux, à les mépriser, voire à justifier leur exploitation déraisonnée, qui se traduit par la violence et l'injustice. Il nous faut déconstruire les représentations et les pratiques que nous perpétons de génération en génération, malgré nos connaissances scientifiques toujours plus grandes. C'est ce à quoi je souhaite contribuer avec ce livre : modifier notre manière de voir le monde qui nous entoure, apprendre à cohabiter avec les autres créatures, et prendre conscience que nous faisons aussi partie du règne animal. Ce voyage sera passionnant et renversera nombre d'idées reçues. Face à l'effondrement de la biodiversité et à la crise climatique, ouvrir les yeux sur l'ampleur des problèmes que pose le traitement infligé aux animaux est autant une question d'éthique qu'une question de survie. Pour eux comme pour nous, il y a urgence à changer de regard sur le vivant. »

Langue

français

ISBN

9782213717128

EAN de l'offre

3666114350898

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



Vivre avec nos morts

Livre numérique

[Horvilleur, Delphine. Auteur](#)

Edité par [Grasset](#)

« Tant de fois je me suis tenue avec des mourants et avec leurs familles. Tant de fois j'ai pris la parole à des enterrements, puis entendu les hommages de fils et de filles endeuillés, de parents dévastés, de conjoints détruits, d'amis anéantis... » Etre rabbin, c'est vivre avec la mort ; celle des autres, celle des vôtres. Mais c'est surtout transmuier cette mort en leçon de vie pour ceux qui restent ; » Savoir raconter ce qui fut mille fois dit, mais donner à celui qui entend l'histoire pour la première fois des clefs inédites pour appréhender la sienne. Telle est ma fonction. Je me tiens aux côtés d'hommes et de femmes qui, aux moments charnières de leurs vies, ont besoin de récits. » A travers onze chapitres, Delphine Horvilleur superpose trois dimensions, comme trois fils étroitement tressés ; le récit, la réflexion et la confession. Le récit d' une vie interrompue (célèbre ou anonyme), la manière de donner sens à cette mort à travers telle ou telle exégèse des textes sacrés, et l'évocation d'une blessure intime ou la remémoration d'un épisode autobiographique dont elle a réveillé le souvenir enseveli. Nous vivons tous avec des fantômes ; « Ceux de nos histoires personnelles, familiales ou collectives, ceux des nations qui nous ont vu naître, des cultures qui nous abritent, des histoires qu'on nous a racontées ou tues, et parfois des langues que nous parlons. » Les récits sacrés ouvrent un passage entre les vivants et les morts. « Le rôle d'un conteur est de se tenir à la porte pour s'assurer qu'elle reste ouverte » et de permettre à chacun de faire la paix avec ses fantômes...

Langue

français

ISBN

9782246826941

EAN de l'offre

3666114132807

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



climat, la part d'incertitude

Livre numérique

Koonin, Steven. Auteur

Edité par [L'artilleur](#)

« Une bouffée d'air frais pour la politique climatique, une lecture essentielle. » William W. Hogan – Harvard Kennedy School "La montée du niveau des mers va provoquer une inondation des côtes." "Les ouragans et les tornades deviennent plus violents et plus fréquents." "Le changement climatique sera un désastre économique." "Nous sommes abreuvés de ce type de message angoissants, tous présentés comme des faits établis. Pourtant, ce livre nous rappelle qu'en l'état actuel de nos connaissances, ces affirmations sont profondément inexactes. Au sujet du changement climatique, médias, responsables politiques et parfois d'éminents scientifiques ont tendance à clore tout débat en affirmant que "la science a parlé", que le consensus est total. En réalité, de la recherche fondamentale aux analyses journalistiques en passant par les rapports d'évaluation du GIEC, cet ouvrage montre comment le circuit de l'information est l'objet de grandes incompréhensions et parfois même de désinformation. Des questions essentielles restent sans réponse. Le climat est en train de changer, mais le pourquoi et le comment ne sont pas aussi clairs qu'on le croit, pas plus que la mesure exacte de la responsabilité humaine. Membre de l'Académie des Sciences des Etats-Unis, Steven Koonin s'appuie sur ses dizaines d'années d'expérience - notamment en tant que conseiller scientifique de premier plan dans l'administration Obama - pour fournir des informations actualisées et un point de vue d'expert, sans arrière-pensées politiques. Confrontation honnête avec la réalité de la science, Climat, la part d'incertitude offre une vérité qu'on ne trouve nulle part ailleurs : ce que nous savons, ce que nous ne savons pas et ce que cela doit changer pour notre avenir. Professeur de Physique théorique à CalTech (California Institute of Technology) et à l'Université de New York, Steven Koonin est l'un des plus éminents scientifiques des Etats-Unis. Auteur de très nombreuses publications scientifiques validées, il a été sous-secrétaire d'Etat à la science de l'administration Obama de 2009 à 2011.

Langue

français

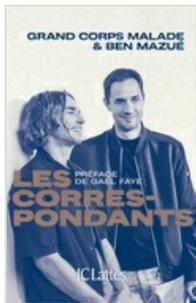
ISBN

9782810011377

EAN de l'offre

3666114376966

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



Les Correspondants

Livre numérique

Grand Corps Malade, . Auteur | Mazué, Ben. Auteur

Edité par [JC Lattès](#)

Entre leurs publications musicales et tournées à succès, ils ont cultivé une amitié sincère, complice et volubile. Une correspondance en est née, elle sortira le 19 octobre 2022, sous le titre Les correspondants, préfacé par Gaël Faye.

Langue

français

ISBN

9782709670852

EAN de l'offre

3666114329177

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



Tombeaux

Livre numérique

[Wieviorka, Annette.](#) Auteur

Édité par [Seuil](#) - 2022



Lors du décès d'une tante sans descendance, Annette Wieviorka réfléchit aux traces laissées par tous les êtres disparus qui constituent sa famille, une famille juive malmenée par l'Histoire. Il y a le côté Wieviorka et le côté Perelman. Wolf, l'intellectuel yiddish précaire, et Chaskiel, le tailleur taiseux. L'un écrit, l'autre coud. Ils sont arrivés à Paris au début des années 1920, en provenance de Pologne. Leurs femmes, Hawa et Guitele, assument la vie matérielle et celle de leurs enfants. Dans un récit en forme de tombeaux de papier qui font œuvre de sépultures, l'historienne adopte un ton personnel, voire intime, et plonge dans les archives, les généalogies, les souvenirs directs ou indirects. Par ces vies et ces destins recueillis, on traverse un siècle cabossé, puis tragique : d'abord la difficile installation de ces immigrés, la pauvreté, les années politiques, l'engagement communiste ou socialiste, le rapport complexe à la religion et à la judéité, puis la guerre, les rafles, la fuite ou la déportation – Paris, Nice, la Suisse, Auschwitz – et enfin, pour certains, le difficile retour à la vie marqué par un autre drame. Tout l'art consiste ici à placer le lecteur à hauteur d'hommes et de femmes désireux de bonheur, de joie, de liberté, bientôt confrontés à l'impensable, à l'imprévisible, sans certitudes ni connaissances fiables au moment de faire des choix pourtant décisifs. C'est ainsi que des personnages très attachants et un monde disparu retrouvent vie, par la grâce d'une écriture sensible et précise. Directrice de recherche honoraire au CNRS, Annette Wieviorka est une spécialiste mondialement reconnue de l'histoire de la Shoah. Elle a notamment publié au Seuil *Auschwitz expliqué à ma fille* (1999), *1945. La Découverte* (2015) et récemment, aux éditions Stock, *Mes années chinoises* (2021).

Langue

français

Date de publication

02/09/2022

ISBN

9782021478181

EAN de l'offre

9782021478204

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



Blanc

Livre numérique

[Tesson, Sylvain. Auteur](#)

Édité par [Editions Gallimard](#) - 2022



Avec mon ami le guide de haute montagne Daniel du Lac, je suis parti de Menton au bord de la Méditerranée pour traverser les Alpes à ski, jusqu'à Trieste, en passant par l'Italie, la Suisse, l'Autriche et la Slovénie. De 2018 à 2021, à la fin de l'hiver, nous nous élevions dans la neige. Le ciel était vierge, le monde sans contours, seul l'effort décomptait les jours. Je croyais m'aventurer dans la beauté, je me diluais dans une substance. Dans le Blanc tout s'annule — espoirs et regrets. Pourquoi ai-je tant aimé errer dans la pureté? S. T.

Langue

français

Date de publication

13/10/2022

EAN de l'offre

9782072960659

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



D'images et d'eau fraîche

Livre numérique

[Chollet, Mona. Auteur](#)

Édité par [Flammarion](#) - 2022



Jusqu'ici, j'ai toujours écrit pour tenter de débrouiller un ou plusieurs problèmes auxquels je me heurtais dans ma vie, en espérant que ce travail serve aussi à d'autres. Il est un peu déconcertant de le faire simplement, cette fois, pour partager l'un des stratagèmes par lesquels je maintiens allumée la flamme de ma vitalité – pour parler de plaisir. Parmi tous les ouvrages qui paraissent sur la culture numérique, je n'ai encore jamais rien lu au sujet de cette communauté éparse que j'ai moi-même rejointe il y a bientôt dix ans;: celle des collectionneurs d'images en ligne, qui accumulent et partagent au fil des jours, sur Instagram, Tumblr, Flickr ou Pinterest, des photographies d'art, des tableaux, des dessins qu'ils aiment. Cette activité en apparence anodine représente mon équivalent de la liste des "Choses qui font battre le cœur" dressée par Sei Shônagon, dame de compagnie de l'impératrice consort du Japon, dans ses Notes de chevet, au XIe siècle. Dans un monde de plus en plus désespérant, j'ai envie de revendiquer ce rapport primaire et entêté à la beauté, cette confiance dans l'appui qu'elle offre, faisant de nous des perchistes arrachés momentanément à la gravité et catapultés dans les airs, libres et légers, avant de retomber... ailleurs.

