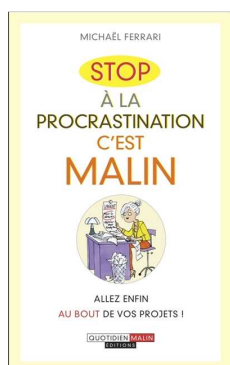


Nouveautés Documentaires

NOVEMBRE 2014

Pôle Adulte



Stop à la procrastination, c'est malin

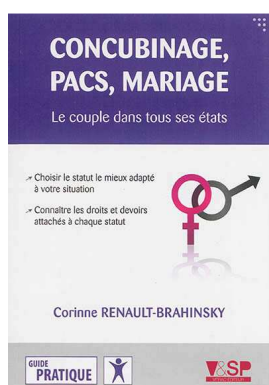
Michael Ferrari

Quotidien malin éditions, Paris 2014

Vous culpabilisez de toujours tout reporter au lendemain ? Vous avez envie d'aller de l'avant sans savoir par où commencer ? La procrastination vous consume à petit feu ! Avec ce livre, comprenez les mécanismes qui vous bloquent et dépassez-les en 7 semaines.

Cote : 158 FER

Exemplaires : 1002652089



Concubinage, Pacs, mariage : le couple dans tous ses états

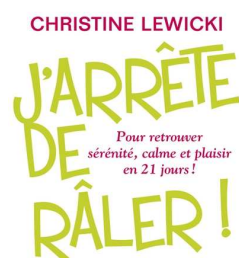
Corinne Renault-Brahinsky

Vitrac éditeur, Limoges 2014

Une synthèse des droits et devoirs propres à chaque statut, accompagnée d'un comparatif argumenté et expliqué. L'ouvrage aide à déterminer quel est le statut le mieux adapté aux besoins d'un couple ou d'une famille, selon sa situation personnelle et patrimoniale.

Cote : 340 LEV

Exemplaires : 1002662089



Jarrête de râler ! : pour retrouver sérénité, calme et plaisir en 21 jours !

Christine Lewicki

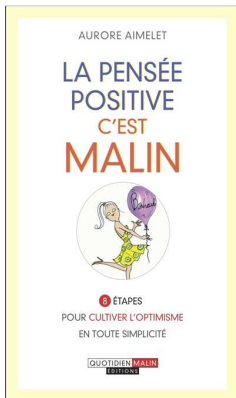
Pocket, Paris 2014

Présentation d'une méthode en quatre phases, pour arrêter de râler en 21 jours. C'est un fait : nous râlon en moyenne 15 à 30 fois par jour... Si cela devient vite insupportable pour notre entourage, c'est finalement tout aussi énervant et fatigant pour nous-mêmes.



Cote : 158 LEW

Exemplaires : 1002650089



La pensée positive, c'est malin

Aurore Aimelet

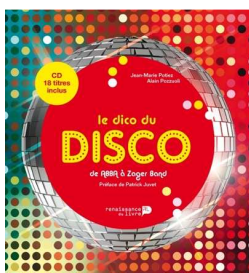
Quotidien malin éditions, Paris 2014

Un programme en huit étapes pour apprendre à devenir confiant et optimiste : faire le bilan, chasser les mauvaises habitudes, opter pour la spiritualité, faire de bonnes actions, penser au présent, cultiver son optimisme, libérer son corps, changer de point de vue.

8 étapes pour retrouver le bien-être mental et voir la vie du bon côté !

Cote : 158 AIM

Exemplaires : 1002657089



Mon psy à domicile : 120 situations de vie et leurs solutions

Arnold A. Lazarus, Clifford N. Lazarus

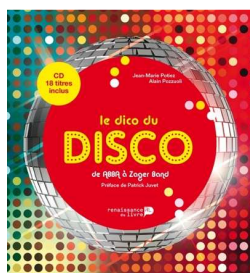
Favre, Lausanne (Suisse) 2014

Des solutions pratiques à des problèmes du quotidien, pour se sentir mieux dans sa peau, apprécier les bonheurs de l'existence, dominer son angoisse, construire des relations qui fonctionnent, etc.

Ce best-seller mondial enfin traduit en français, écrit par deux psychologues américains experts en thérapies comportementales, constitue un guide pratique de «premier secours» très complet pour mieux apprécier les petits bonheurs de l'existence, faire face aux difficultés du quotidien, agir pour les surmonter et reprendre le contrôle de sa vie.