Langue

français

Date de publication

19/10/2022

EAN de l'offre

9782080290144

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



Halimi à la plage

Livre numérique

Valenti, Catherine. Auteur | Le Naour, Jean-Yves. Auteur

Edité par [Dunod](#)

Ce livre s'adresse à tous ceux qui, connaissant peu ou mal cette figure contemporaine si importante du point de vue de l'engagement et du féminisme, approfondiront leurs réflexions sur ces sujets à la faveur de cet essai écrit à quatre mains. Metoo qui dénonce les agressions et les comportements déplacés des hommes, les collages sur les murs qui s'en prennent aux violences faites aux femmes et tout particulièrement aux féminicides, le gouvernement qui se saisit de la question de la contraception des jeunes femmes et de la précarité menstruelle... L'exigence d'égalité que porte le féminisme est aujourd'hui au coeur du débat public. Or, Gisèle Halimi, décédée à l'été 2020 à 93 ans, incarnait le féminisme. Les jeunes femmes d'aujourd'hui ignorent souvent ce qu'elles lui doivent. Elle n'en a pas été la théoricienne à la manière d'une Simone de Beauvoir mais plutôt une stratège. De par ses origines, elle a dû batailler dur pour s'émanciper, comprenant très tôt que le savoir et les études étaient des armes ainsi que l'indépendance financière, gage de liberté. Les auteurs retracent son itinéraire et sa pensée à travers cet ouvrage, de sa carrière d'avocate au cours de laquelle elle s'est distinguée, de sa capacité à mobiliser l'intelligentsia sur des causes telles que la torture pendant la guerre d'Algérie (avocate de Djamila Boupacha en 1960); (procès de Bobigny de 1972 très médiatisé qui lui permet de revenir sur la loi interdisant l'avortement légalisé deux ans plus tard). Elle est également à l'origine de la loi sur la parité sur laquelle elle a travaillé à partir de 1988. Gisèle Halimi a, de par ses multiples actions, contribué à accompagner la plus grande révolution du XXe siècle: l'émancipation des femmes pour une société d'égaux. N'avait-elle pas d'ailleurs annoncé qu'elle était devenue avocate "pour changer le monde"?

Langue

français

ISBN

9782100838875

EAN de l'offre

3666114308967

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



Les vraies gens

Livre numérique

[Meurice, Guillaume. Auteur](#)

Édité par [JC Lattès](#)

Depuis huit ans, pour sa chronique quotidienne sur France Inter, Guillaume Meurice interroge les gens dans la rue, sur les marchés, dans des salons professionnels, à l'Assemblée nationale. Dans les paroles de simples citoyens, les discours des lobbyistes, ou les soliloques des parlementaires, il traque et dissèque les fausses évidences, les contradictions, les éléments de langage, l'illusion du bon sens. Il en retire ici la substantifique moelle, livrant au passage quelques moments off drôles et surprenants, sans rien perdre de sa joie communicative de porter la blague dans la plaie.

Langue

français

ISBN

9782709669993

EAN de l'offre

3666114284179

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



Mathematica

Livre numérique

[Bessis, David.](#) Auteur

Edité par [Seuil](#) - 2022



Contre les idées reçues qui en font une discipline élitiste, intimidante et abstraite, David Bessis montre que les mathématiques sont humaines et à la portée de tous ; il présente ici une manière sensible et radicalement nouvelle de les aborder. Plus qu'un savoir, les mathématiques sont une pratique et même une activité physique. Il n'existe pas de talent inné et il faut croire les plus grands mathématiciens quand ils disent ne posséder aucun don spécial mais une immense capacité à mobiliser leur curiosité, leur imagination et leur intuition. Par des exemples simples et étonnants, l'auteur relie son expérience mathématique aux grands apprentissages de la vie : observer, parler, marcher ou encore manger avec une cuillère. Comprendre les mathématiques, c'est voir et sentir, c'est parcourir un chemin secret qui ramène à notre plasticité mentale enfantine. Entre le récit initiatique et l'essai subversif, Mathematica est un livre puissant et accessible à tous, philosophique et imagé, sur notre capacité à construire nous-mêmes notre intelligence. L'auteur est un mathématicien français né en 1971. Ancien élève de l'École normale supérieure (Ulm), David Bessis a été professeur assistant à Yale puis chercheur au CNRS. Il a créé et dirige aujourd'hui une société spécialisée en intelligence artificielle. Mathematica est son troisième livre.

Langue

français

Date de publication

21/01/2022

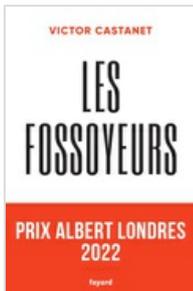
ISBN

9782021493979

EAN de l'offre

9782021493993

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



Les fossoyeurs

Livre numérique

[Castanet, Victor. Auteur](#)

Edité par [Fayard](#)

PRIX ALBERT LONDRES 2022 Trois ans d'investigations, 250 témoins, le courage d'une poignée de lanceurs d'alerte, des dizaines de documents explosifs, plusieurs personnalités impliquées... Voici une plongée inquiétante dans les secrets du groupe Orpéa, leader mondial des Ehpad et des cliniques. Truffé de révélations spectaculaires, ce récit haletant et émouvant met au jour de multiples dérives et révèle un vaste réseau d'influence, bien loin du dévouement des équipes d'aidants et de soignants, majoritairement attachées au soutien des plus fragiles. Personnes âgées maltraitées, salariés malmenés, acrobaties comptables, argent public dilapidé... Nous sommes tous concernés. Victor Castanet est journaliste d'investigation indépendant. Durant trois ans, il a résisté à toutes les pressions pour livrer ce document éprouvant, tirant peu à peu les ficelles d'une incroyable enquête. Au nom de son grand-père.

Langue

français

ISBN

9782213716558

EAN de l'offre

3666114270035

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



Cahiers d'insouciance

Livre numérique

[Jollien, Alexandre. Auteur](#)

Edité par [Editions Gallimard](#) - 2022

Comment se départir d'un état d'alarme permanent, abandonner le souci et s'ouvrir authentiquement à une vie plus généreuse, plus libre ? Comment oser la nonpeur et la confiance ? À l'heure où l'individualisme gagne du terrain, il est tentant, pour moins souffrir, de se blinder, voire de démissionner. Chögyam Trungpa comme le Bouddha, Spinoza, Nietzsche et tant d'autres peuvent nous inspirer une voie bien plus audacieuse. Les Cahiers d'insouciance constituent une tentative, un essai pour s'affranchir de la tyrannie des passions tristes et nous jeter dans la joie inconditionnelle. Une vie spirituelle qui ne rendrait pas meilleur, plus solidaire et qui laisserait quiconque sur le bas-côté ne vaut pas une heure de peine ! Deux défis traversent ces Cahiers : se détacher de tout sans renoncer au don de soi, à l'engagement, et contribuer ainsi à une société plus éveillée ; faire passer l'autre avant la voracité du moi. Ces carnets de route envisagent le quotidien, les blessures et les manques, les désirs et la peur, les liens et le partage.

Langue

français

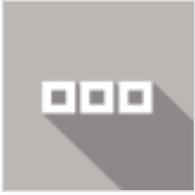
Date de publication

06/01/2022

EAN de l'offre

9782072758638

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



La Splendeur et l'Infamie

Livre numérique

LARSON, Erik. Auteur | TEZENAS, Hubert. Contributeur

Edité par CHERCHE MIDI - 2021



Vous avez aimé *The Crown* ? Vous allez adorer *La Splendeur et l'Infamie*. 10 mai 1940. Le jour où Churchill est nommé Premier ministre, Adolf Hitler envahit les Pays-Bas et la Belgique. Au cours de l'année qui suit, l'Allemagne nazie mène contre l'Angleterre une campagne de bombardement d'une intensité inédite. Acculé, le " Vieux Lion " doit préserver à tout prix le moral de son peuple... et convaincre le président Roosevelt d'entraîner les États-Unis dans la guerre. Si durant cette période la vie publique de Churchill est chaotique, sa vie privée ne l'est pas moins. Son épouse et lui doivent gérer leur fille qui se rebelle contre leur autorité, et leur fils, confronté à l'adultère de sa femme. À partir de nombreux documents inédits (depuis les journaux intimes des principaux protagonistes jusqu'aux documents confidentiels récemment déclassifiés), Erik Larson redonne ses lettres de noblesse à la politique en nous faisant vivre une année exceptionnelle aux côtés de Churchill. Que ce soit au 10 Downing Street ou à son domicile privé, cet homme aux ressources inépuisables, toujours surprenant, fera preuve d'un leadership hors du commun qui permettra à tout un pays – et à une famille – de rester unis. Aussi palpitant et addictif qu'une série, *La Splendeur et l'Infamie* s'est classé numéro un des ventes dès sa sortie en Angleterre et aux États-Unis. Il a été élu meilleur livre de l'année par le *Washington Post* et Barack Obama l'a désigné parmi ses livres préférés de l'année. " Le genre de page-turner que l'on voudrait trouver plus souvent parmi les livres d'Histoire. Larson réussit véritablement à donner au lecteur l'impression "d'y être", de vivre aux côtés de Churchill. " Bill Gates. À propos d'Erik Larson : " Larson raconte comme on filme : au plus près des événements, des acteurs et des témoins. Hautement recommandable. " Jean-Christophe Buisson, *Le Figaro* Pour consulter les sources de l'auteur, rendez-vous ici, et pour sa bibliographie, c'est ici.

Rentrée littéraire 2021

Langue

français

Date de publication

26/08/2021

EAN de l'offre

9782749173603

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



Réinventer l'amour

Livre numérique

[CHOLLET, Mona.](#) Auteur

Edité par [LA DECOUVERTE](#) - 2021



Nombre de femmes et d'hommes qui cherchent l'épanouissement amoureux ensemble se retrouvent très démunis face au troisième protagoniste qui s'invite dans leur salon ou dans leur lit : le patriarcat. Sur une question qui hante les féministes depuis des décennies et qui revient aujourd'hui au premier plan de leurs préoccupations, celle de l'amour hétérosexuel, ce livre propose une série d'éclairages. Au cœur de nos comédies romantiques, de nos représentations du couple idéal, est souvent encodée une forme d'infériorité féminine, suggérant que les femmes devraient choisir entre la pleine expression d'elles-mêmes et le bonheur amoureux. Le conditionnement social subi par chacun, qui persuade les hommes que tout leur est dû, tout en valorisant chez les femmes l'abnégation et le dévouement, et en minant leur confiance en elles, produit des déséquilibres de pouvoir qui peuvent culminer en violences physiques et psychologiques. Même l'attitude que chacun est poussé à adopter à l'égard de l'amour, les femmes apprenant à le (sur ?) valoriser et les hommes à lui refuser une place centrale dans leur vie, prépare des relations qui ne peuvent qu'être malheureuses. Sur le plan sexuel, enfin, les fantasmes masculins continuent de saturer l'espace du désir : comment les femmes peuvent-elles retrouver un regard et une voix ?

Langue

français

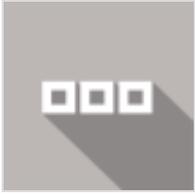
Date de publication

16/09/2021

EAN de l'offre

9782355221965

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



Un été avec Rimbaud

Livre numérique

[Tesson, Sylvain. Auteur](#)

Edité par [Humensis](#) - 2021



« Esclaves, ne maudissons pas la vie. » Lire Arthur Rimbaud vous condamne à partir un jour sur les chemins. Chez le poète des Illuminations et d'Une saison en enfer, la vie s'organise dans le mouvement. Il s'échappe hors de l'Ardenne, cavale dans la nuit parisienne, court après l'amour en Belgique, se promène à Londres puis s'aventure à mort sur les pistes d'Afrique. La poésie est le mouvement des choses. Rimbaud se déplace sans répit, changeant de point de vue. Son projet : transformer le monde par les mots. Ses poèmes sont des projectiles, des bouquets de feu : cent cinquante ans plus tard, ils nous atteignent encore. Qu'avons-nous fait de nos douleurs ? Au temps où le monde était paralysé par un virus chinois, Sylvain Tesson a cheminé une saison avec Arthur Rimbaud. La marche – état suprême de la poésie – est, avec la littérature, l'antidote à l'ennui.

Langue

français

Date de publication

05/05/2021

EAN de l'offre

9782382841624

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



C'est mon corps

Livre numérique

[Winckler, Martin. Auteur](#)

Edité par **GROUPE MARGOT** - 2020



La pilule peut-elle rendre stérile ? Comment soigne-t-on l'endométriose ? Quels types de soins est-on en droit de refuser... De la puberté à la ménopause, Martin Winckler répond à toutes les questions que se posent les femmes. Il aborde tous les sujets, sans tabou, des cystites aux maladies mentales, des vaccins aux violences obstétricales. Les explications sont détaillées et claires, accompagnées de conseils, pour comprendre ce qu'il se passe dans notre corps et savoir réagir face aux médecins. Ce livre s'adresse à toutes les femmes, quel que soit leur âge, leur orientation sexuelle, leur désir ou non de maternité. Et à celles et ceux qui les accompagnent et les soignent. Médecin généraliste dans un centre de planification et d'IVG pendant 25 ans, Martin Winckler a consacré sa vie à la santé des femmes. Chaque mois, il continue de recevoir des centaines de questions qui lui ont donné l'envie d'écrire ce livre. Ses romans (La Maladie de Sachs ; Le Chœur des femmes ; L'École des soignantes) comme ses essais (Les Brutes en blanc) ont été d'immenses succès critiques et publics. Son œuvre est traduite dans une dizaine de langues.

Langue

français

Date de publication

09/09/2020

EAN de l'offre

9782378801403

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



L'Inconnu de la poste

Livre numérique

[Aubenas, Florence. Auteur](#)

Édité par [Editions de l'Olivier](#) - 2021



« La première fois que j'ai entendu parler de Thomassin, c'était par une directrice de casting avec qui il avait travaillé à ses débuts d'acteur. Elle m'avait montré quelques-unes des lettres qu'il lui avait envoyées de prison. Quand il a été libéré, je suis allée le voir. Routard immobile, Thomassin n'aime pas bouger hors de ses bases. Il faut se déplacer. Je lui ai précisé que je n'écrivais pas sa biographie, mais un livre sur l'assassinat d'une femme dans un village de montagne, affaire dans laquelle il était impliqué. Mon travail consistait à le rencontrer, lui comme tous ceux qui accepteraient de me voir. » F. A. Le village, c'est Montréal-la-Cluse. La victime, c'est Catherine Burgod, tuée de vingt-huit coups de couteau dans le bureau de poste où elle travaillait. Ce livre est donc l'histoire d'un crime. Il a fallu sept ans à Florence Aubenas pour en reconstituer tous les épisodes – tous, sauf un. Le résultat est saisissant. Au-delà du fait divers et de l'enquête policière, L'Inconnu de la poste est le portrait d'une France que l'on aurait tort de dire ordinaire. Car si le hasard semble gouverner la vie des protagonistes de ce récit, Florence Aubenas offre à chacun d'entre eux la dignité d'un destin. Florence Aubenas est grand reporter au journal Le Monde. Elle a notamment publié *La Méprise : l'affaire d'Outreau* (Seuil, 2005) et *Le Quai de Ouistreham* (L'Olivier, 2010), qui a connu un immense succès et redéfini la notion de journalisme d'immersion.

Langue

français

Date de publication

11/02/2021

ISBN

9782823609851

EAN de l'offre

9782823609875

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



I Am Not Your Negro - Édition française

Livre numérique

[BALDWIN, James.](#) Auteur | [PECK, Raoul.](#) Auteur | [FURLAN, Pierre.](#) Contributeur

Edité par [ROBERT LAFFONT/BOUQUINS/SEGHER](#) - 2017



" Ce que les Blancs doivent faire, c'est essayer de trouver au fond d'eux-mêmes pourquoi, tout d'abord, il leur a été nécessaire d'avoir un 'nègre', parce que je ne suis pas un 'nègre'. Je ne suis pas un nègre, je suis un homme. Mais si vous pensez que je suis un nègre, ça veut dire qu'il vous en faut un. " James Baldwin. Dans ses dernières années, le grand écrivain américain James Baldwin a commencé la rédaction d'un livre sur l'Amérique à partir des portraits de ses trois amis assassinés, figures de la lutte pour les droits civiques : Medgar Evers, Malcolm X et Martin Luther King Jr. Partant de ce livre inachevé, Raoul Peck a reconstitué la pensée de Baldwin en s'aidant des notes prises par l'écrivain, ses discours et ses lettres. Il en a fait un documentaire – salué dans le monde entier et sélectionné aux Oscars – aujourd'hui devenu un livre, formidable introduction à l'oeuvre de James Baldwin. Un voyage kaléidoscopique qui révèle sa vision tragique, profonde et pleine d'humanité de l'histoire des Noirs aux États-Unis et de l'aveuglement de l'Occident. " Attention, chef-d'oeuvre ! " La Croix (au sujet du film documentaire I Am Not Your Negro)

Langue

français

Date de publication

05/10/2017

EAN de l'offre

9782221216767

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



La guerre des intelligences

Livre numérique

Alexandre, Dr Laurent. Auteur

Edité par JC Lattès

L'intelligence artificielle peut-elle dépasser les humains, et comment l'éducation doit-elle faire sa révolution. Depuis la parution en 2011 de son premier essai *La mort de la mort*, comment la technomédecine va bouleverser l'humanité, Laurent Alexandre s'est révélé comme l'un des plus visionnaires analystes des révolutions technologiques. Il s'attaque aujourd'hui à l'Intelligence artificielle (IA) et aux vertigineuses mutations qu'elle va déclencher dans nos modes de vie, et en particulier dans notre conception de l'éducation. D'un côté, l'IA progresse bien plus vite que tous les pronostics avancés : la rapidité d'apprentissage de l'IA est multipliée par 100 chaque année. Il faut trente ans pour former un ingénieur ou un radiologue, quelques heures pour éduquer une IA ! De l'autre, une école qui n'a pas évolué depuis 250 ans qui forme aux métiers d'hier et qui n'a pas intégré le bouleversement inévitable que l'IA va provoquer sur le marché du travail. Comment faire pour que nos cerveaux biologiques résistent à l'IA et restent complémentaires ? Comment nos enfants pourront-ils rester compétitifs face à l'IA ? Comment l'éducation, non totalement darwinienne, trouvera-t-elle sa place à côté des cerveaux de silicium boostés par les moyens presque infinis des GAFAs et autres géants américains et chinois ? Quels scénarios l'Humanité devra-t-elle choisir ? Faut-il accepter le vertige transhumaniste qui nous « upgrade » biologiquement mais nous maintient Homme ? Fusionner avec l'IA en devenant des cyborgs ? Interdire ou limiter puissamment l'IA ? C'est à cette réflexion fondamentale et passionnante que Laurent Alexandre nous invite.

Langue

français

ISBN

9782709660846

EAN de l'offre

3664352548800

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



Une farouche liberté

Livre numérique

Cojean, Annick. Auteur | Halimi, Gisèle. Auteur

Edité par Grasset

Gisèle Halimi : Soixante-dix ans de combats, d'engagement au service de la justice et de la cause des femmes. Et la volonté, aujourd'hui, de transmettre ce qui a construit cet activisme indéfectible, afin de dire aux nouvelles générations que l'injustice demeure, qu'elle est plus que jamais intolérable. Gisèle Halimi revient avec son amie, Annick Cojean, qui partage ses convictions féministes, sur certains épisodes marquants de son parcours rebelle pour retracer ce qui a fait un destin. Sans se poser en modèle, l'avocate qui a toujours défendu son autonomie, enjoint aux femmes de ne pas baisser la garde, de rester solidaires et vigilantes, et les invite à prendre le relai dans le combat essentiel pour l'égalité à l'heure où, malgré les mouvements de fond qui bouleversent la société, la cause des femmes reste infiniment fragile. Depuis l'enfance, la vie de Gisèle Halimi est une fascinante illustration de sa révolte de « fille » ; Farouchement déterminée à exister en tant que femme dans l'Afrique du Nord des années 30, elle vit son métier comme un sacerdoce et prend tous les risques pour défendre les militants des indépendances tunisienne et algérienne et dénoncer la torture. Avocate plaidant envers et contre tout pour soutenir les femmes les plus vulnérables ou blessées, elle s'engage en faveur de l'avortement et de la répression du viol, dans son métier aussi bien que dans son association « Choisir » ; la cause des femmes ». Femme politique insubordonnée mais aussi fille, mère, grand-mère, amoureuse... Gisèle Halimi vibre d'une énergie passionnée, d'une volonté d'exercer pleinement la liberté qui résonne à chaque étape de son existence. « Impose ta chance, serre ton bonheur et va vers ton risque » ; ces mots de René Char, son poète préféré, pourraient définir Gisèle Halimi, cette « avocate irrespectueuse », et sa vie de combats acharnés pour la justice et l'égalité.