Cote : 158 LAZ

Exemplaires : 1001452089



Le dico du disco : de Abba à Zager band

Jean-Marie Potiez, Alain Pozzuoli

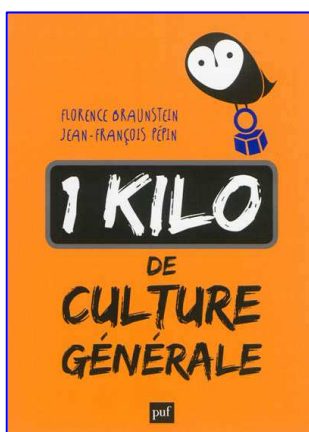
La Renaissance du livre, 2014

Les références et l'histoire du disco, de Abba à YMCA, en passant par les Bee Gees, Dalida, I will survive ou Barry White. Avec un CD de 18 titres emblématiques.

Les références et l'histoire du disco, de Abba à YMCA, en passant par les Bee Gees, Dalida, I will survive ou Barry White. Avec un CD de 18 titres emblématiques...

Cote : 780 POT

Exemplaires : 1002763089

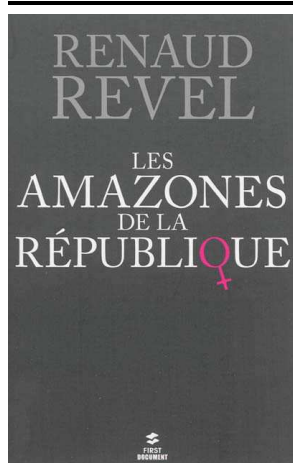


1 kilo de culture générale

Florence Braunstein, Jean-François Pépin
PUF, Paris 2014

Couvrant l'ensemble des principales cultures existant au monde, cet ouvrage s'étend sur la totalité de l'histoire, de la formation de la Terre à aujourd'hui, et présente toutes les grandes activités culturelles pour chaque période et chaque pays : littérature, arts, philosophie, sciences, musique.

Cote : 001 BRA
Exemplaires : 1002764089



Les amazones de la République

Renaud Revel
First Editions, 2013

Présentation des femmes journalistes qui ont joué un rôle important à l'Elysée, que ce soit en tant que confidentes, compagnes, maîtresses ou premières conseillères. Romanesques, burlesques, grivoises et parfois surréalistes, les anecdotes qui peuplent cet ouvrage éclairent d'un jour particulier la fonction présidentielle.

Cote : 320 REV
Exemplaires : 1000648089



Noël gourmand 🍪

Morgane Sirguy
Ed. de Saxe, Chaponost 2013

Des recettes traditionnelles ou originales de pâtisseries, à réaliser pour les fêtes de Noël : biscuits, cupcakes, bûches, mugcakes, bredele, etc. Avec des conseils pour réaliser des décors féeriques autour du thème de Noël.

Cote : 641.5 SIR
Exemplaires : 1001443089



Le pianiste : l'extraordinaire destin d'un musicien juif dans le ghetto de

Varsovie, 1939-1945
Wladyslaw Szpilman
R. Laffont, Paris 2002

Septembre 1939 : Varsovie ploie sous les bombes allemandes. Au moment où Radio Pologne est réduite au silence, un jeune pianiste talentueux d'origine juive interprète le Nocturne en ut dièse mineur de Chopin. Six ans plus tard, lorsque les émissions reprendront, ce sera avec le même morceau, interprété par le même pianiste...

Cote : B 940.5 SZP
Exemplaires : 1000658089



Casse-croûte : sandwichs, hamburgers, bagels, wraps...
textes et adaptation des recettes Isabelle Yaouanc
Marie-Claire, Issy-les-Moulineaux (Hauts-de-Seine) 2014

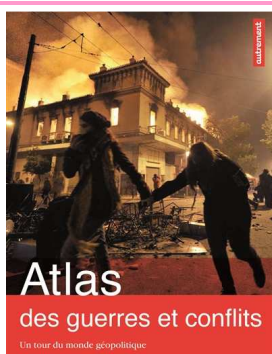
100 recettes faciles et rapides pour préparer sandwichs chauds ou froids, bagels, paninis, etc.

Partout dans le monde, le sandwich régale les gourmets et s'invente de nouvelles saveurs. Plus question de le réserver aux seuls pique-niques, il s'invite au quotidien, garnit les lunch box comme les buffets chic.

En prime, retrouvez des recettes de pain, pour que tout soit fait maison !

Cote : 641.5 YAO

Exemplaires : 1002008089



Atlas des guerres et conflits : un tour du monde géopolitique
Amaël Cattaruzza
Atlas des guerres et conflits
Autrement, Paris 2014

Près de 100 cartes et infographies pour comprendre la complexité des guerres et conflits passés, actuels et à venir.

Armes, enjeux, acteurs, terrains de combat : à quoi ressemble la guerre aujourd'hui ? Un tour du monde des régions sous tension, avec de nombreux

exemples d'actualité : Printemps arabes, conflit syrien, guerres au Mali et en Centrafrique...

Cote : 327 CAT

Exemplaires : 1001981089

100 ans d'Électre

Retrouvez nos nouveautés sur
Liste à consulter sur place !