Langue

français

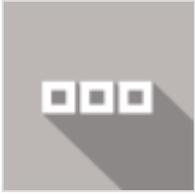
ISBN

9782246824237

EAN de l'offre

3666114046401

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



Les mots sont des fenêtres (ou bien ce sont des murs)

Livre numérique

[ROSENBERG, Marshall B.. Auteur](#)

Édité par [LA DECOUVERTE](#) - 2018



Sous une nouvelle couverture, enrichie d'un important chapitre sur la médiation et la résolution des conflits, voici la troisième édition de l'ouvrage phare de la Communication NonViolente, traduit dans plus de 30 langues et vendu à 170 000 exemplaires en France. Grâce à des histoires, des exemples et des dialogues simples, ce livre permet d'améliorer radicalement et de rendre vraiment authentique notre relation aux autres. La plupart d'entre nous ont été élevés dans un esprit de compétition, imprégnés de préjugés et d'intolérance. Cette éducation nous conduit le plus souvent à une mauvaise compréhension des autres. Elle engendre au quotidien de la colère, des frustrations et des comportements agressifs. Une communication de qualité avec les autres est une des compétences les plus précieuses qui soit, dans sa vie personnelle comme au travail. Marshall Rosenberg met ici à notre disposition un outil très simple dans son principe, mais extrêmement puissant dans ses effets : la Communication NonViolente. Découvrez cette méthode accessible pour améliorer votre relation aux autres.

Langue

français

Date de publication

06/12/2018

EAN de l'offre

9782348043390

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



Fait maison n°1

Livre numérique

[Lignac, Cyril. Auteur](#)

Édité par [Éditions De La Martinière](#) - 2020



Envie d'une cuisine maison savoureuse et rapide ? En direct de sa cuisine, Cyril Lignac te propose 45 recettes salées et/ou sucrées pour mettre un peu de peps dans ton quotidien. Un risotto aux coquillettes, un poisson au four à l'huile vierge et aux petits légumes ou encore une fabuleuse tarte aux fraises ou des petits pots de crème à la vanille... Tu vas te régaler en toute simplicité ! Un livre indispensable, ultra-pratique et sans prétention, pour égayer tes déjeuners et dîners ; des recettes gourmandes, croquantes, craquantes, à déguster en solo, à deux, en famille ou entre amis. Avec Cyril, le fait-maison c'est ultra-facile ! Mets ton tablier et laisse-toi guider par ses précieux conseils et ses recettes ultra-réconfortantes.

Langue

français

Date de publication

11/06/2020

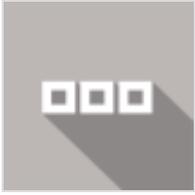
ISBN

9782732496160

EAN de l'offre

9782732496412

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



Les luttes et les rêves

Livre numérique

[ZANCARINI-FOURNEL, Michelle.](#) Auteur

Edité par [Zones](#) - 2016



Une histoire de la France " d'en bas ", celles des classes populaires et des opprimés de tous ordres, pour un livre monumental : une histoire des résistances, des révoltes et des rébellions face à l'ordre établi et aux pouvoirs dominants, une histoire qui restitue le champ des possibles non aboutis dans leur contexte politique, économique et social, mais qui passe aussi par l'histoire du quotidien, de l'intime et du sensible, attentive aux émotions, aux bruits et aux sons. 1685, année terrible, est à la fois marquée par l'adoption du Code Noir, qui établit les fondements juridiques de l'esclavage " à la française ", et par la révocation de l'édit de Nantes, qui donne le signal d'une répression féroce contre les protestants. Prendre cette date pour point de départ d'une histoire de la France moderne et contemporaine, c'est vouloir décentrer le regard, choisir de s'intéresser aux vies de femmes et d'hommes " sans nom ", aux minorités et aux subalternes, et pas seulement aux puissants et aux vainqueurs. C'est cette histoire de la France " d'en bas ", celle des classes populaires et des opprimé.e.s de tous ordres, que retrace ce livre, l'histoire des multiples vécus d'hommes et de femmes, celle de leurs accommodements au quotidien et, parfois, ouvertes ou cachées, de leurs résistances à l'ordre établi et aux pouvoirs dominants, l'histoire de leurs luttes et de leurs rêves. Pas plus que l'histoire de France ne remonte à " nos ancêtres les Gaulois ", elle ne saurait se réduire à l'" Hexagone ". Les colonisés – des Antilles, de la Guyane et de La Réunion en passant par l'Afrique, la Nouvelle-Calédonie ou l'Indochine – prennent ici toute leur place dans le récit, de même que les migrant.e.s qui, accueilli.e.s " à bras fermés ", ont façonné ce pays.

Langue

français

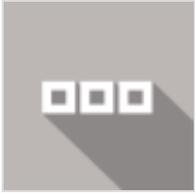
Date de publication

01/12/2016

EAN de l'offre

9782355221163

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



Chez soi

Livre numérique

[CHOLLET, Mona.](#) Auteur

Edité par [LA DECOUVERTE](#) - 2016



La maison, le chez-soi : de ce sujet, on a souvent l'impression qu'il n'y a rien à dire. Pourtant, la maison est aussi une base arrière où l'on peut se protéger, refaire ses forces, se souvenir de ses désirs, résister à l'éparpillement et à la dissolution. Un bel essai, intelligent et sensible, par l'auteure de *Beauté fatale*. Le foyer, un lieu de repli frileux où l'on s'avachit devant la télévision en pyjama informe ? Sans doute. Mais aussi, dans une époque dure et désorientée, une base arrière où l'on peut se protéger, refaire ses forces, se souvenir de ses désirs. Dans l'ardeur que l'on met à se blottir chez soi ou à rêver de l'habitation idéale s'exprime ce qu'il nous reste de vitalité, de foi en l'avenir. Ce livre voudrait montrer la sagesse des casaniers, injustement dénigrés. Mais il explore aussi la façon dont ce monde que l'on croyait fuir revient par la fenêtre. Difficultés à trouver un logement abordable, ou à profiter de son chez-soi dans l'état de "famine temporelle" qui nous caractérise. Ramifications passionnantes de la simple question : " Qui fait le ménage ? " ; persistance du modèle du bonheur familial, alors même que l'on rencontre des modes de vie bien plus inventifs... Autant de préoccupations à la fois intimes et collectives, passées ici en revue comme on range et nettoie un intérieur empoussiéré : pour tenter d'y voir plus clair et de se sentir mieux.

Langue

français

Date de publication

13/10/2016

EAN de l'offre

9782707194701

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



Les besoins artificiels

Livre numérique

[KEUCHEYAN, Razmig.](#) Auteur

Édité par [Zones](#) - 2019



Le capitalisme engendrant des besoins artificiels toujours nouveaux, mettre un terme à la voracité consumériste implique de définir et de s'appuyer sur des besoins " authentiques " et reconnus de tous. Le nouveau livre de Razmig Keucheyan suit cette ligne critique en recherche d'une véritable politique de l'émancipation. 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'à côté. Ces besoins sont non seulement aliénants pour la personne, mais ils sont écologiquement néfastes. Leur prolifération sous-tend le consumérisme, qui lui-même aggrave l'épuisement des ressources naturelles et les pollutions. À l'âge d'Amazon, le consumérisme atteint son " stade suprême ". Ce livre soulève une question simple : 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 XXIe siècle. Chemin faisant, le livre évoque la théorie des besoins de Karl Marx, André Gorz et Agnes Heller. Pour ces auteurs, les besoins " authentiques " ont un potentiel révolutionnaire. Comme disait Marx, " une révolution radicale ne peut être que la révolution des besoins radicaux ".

Langue

français

Date de publication

19/09/2019

EAN de l'offre

9782355221613

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



Mon Cahier Poche : Je reste zen dans un monde agité

Livre numérique

Pigani, Erik. Auteur

Edité par [Éditions Jouvence](#) - 2020

• Je calme les émotions qui me traversent et je réduis mon stress. • Je suis en accord avec moi-même dans le moment présent. • Je recherche la simplicité et le geste juste. • Je sais rétablir le calme intérieur lorsque le besoin s'en fait sentir. Votre cahier de poche vous suivra partout pour vous coacher et vous encourager à adopter la zen attitude. Respirez, souriez, calmez votre mental?: vous le méritez?! Erik Pigani, psychologue et psychothérapeute de formation, s'est formé aux techniques de développement personnel et à la psychologie transpersonnelle sur le continent américain, notamment avec Stanislav Grof. Il est spécialisé dans les recherches sur les états modifiés de conscience. Il est aussi pianiste, compositeur et praticien en biofeedback et biorésonance quantique. Chef de rubrique à Psychologies Magazine pendant 30 ans, il est aujourd'hui l'auteur d'une quarantaine d'ouvrages.

Langue

français

Date de publication

15/07/2020

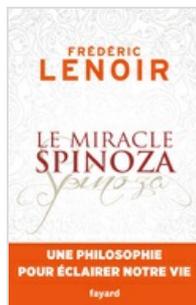
ISBN

9782889530533

EAN de l'offre

3612225979688

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



Le miracle Spinoza

Livre numérique

[Lenoir, Frédéric.](#) Auteur

Edité par [Fayard](#)

Banni de la communauté juive à 23 ans pour hérésie, Baruch Spinoza décide de consacrer sa vie à la philosophie. Son objectif ? Découvrir un bien véritable qui lui procurerait pour l'éternité la jouissance d'une joie suprême et incessante. » Au cours des vingt années qui lui restent à vivre, Spinoza édifie une œuvre révolutionnaire. Comment cet homme a-t-il pu, en plein XVIIe siècle, être le précurseur des Lumières et de nos démocraties modernes ? Le pionnier d'une lecture historique et critique de la Bible ? Le fondateur de la psychologie des profondeurs ? L'initiateur de la philologie, de la sociologie, et de l'éthologie ? Et surtout, l'inventeur d'une philosophie fondée sur le désir et la joie, qui bouleverse notre conception de Dieu, de la morale et du bonheur ? A bien des égards, Spinoza est non seulement très en avance sur son temps, mais aussi sur le nôtre. C'est ce que j'appelle le « miracle » Spinoza.F. L.

Langue

français

ISBN

9782213700700

EAN de l'offre

3664352561564

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



La Filière

Livre numérique

Sands, Philippe. Auteur | von Busekist, Astrid. Contributeur

Edité par ALBIN MICHEL

Palmarès Les 30 meilleurs livres de 2020 - Le MondeMembre convaincu du parti nazi dès 1923, aveuglément soutenu par son épouse Charlotte, nazie tout aussi fervente, Otto von Wächter a rapidement intégré l'élite hitlérienne, devenant notamment, après l'éclatement de la Seconde Guerre mondiale, gouverneur de Cracovie en Pologne, puis gouverneur du district de Galicie, dans l'ouest de l'Ukraine actuelle – deux territoires qui furent le théâtre de l'extermination des Juifs. En 1945, après la défaite du Reich, il parvient à fuir, se cache dans les Alpes autrichiennes avant de rejoindre Rome et le Vatican, qui abrite l'une des principales filières d'exfiltration des nazis vers l'Amérique du Sud. C'est là qu'il trouve la mort, en 1949, dans des circonstances pour le moins suspectes. Comment a-t-il pu se soustraire à la justice, de quelles complicités a-t-il bénéficié ? A-t-il été réduit au silence ? Intrigues politico-religieuses, espionnage, traque et vie cachée d'un criminel, décès énigmatique, dévotion filiale et passion amoureuse, secrets d'alcôve et trahisons : faisant la lumière sur le parcours incroyable d'un haut dignitaire nazi en fuite, l'enquête méticuleuse de Philippe Sands dresse un tableau saisissant de l'échiquier politique à la fin de la Seconde Guerre mondiale et à l'aube de la guerre froide.

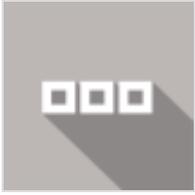
Langue

français

EAN de l'offre

3666114044971

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



Ci-gît l'amer. Guérir du ressentiment

Livre numérique

[Fleury, Cynthia. Auteur](#)

Édité par [Editions Gallimard](#) - 2020



La philosophie politique et la psychanalyse ont en partage un problème essentiel à la vie des hommes et des sociétés, ce mécontentement sourd qui gangrène leur existence. Certes, l'objet de l'analyse reste la quête des origines, la compréhension de l'être intime, de ses manquements, de ses troubles et de ses désirs. Seulement il existe ce moment où savoir ne suffit pas à guérir, à calmer, à apaiser. Pour cela, il faut dépasser la peine, la colère, le deuil, le renoncement et, de façon plus exemplaire, le ressentiment, cette amertume qui peut avoir notre peau alors même que nous pourrions découvrir son goût subtil et libérateur. L'aventure démocratique propose elle aussi la confrontation avec la rumination victimaire. La question du bon gouvernement peut s'effacer devant celle-ci : que faire, à quelque niveau que ce soit, institutionnel ou non, pour que cette entité démocratique sache endiguer la pulsion ressentimentiste, la seule à pouvoir menacer sa durabilité ? Nous voilà, individus et État de droit, devant un même défi : diagnostiquer le ressentiment, sa force sombre, et résister à la tentation d'en faire le moteur des histoires individuelles et collectives.

Langue

français

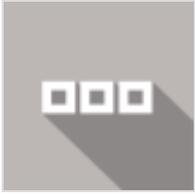
Date de publication

01/10/2020

EAN de l'offre

9782072858574

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



Tracts (N°6) - Le Soin est un humanisme

Livre numérique

[Fleury, Cynthia. Auteur](#)

Édité par [Editions Gallimard](#) - 2019



Tel est le chemin éternel de l'humanisme : comment l'homme a cherché à se construire, à grandir, entrelacé avec ses comparses, pour grandir le tout, et non seulement lui-même, pour donner droit de cité à l'éthique, et ni plus ni moins aux hommes. Quand la civilisation n'est pas soin, elle n'est rien. Cynthia Fleury Soigner, la chose est ingrate, laborieuse, elle prend du temps, ce temps qui est confisqué, ce temps qui n'est plus habité par les humanités. Ici se déploie une tentative de soigner l'incurie du monde, de poser au cœur du soin, de la santé, et plus généralement, dans nos relations avec les autres, l'exigence de rendre la vulnérabilité capacitaire et de porter l'existence de tous comme un enjeu propre, dans toutes les circonstances de la vie. Cynthia Fleury expose une vision humaniste de la vulnérabilité, inséparable de la puissance régénératrice des individus ; elle conduit à une réflexion sur l'hôpital comme institution, sur les pratiques du monde soignant et sur les espaces de formation et d'échanges qui y sont liés, où les humanités doivent prendre racine et promouvoir une vie sociale et politique fondée sur l'attention créatrice de chacun à chacun.

Langue

français

Date de publication

16/05/2019

ISBN

9782072859878

EAN de l'offre

9782072859908

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



Comment j'ai arrêté de manger les animaux

Livre numérique

[Clement, Hugo.](#) Auteur

Édité par [Editions du Seuil](#) - 2019



Le premier livre du journaliste Hugo Clément. Un manifeste et un guide pratique destiné à tous, aux végétariens qui veulent convaincre, mais aussi aux carnivores qui se posent des questions. " J'adore la viande. Encore plus le poisson. J'aime l'odeur des saucisses grillées au barbecue, un soir d'été, dans le jardin. Je raffole du poisson que mon père chasse au fusil harpon, du poisson cru sous toutes ses formes, en sushi, en tartare, en ceviche. J'en mangeais tous les jours. Mais, depuis deux ans, je ne mange plus un seul morceau de viande. Depuis un an, plus un seul de poisson. Cette décision vient d'une prise de conscience progressive, motivée par trois évidences : 1- Je n'ai pas besoin de manger de viande ni de poisson pour être en bonne santé, au contraire. 2- L'élevage et la pêche industriels sont un fléau pour l'environnement. 3- La manière dont l'humanité traite les animaux, particulièrement ceux d'élevage, est ignoble et immorale. Depuis que je suis végétarien (je consomme encore des produits d'origines animales comme des œufs ou du fromage), cette décision est devenue un inépuisable sujet de discussion, en famille, entre amis, avec des inconnus. Tout le monde veut participer au débat. Et tant mieux, car il nous faut, collectivement, nous poser cette question : "faut-il manger les animaux ?" La viande et le poisson que nous dévorons sont le fruit d'un système profondément immoral et dévastateur. Mais la plupart d'entre nous ne veut pas en apprendre plus. Ne veut pas entendre. Ne veut pas ouvrir les yeux. Cet ouvrage court, facile d'accès et rapide à lire, donne des faits, des arguments clairs et incontestables. Une sorte de guide pratique destiné à celles et ceux qui veulent convaincre, mais aussi et surtout aux millions de carnivores qui se posent des questions. Je veux ici casser les idées reçues, en m'appuyant sur les consensus scientifiques. Certains points font débat, d'autres non. C'est sur ces arguments incontestables qu'il faut s'appuyer. " Hugo Clément, 29 ans, est journaliste (" 20 heures " de France 2, " Petit journal " de Canal +, " Quotidien " sur TMC). En janvier 2018, il lance le média en ligne Konbini News. Passionné de surf et très sensible à la cause animale et environnementale, il est végétarien depuis bientôt 3 ans.

Langue

français

Date de publication

21/02/2019

EAN de l'offre

9782021417616

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



Major mouvement : Mes 10 clés pour un corps en bonne santé

Livre numérique

[Major Mouvement](#), . Auteur

Édité par [Marabout](#)



Mal au dos, aux genoux, surpoids, tendinites à répétition, fatigue... la sédentarité est responsable de bien des maux. Vous avez envie d'en finir avec les douleurs multiples et de retrouver un corps en bonne santé, musclé et tonique ? La clé, c'est le mouvement ! Major Mouvement, kinésithérapeute passionné par son métier, spécialisé en thérapie manuelle, est là pour vous aider à vous reprendre en main : déjouant les idées reçues, il vous donne les outils concrets pour vous construire un corps qui vous plaît, solide et en bonne santé ! Avec : Des explications simples, illustrées et pleines d'humour pour tout comprendre du corps humain Plus de 100 exercices faciles et ludiques en photos pas à pas, à faire à la maison Un programme de 8 semaines de fitness pour être au top : 24 séances progressives pour atteindre votre objectif ! Avec des vidéos d'explication pour chaque séance.

Langue

français

ISBN

9782501154062

EAN de l'offre

3666114054109

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



Fait maison n°2

Livre numérique

[Lignac, Cyril](#). Auteur

Édité par [Éditions De La Martinière](#) - 2020



Cyril Lignac cuisine 45 recettes salées et sucrées pour continuer de mettre un peu de peps dans ton quotidien. Des tomates farcies, des crêpes au jambon, un poulet basquaise, riz cuisiné à la crème de chorizo, une salade de pâtes, pesto rosso ou encore un délicieux soufflé au chocolat, riz soufflé caramélisé ou un moelleux aux pommes et à la cannelle... " Tu vas te régaler en toute simplicité ! " Pour égayer tes déjeuners et dîners, des recettes faciles et rapides à déguster en solo, à deux, en famille ou entre amis. Avec Cyril, le fait-maison c'est facile ! Mets ton tablier et laisse-toi guider par ses précieux conseils et ses recettes ultra-réconfortantes.

Langue

français

Date de publication

03/09/2020

EAN de l'offre

9782732496375

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



Le Mythe de la virilité

Livre numérique

GAZALE, Olivia. Auteur

Edité par ROBERT LAFFONT/BOUQUINS/SEGHER - 2017



Et si, comme les femmes, les hommes étaient depuis toujours victimes du mythe de la virilité ? De la préhistoire à l'époque contemporaine, une passionnante histoire du féminin et du masculin qui réinterprète de façon originale le thème de la guerre des sexes. Pour asseoir sa domination sur le sexe féminin, l'homme a, dès les origines de la civilisation, théorisé sa supériorité en construisant le mythe de la virilité. Un discours fondateur qui n'a pas seulement postulé l'infériorité essentielle de la femme, mais aussi celle de l'autre homme (l'étranger, le " sous-homme ", le " pédéraste "...).

Historiquement, ce mythe a ainsi légitimé la minoration de la femme et l'oppression de l'homme par l'homme. Depuis un siècle, ce modèle de la toute-puissance guerrière, politique et sexuelle est en pleine déconstruction, au point que certains esprits nostalgiques déplorent une " crise de la virilité ". Les masculinistes accusent le féminisme d'avoir privé l'homme de sa souveraineté naturelle. Que leur répondre ? Que le malaise masculin est, certes, une réalité, massive et douloureuse, mais que l'émancipation des femmes n'en est pas la cause. La virilité est tombée dans son propre piège, un piège que l'homme, en voulant y enfermer la femme, s'est tendu à lui-même. En faisant du mythe de la supériorité mâle le fondement de l'ordre social, politique, religieux, économique et sexuel, en valorisant la force, le goût du pouvoir, l'appétit de conquête et l'instinct guerrier, il a justifié et organisé l'asservissement des femmes, mais il s'est aussi condamné à réprimer ses émotions, à redouter l'impuissance et à honnir l'effémination, tout en cultivant le goût de la violence et de la mort héroïque. Le devoir de virilité est un fardeau, et " devenir un homme " un processus extrêmement coûteux. Si la virilité est aujourd'hui un mythe crépusculaire, il ne faut pas s'en alarmer, mais s'en réjouir. Car la réinvention actuelle des masculinités n'est pas seulement un progrès pour la cause des hommes, elle est l'avenir du féminisme.

Langue

français

Date de publication

12/10/2017

EAN de l'offre

9782221216934

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



Beauté fatale

Livre numérique

[CHOLLET, Mona.](#) Auteur

Edité par [LA DECOUVERTE](#) - 2015



Soutiens-gorge rembourrés pour fillettes, obsession de la minceur, banalisation de la chirurgie esthétique, prescription insistante du port de la jupe comme symbole de libération : la " tyrannie du look " affirme aujourd'hui son emprise pour imposer la féminité la plus stéréotypée. Décortiquant presse féminine, discours publicitaires, blogs, séries télévisées, témoignages de mannequins et enquêtes sociologiques, Mona Chollet montre dans ce livre comment les industries du " complexe mode-beauté " travaillent à maintenir, sur un mode insidieux et séduisant, la logique sexiste au cœur de la sphère culturelle. Sous le prétendu culte de la beauté prospère une haine de soi et de son corps, entretenue par le matraquage de normes inatteignables. Un processus d'auto-dévalorisation qui alimente une anxiété constante au sujet du physique en même temps qu'il condamne les femmes à ne pas savoir exister autrement que par la séduction, les enfermant dans un état de subordination permanente. En ce sens, la question du corps constitue bien la clé d'une avancée des droits des femmes sur tous les autres plans, de la lutte contre les violences à celle contre les inégalités au travail.

Langue

français

Date de publication

23/04/2015

EAN de l'offre

9782707191267

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



L'Humanité en péril. Virons de bord, toute !

Livre numérique

[Vargas, Fred.](#) Auteur

Edité par [Flammarion](#) - 2019



« Mais bon sang, comment vais-je me sortir de cette tâche insensée ? De cette idée de m'entretenir avec vous de l'avenir du monde vivant ? Alors que je sais très bien que vous auriez préféré que je vous livre un roman policier. Il y a dix ans, j'avais publié un très court texte sur l'écologie. Et quand on m'a prévenue qu'il serait lu à l'inauguration de la COP 24, c'est alors que j'ai conçu un projet de la même eau, un peu plus long, sur l'avenir de la Terre, du monde vivant, de l'Humanité. Rien que ça. »

Langue

français

Date de publication

01/05/2019

EAN de l'offre

9782081496149

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



Les Records de l'histoire

Livre numérique

Bern, Stéphane. Auteur

Edité par ALBIN MICHEL

L'histoire est une source d'inspiration inépuisable. Stéphane Bern nous surprend une fois encore par son approche exploratrice des événements qui jalonnent les siècles. Combien de temps a duré le mariage royal le plus bref ? Quelle reine de France a eu le plus grand nombre d'enfants ? Quel est le plus vieux restaurant de Paris ? Quelle est la plus grande grève qui a eu lieu en France ? Quel roi a eu le plus grand nombre de conquêtes amoureuses ? Qui est l'écrivain le plus lu au monde ? 100 records de l'Histoire : culture, politique, secrets amoureux... un vrai Guinness de l'Histoire !

Langue

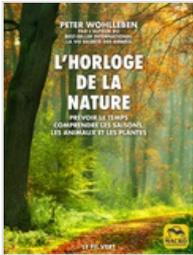
français

EAN de l'offre

3664352834460

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





L'horloge de la nature

Livre numérique

Wohlleben, Peter. Auteur

Edité par Macro Editions - 2018



Laissez-vous guider par vos sens Vous aimeriez apprendre à prévoir la météo en vous appuyant sur les signaux que la nature nous lance ? Ou comprendre les animaux et les plantes qui nous entourent ? Peter Wohlleben nous invite à éduquer nos sens de manière à percevoir les signaux du vent, des nuages, des plantes et des animaux. Dehors, des milliers de petits et de grands phénomènes se produisent, beaux et fascinants, quasiment magiques. Nous devons juste apprendre à les percevoir, pour découvrir la nature. Nous pouvons deviner le temps qu'il fera en observant les fleurs. De même, les soucis peuvent nous indiquer l'heure et les grues sont de véritables thermomètres vivants pour ceux qui savent les observer. Apprenez à profiter des passionnantes et reposantes expériences que la nature nous offre tous les jours, et faites d'elle votre meilleur professeur : elle sera capable vous fournir de précieuses indications pour le soin de votre jardin, sur les variétés à planter, sur les mesures de protection à prendre en hiver ou encore sur l'arrosage. Garde forestier et écologiste convaincu, Peter Wohlleben se penche dans ce livre sur les aspects scientifiques des phénomènes quotidiens et des adages paysans ancestraux, démonte certaines légendes et met en garde contre les interventions qui ont de graves conséquences sur le monde animal et végétal. Cet ebook, qui fourmille d'amusantes anecdotes et de précieuses informations, est avant tout un appel passionné à respecter et à vivre pleinement la nature qui nous environne.

Langue

français

Date de publication

24/01/2018

ISBN

9788893194211

EAN de l'offre

3612225885729

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



Les couples illustres de l'histoire de France

Livre numérique

[GUENIFFEY, Patrice.](#) Auteur | [MEAUX, Lorraine de.](#) Auteur

Edité par [Place des éditeurs](#) - 2019



Une histoire de France à travers ses duos célèbres...Couples politiques mariant l'amour, l'intérêt et souvent les deux, couples littéraires et/ou d'influence, mythiques ou médiatiques, passionnels ou énigmatiques : les vingt couples présentés ici racontent les régimes et les mutations successives du pouvoir, mais aussi de la célébrité, du Moyen Âge à nos jours. Vingt chapitres qui conjuguent l'exigence historique et la fluidité littéraire, l'histoire intime et le roman national. " Un florilège de nos meilleurs historiens illustre avec éloquence ce que l'alliance au long cours, d'un homme et d'une femme, a pu incarner au fil des siècles, de notre histoire et de l'évolution de la société française. " Le Figaro Histoire " La narration, fluide et concise, sert la dramaturgie sans déborder sur la véracité historique. Une série de portraits dans laquelle on se plonge avec délectation. " Historia

Langue

français

Date de publication

18/04/2019

EAN de l'offre

9782262084509

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



Elever son chaton pour les Nuls

Livre numérique

[RAINBOLT, Dusty.](#) Auteur | [BILLON, Christophe.](#) Contributeur

Edité par [EDIS](#) - 2020



Un pour les Nuls illustré avec des dessins et des photos pour tout connaître sur son nouveau chat. Une structure pour tout connaître, les particularités de certaines races, les premiers mois d'un chaton et d'un jeune chat. Tout sur quoi lui donner à manger, les vaccins, les opérations. Le guide des expressions du chat, pour décrypter son comportement : mouvement de queue, oreilles, miaulements... Tout pour faire connaissance et choisir comment être avec son animal pour lui donner les meilleures habitudes possible.

Langue

français

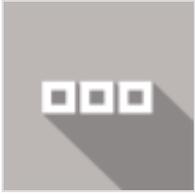
Date de publication

20/02/2020

EAN de l'offre

9782412060582

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



CORONAVIRUS COVID-19. 101 Fiches pratiques pour connaître la maladie et s'en prémunir

Livre numérique

[Pozzetto, Bruno. Auteur](#)

Édité par [MA Éditions ESKA](#) - 2020



Les bénéfices de ce livre seront reversés aux personnels soignants des hôpitaux. Cet ouvrage, le premier en langue française, prend en compte l'ampleur de l'épidémie et les efforts gigantesques qui sont nécessaires pour la traiter. Les 101 Fiches pratiques permettent de connaître la maladie CORONAVIRUS COVID-19 et de rassembler dans un seul volume, l'essentiel des questions que se posent les particuliers, les médias, les pouvoirs publics et de nombreux décideurs. On constate que les interrogations sont nombreuses, les rumeurs et approximations pullulent. Il était donc indispensable qu'un guide pratique, compréhensible et assez exhaustif soit mis à la disposition du plus grand nombre de lecteurs. Une infection fulgurante, une gravité inattendue : La pneumonie du nouveau virus SARS-CoV-2 qui a été signalée pour la première fois en Chine, s'est maintenant répandue dans tous les pays du monde. La France est durement frappée, les cas confirmés de COVID-19 ayant atteint un nombre dépassant de loin celui du SRAS en 2002-2003. Les soignants et les citoyens sont les grands acteurs de la prise en charge. Étant donné qu'aucun médicament n'a démontré son efficacité à ce jour pour combattre cette infection virale émergente, les mesures préventives sont primordiales. Le panier des mesures comprend en particulier : la détection de la source d'infection, la détection précoce des patients infectés, l'arrêt de la transmission par le confinement de la population et la protection des populations sensibles. Bien que les établissements et les personnels de santé constituent la principale force de lutte contre la maladie, la participation du public est une condition indispensable pour un contrôle rapide de l'épidémie. Il est donc extrêmement important de diffuser les informations pertinentes au public. Auteurs : Les chercheurs et les praticiens du Centre de prévention et de lutte contre les maladies de Chine ont réuni un groupe d'experts internationaux pour rédiger ce guide sur le coronavirus COVID-19. Leur expérience fait de ce livre un guide à la fois précieux et unique. Unaniment reconnu dans le monde, ce livre a été traduit en quelques semaines dans plus de 20 langues. La présente édition française a été coordonnée par le Professeur Bruno Pozzetto de l'Université et du CHU de Saint-Étienne.

Langue

français

Date de publication

28/03/2020

ISBN

9782822406369

EAN de l'offre

9782822406734

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



Pourquoi les paysans vont sauver le monde

Livre numérique

Brunel, Sylvie. Auteur

Edité par Buchet/Chastel - 2020

Ils nous nourrissent, et pourtant nous les maltraitons. Ils ont toutes les solutions pour répondre aux défis du développement durable, changement climatique, biodiversité, transition énergétique... Ils reverdissent la terre. La troisième révolution agricole a commencé dans les campagnes. Partout naît une agriculture de précision, de plus en plus propre, de plus en plus écologique. Alors pourquoi opposer les modèles au lieu de les associer ? Pourquoi vouloir revenir à un passé où l'insécurité alimentaire était la norme ? Les paysans sauvent le monde. Nous devons tout mettre en œuvre pour les sauver. Sylvie Brunel, géographe, écrivain, ancienne présidente d'Action contre la Faim, est professeur à Sorbonne Université. Elle a acquis une longue expérience des crises alimentaires et nous livre dans cet ouvrage engagé ses convictions pour l'avenir, dans un monde où la nourriture est de plus en plus stratégique.

Langue

français

Date de publication

13/02/2020

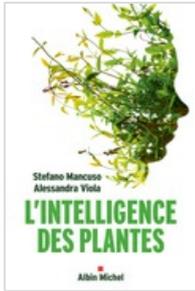
ISBN

9782283033746

EAN de l'offre

3612225941883

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



L'Intelligence des plantes

Livre numérique

Mancuso, Stefano. Auteur | Viola, Alessandra. Auteur |
Temperini, Renaud. Contributeur

Edité par ALBIN MICHEL

Les plantes sont-elles intelligentes ? Oui, et bien plus que nous ne pourrions l'imaginer, nous répond Stefano Mancuso. Savant de renommée mondiale, fondateur de la neurobiologie végétale, il est le premier à avoir démontré que, comme tous les êtres vivants, les plantes discernent formes et couleurs, mémorisent des données, communiquent. Elles ont une personnalité et développent une forme de vie sociale basée sur l'entraide et l'échange. Véritable manifeste écologique, ce livre pionnier, qui a bénéficié d'une reconnaissance internationale, nous plonge dans un incroyable voyage au cœur du monde végétal. Un monde qui, en formant plus de 99 % de la biomasse, s'avère aujourd'hui indispensable pour l'humanité. Car si les plantes peuvent très bien vivre sans nous, nous ne survivrions pas longtemps sans elles ! À l'heure où l'on recherche d'autres modes de vie, où les ressources naturelles s'épuisent, nous avons tout à apprendre du monde végétal dont dépendent la survie et l'avenir de l'homme.

Langue

français

EAN de l'offre

3664352651531

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



Yoga du soir

Livre numérique

Levy, Julien. Auteur

Edité par Éditions Jouvence - 2019

Laissez-vous tenter par une dernière douceur avant de plonger dans les bras de Morphée ! Vous voulez débiter le yoga mais la souplesse n'est pas votre point fort et les graines germées pas votre tasse de thé ? Vous avez besoin d'un yoga doux à pratiquer avant d'aller vous coucher ? Ce livre est fait pour vous ! La pratique assidue du Yoga vous aidera à évacuer le stress de la journée et à retrouver un sommeil apaisé. Dérouler votre tapis le soir ne vous apportera que des bénéfices, alors détendez-vous. Au programme : · 21 jours pour instaurer un nouveau rituel bien-être dans votre quotidien millimétré. · 3 semaines pour décompresser, vous apaiser, trouver la sérénité. · 5 à 10 minutes de yoga chaque soir pour bien dormir.

Langue

français

Date de publication

15/05/2019

ISBN

9782889531851

EAN de l'offre

3612226100883

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





Famille zéro déchet, Ze guide

Livre numérique

Pichon, Jérémie. Auteur | Moret, Bénédicte. Auteur

Edité par [Thierry Souccar Editions](#) - 2016



LE ZERO DECHET, L'ESSAYER C'EST L'ADOPTER ! Réduire ses déchets pour la planète, pour sa santé, pour le porte-monnaie, c'est le moment ! Mais comment s'y prendre ? En marchant dans les pas de Jérémie et Bénédicte. Ce livre, à la fois carnet de bord pas triste, et guide pratique, vous mènera au but en vous épargnant bien des pièges ! Avec humour et autodérision, les auteurs vous proposent un plan d'action détaillé et 10 défis Zéro Déchet pour vous lancer. En s'appuyant sur leur connaissance de l'écologie, ils livrent des centaines de conseils pratiques et d'alternatives simples pour le quotidien : courses, cuisine, nettoyage, mobilier, hygiène, maquillage, vêtements, jardin, bricolage, festivités... Car les déchets sont partout ! Ce que vous allez gagner : l'amélioration de votre écobilan familial (1 poubelle de 15 L pour 1 mois), moins de toxiques et de sacrées économies. Plus le sentiment exaltant d'être acteur de sa vie, de sa santé, de créer du lien, de toucher à l'essentiel.

Langue

français

Date de publication

07/04/2016

EAN de l'offre

9782365494144

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



Une année pour tout changer

Livre numérique

[Alvarez, Celine. Auteur](#)

Édité par [GROUPE MARGOT](#) - 2019



" En matière d'éducation, tous les regards sont dirigés vers l'enfant. Nous cherchons en lui ce que nous pouvons changer pour qu'il assimile enfin ce que nous souhaitons lui inculquer. Toute la pression est sur ses épaules. Pourtant, le facteur déterminant, c'est nous ; notre capacité individuelle et collective à respecter ses lois naturelles de développement. Un véritable changement de posture est nécessaire. " Céline Alvarez
Après son expérience pilote dans une zone d'éducation prioritaire en France, Céline Alvarez a été invitée par la ministre belge de l'Enseignement à accompagner 750 enseignants, pendant une année scolaire. Ils ont réaménagé leur classe, trié les activités et individualisé la transmission, et ce sans moyens supplémentaires. En quelques semaines, les enfants sont devenus autonomes, confiants et sereins. Dès la maternelle, ils sont entrés spontanément dans la lecture. Ce livre montre que nous pouvons susciter un changement à grande échelle, basculer de l'ennui à la motivation, de l'indiscipline au calme, du manque de persévérance à la créativité. Permettre à l'enfant de se révéler, c'est possible. Une année peut tout changer ! Céline Alvarez a publié *Les Lois naturelles de l'enfant* (Les Arènes, 2016), vendu à plus de 220 000 exemplaires en France et traduit en treize langues.

Langue

français

Date de publication

04/09/2019

EAN de l'offre

9791037500465

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



Sorcières

Livre numérique

[CHOLLET, Mona.](#) Auteur

Edité par [Zones](#) - 2018



Tremblez, les sorcières reviennent ! disait un slogan féministe des années 1970. Image repoussoir, représentation misogyne héritée des procès et des bûchers des grandes chasses de la Renaissance, la sorcière peut pourtant, affirme Mona Chollet, servir pour les femmes d'aujourd'hui de figure d'une puissance positive, affranchie de toutes les dominations. Qu'elles vendent des grimoires sur Etsy, postent des photos de leur autel orné de cristaux sur Instagram ou se rassemblent pour jeter des sorts à Donald Trump, les sorcières sont partout. Davantage encore que leurs aînées des années 1970, les féministes actuelles semblent hantées par cette figure. La sorcière est à la fois la victime absolue, celle pour qui on réclame justice, et la rebelle obstinée, insaisissable. Mais qui étaient au juste celles qui, dans l'Europe de la Renaissance, ont été accusées de sorcellerie ? Quels types de femme ces siècles de terreur ont-ils censurés, éliminés, réprimés ? Ce livre en explore trois et examine ce qu'il en reste aujourd'hui, dans nos préjugés et nos représentations : la femme indépendante – ; puisque les veuves et les célibataires furent particulièrement visées ; la femme sans enfant – ; puisque l'époque des chasses a marqué la fin de la tolérance pour celles qui prétendaient contrôler leur fécondité ; et la femme âgée – devenue, et restée depuis, un objet d'horreur. Enfin, il sera aussi question de la vision du monde que la traque des sorcières a servi à promouvoir, du rapport guerrier qui s'est développé alors tant à l'égard des femmes que de la nature : une double malédiction qui reste à lever.

Langue

français

Date de publication

13/09/2018

EAN de l'offre

9782355221361

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



La vie secrète des arbres

Livre numérique

[Wohlleben, Peter. Auteur](#) | [Tresca, Corinne. Contributeur](#)

Edité par [GROUPE MARGOT](#) - 2017



VOUS NE VERREZ PLUS JAMAIS LA FORÊT COMME AVANT Après la lecture de ce livre, le lecteur pourra appliquer à chaque pas ce décryptage qui nous fait rentrer dans un monde organisé en société : ses faibles, ses forts, ses obligations d'entraide etc ... VOUS NE VERREZ PLUS JAMAIS LA FORÊT COMME AVANT Après la lecture de ce livre, le lecteur pourra appliquer à chaque pas ce décryptage qui nous fait rentrer dans un monde organisé en société : ses faibles, ses forts, ses obligations d'entraide etc ... QUE SAVONS-NOUS DES ARBRES ? Les arbres sont des êtres sociaux. Ils peuvent compter, apprendre et mémoriser, se comporter en infirmiers pour les voisins malades, envoyer des signaux pour avertir d'un danger, ils gardent les anciennes souches de compagnons abattus vivants depuis des siècles en les nourrissant avec une solution de sucre par leurs racines. Et ce n'est pas tout... VOUS NE VERREZ PLUS JAMAIS LA FORÊT COMME AVANT Après la lecture de ce livre, le lecteur pourra appliquer à chaque pas ce décryptage qui nous fait rentrer dans un monde organisé en société : ses faibles, ses forts, ses obligations d'entraide etc ... Vos promenades en forêt vont prendre une toute nouvelle dimension ! UNE MERVEILLE DE PÉDAGOGIE POUR TOUS LES PUBLICS " Le langage scientifique supprime l'émotion, et les gens ne comprennent plus rien. J'utilise un langage humain. Quand j'écris " les arbres allaitent leurs enfants ' tout le monde sait tout de suite ce que je veux dire ", explique l'auteur. Une des raisons de ce succès planétaire réside dans ce tour de force littéraire et dans la manière dont l'ouvrage éveille chez les lecteurs une curiosité enfantine pour les rouages secrets de la nature.

Langue

français

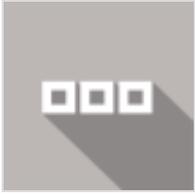
Date de publication

02/03/2017

EAN de l'offre

9782352047759

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



La Magie du rangement

Livre numérique

[KONDO, Marie.](#) Auteur | [BILLON, Christophe.](#) Contributeur

Edité par [EDIS](#) - 2015



LE livre phénomène japonais : plus de 2,3 millions d'exemplaires vendus ! LE livre phénomène japonais : plus de 2,3 millions d'exemplaires vendus ! Mettre de l'ordre dans votre intérieur afin d'améliorer votre quotidien et changer littéralement votre vie : voilà de quoi il s'agit ! Vous êtes dubitatif ? Laissez-vous surprendre par la méthode de Marie Kondo qui a déjà séduit plus de 2 millions de lecteurs dans le monde. Pourquoi un tel intérêt pour le rangement ? Parce que la vie commence seulement (véritablement) une fois que l'on a fait du tri. Dans cet essai pratique déjà best-seller, l'auteur nous explique simplement, mais fermement, d'oublier nos bonnes vieilles habitudes : passer une journée par an à tout jeter ne sert à rien ! S'attaquer à chaque pièce l'une après l'autre non plus... En procédant ainsi, dans quelques jours, vous nagerez de nouveau en plein désordre. Le rangement doit être un moment privilégié. Et chaque objet qui nous entoure doit nous procurer de la joie. Vraiment. Si ce n'est pas le cas, alors il faut s'en débarrasser. Tout de suite. Vous voulez en savoir plus? Entrez dans le monde magique du rangement, et attendez-vous à quelques surprises, car lorsqu'on y voit clair, notre regard sur la vie change...

Langue

français

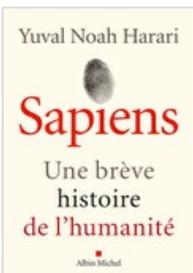
Date de publication

26/02/2015

EAN de l'offre

9782412015025

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



Sapiens

Livre numérique

[Harari, Yuval Noah.](#) Auteur | [Dauzat, Pierre-Emmanuel.](#) Contributeur

Edité par [ALBIN MICHEL](#)



Il y a 100 000 ans, la Terre était habitée par au moins six espèces différentes d'hominidés. Une seule a survécu. Nous, les Homo Sapiens. Comment notre espèce a-t-elle réussi à dominer la planète ? Pourquoi nos ancêtres ont-ils uni leurs forces pour créer villes et royaumes ? Comment en sommes-nous arrivés à créer les concepts de religion, de nation, de droits de l'homme ? À dépendre de l'argent, des livres et des lois ? À devenir esclaves de la bureaucratie, des horaires, de la consommation de masse ? Et à quoi ressemblera notre monde dans le millénaire à venir ? Véritable phénomène d'édition, traduit dans une trentaine de langues, Sapiens est un livre audacieux, érudit et provocateur. Professeur d'Histoire à l'Université hébraïque de Jérusalem, Yuval Noah Harari mêle l'Histoire à la Science pour remettre en cause tout ce que nous pensions savoir sur l'humanité : nos pensées, nos actes, notre héritage... et notre futur.

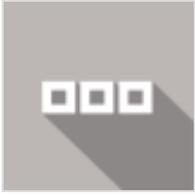
Langue

français

EAN de l'offre

3664352593770

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



Capital et idéologie

Livre numérique

[Piketty, Thomas. Auteur](#)

Édité par [Editions du Seuil](#) - 2019



Toutes les sociétés humaines ont besoin de justifier leurs inégalités : il faut leur trouver des raisons, faute de quoi c'est l'ensemble de l'édifice politique et social qui menace de s'effondrer. Les idéologies du passé, si on les étudie de près, ne sont à cet égard pas toujours plus folles que celles du présent. C'est en montrant la multiplicité des trajectoires et des bifurcations possibles que l'on peut interroger les fondements de nos propres institutions et envisager les conditions de leur transformation. À partir de données comparatives d'une ampleur et d'une profondeur inédites, ce livre retrace dans une perspective tout à la fois économique, sociale, intellectuelle et politique l'histoire et le devenir des régimes inégalitaires, depuis les sociétés trifonctionnelles et esclavagistes anciennes jusqu'aux sociétés postcoloniales et hypercapitalistes modernes, en passant par les sociétés propriétaires, coloniales, communistes et sociales-démocrates. À l'encontre du récit hyperinégalitaire qui s'est imposé depuis les années 1980-1990, il montre que c'est le combat pour l'égalité et l'éducation, et non pas la sacralisation de la propriété, qui a permis le développement économique et le progrès humain. En s'appuyant sur les leçons de l'histoire globale, il est possible de rompre avec le fatalisme qui nourrit les dérives identitaires actuelles et d'imaginer un socialisme participatif pour le XXI^e siècle : un nouvel horizon égalitaire à visée universelle, une nouvelle idéologie de l'égalité, de la propriété sociale, de l'éducation et du partage des savoirs et des pouvoirs. Directeur d'études à l'École des hautes études en sciences sociales et professeur à l'École d'économie de Paris, Thomas Piketty est l'auteur du *Capital au XXI^e siècle* (2013), traduit en 40 langues et vendu à plus de 2,5 millions d'exemplaires, dont le présent livre est le prolongement.

Langue

français

Date de publication

12/09/2019

EAN de l'offre

9782021338072

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



La fabrique du crétin digital - Les dangers des écrans pour nos enfants

Livre numérique

[Desmurget, Michel.](#) Auteur

Édité par [Editions du Seuil](#) - 2019



La consommation du numérique sous toutes ses formes – smartphones, tablettes, télévision, etc. – par les nouvelles générations est astronomique. Dès 2 ans, les enfants des pays occidentaux cumulent chaque jour presque 3 heures d'écran. Entre 8 et 12 ans, ils passent à près de 4 h 45. Entre 13 et 18 ans, ils frôlent les 6 h 45. En cumulés annuels, ces usages représentent autour de 1 000 heures pour un élève de maternelle (soit davantage que le volume horaire d'une année scolaire), 1 700 heures pour un écolier de cours moyen (2 années scolaires) et 2 400 heures pour un lycéen du secondaire (2,5 années scolaires). Contrairement à certaines idées reçues, cette profusion d'écrans est loin d'améliorer les aptitudes de nos enfants. Bien au contraire, elle a de lourdes conséquences : sur la santé (obésité, développement cardio-vasculaire, espérance de vie réduite...), sur le comportement (agressivité, dépression, conduites à risques...) et sur les capacités intellectuelles (langage, concentration, mémorisation...). Autant d'atteintes qui affectent fortement la réussite scolaire des jeunes. " Ce que nous faisons subir à nos enfants est inexcusable. Jamais sans doute, dans l'histoire de l'humanité, une telle expérience de décérébration n'avait été conduite à aussi grande échelle ", estime Michel Desmurget. Ce livre, première synthèse des études scientifiques internationales sur les effets réels des écrans, est celui d'un homme en colère. La conclusion est sans appel : attention écrans, poisons lents ! Michel Desmurget est docteur en neurosciences et directeur de recherche à l'Inserm. Il est l'auteur de TV Lobotomie (Max Milo, 2011) et de L'Antirégime (Belin, 2015), qui ont tous deux remporté un large succès public.

Langue

français

Date de publication

05/09/2019

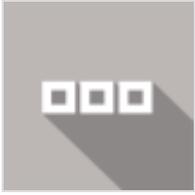
ISBN

9782021423310

EAN de l'offre

9782021423334

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



Les Lois naturelles de l'enfant

Livre numérique

[Alvarez, Celine. Auteur](#)

Édité par [GROUPE MARGOT](#) - 2016



L'enfant naît câblé pour apprendre et pour aimer. Chaque jour, les neurosciences nous révèlent son incroyable potentiel, sa capacité à se nourrir du monde pour former son intelligence. Pourtant, par manque d'information, nous imposons à l'enfant un système éducatif inadapté aux leviers naturels de son jeune cerveau, qui l'empêche d'apprendre qui freine l'apprentissage et n'encourage pas sa bienveillance innée. Plus de 40% d'entre eux sortent du primaire avec des lacunes qui les empêcheront de poursuivre une scolarité normale. Le livre fondateur révèle une autre façon de voir l'enfant et de concevoir son éducation à la maison et à l'école. Céline Alvarez explique de manière limpide les grands principes scientifiques qui sous-tendent l'apprentissage et l'épanouissement. Elle partage son expérience, les activités qui peuvent aider les enfants à développer leur potentiel, ainsi que la posture appropriée de l'adulte. La révolution de l'éducation est possible. Céline Alvarez a mené une expérience dans une maternelle en " zone d'éducation prioritaire " et " plan violence ", à Gennevilliers. Elle a respecté les " lois naturelles de l'enfant " et les résultats ont été exceptionnels. A la fin de la deuxième année, tous les enfants de grande section et 90% de moyenne section, étaient lecteurs et affichaient d'excellentes compétences en arithmétique. Ils avaient par ailleurs développé de grandes qualités morales et sociales.

Langue

français

Date de publication

01/09/2016

ISBN

9782352045502

EAN de l'offre

9782352047827

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



Trois amis en quête de sagesse

Livre numérique

[Andre, Christophe. Auteur](#) | [Jollien, Alexandre. Auteur](#) | [Ricard, Matthieu. Auteur](#)

Édité par [GROUPE MARGOT](#) - 2015



Un moine, un philosophe, un psychiatre. Depuis longtemps, ils rêvaient d'écrire un livre d'ensemble, pour être utiles, pour apporter des réponses aux questions que tout être humain se pose sur la conduite de son existence. Quelles sont nos aspirations les plus profondes ? Comment diminuer le mal-être ? Comment vivre avec les autres ? Comment développer notre capacité au bonheur et à l'altruisme ? Comment devenir plus libre ?... Sur chaque thème, ils racontent leurs expériences, leurs efforts et les leçons apprises en chemin. Chaque fois, ils nous proposent des conseils. Leurs points de vue sont différents, mais ils se retrouvent sur l'essentiel. Un livre limpide et lumineux pour apprendre le métier de vivre.

Langue

français

Date de publication

14/12/2015

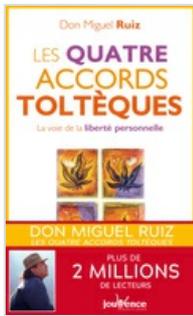
ISBN

9791095438014

EAN de l'offre

9791095438823

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



Les quatre accords toltèques

Livre numérique

Ruiz, Don Miguel. Auteur

Edité par Éditions Jouvence - 2016

Découvrez ou redécouvrez Les quatre accords toltèques, et prenez comme des millions de lecteurs en France et à travers le monde, la voie de la liberté personnelle. Dans ce livre, Don Miguel révèle la source des croyances limitatrices qui nous privent de joie et créent des souffrances inutiles. Il montre en des termes très simples comment on peut se libérer du conditionnement collectif - le "rêve de la planète", basé sur la peur - afin de retrouver la dimension d'amour inconditionnel qui est à notre origine et constitue le fondement des enseignements toltèques que Castenada fut le premier à faire découvrir au grand public. Don Miguel révèle ici 4 clés simples pour transformer sa vie et ses relations, tirées de la sagesse toltèque. Leur application au quotidien permet de transformer rapidement notre vie en une expérience de liberté, de vrai bonheur et d'amour. Les quatre accords toltèques : 1 - Que ta parole soit impeccable ; 2 - Ne réagis à rien de façon personnelle ; 3 - Ne fais aucune supposition ; 4 - Fais toujours de ton mieux. Nouvelle édition tant attendue en format poche de ce best-seller ! 750'000 exemplaires vendus en France de ce texte de référence en développement personnel. UN EVENEMENT !

Langue

français

Date de publication

25/05/2016

ISBN

9782889116546

EAN de l'offre

3612225298949

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

