

NOUVEAUTÉS DOCUMENTAIRES ADULTES – MARS 2025



ANNONI Amélie

Le yoga des feignasses

Une approche du yoga privilégiant la douceur, pour développer une pratique personnelle adaptée à son rythme mais efficace.



BABEAU Olivier

L'ère de la flemme : comment nous et nos enfants avons perdu le sens de l'effort

Réflexion sur la progressive disparition de la valeur de l'effort dans la société française. Grâce aux progrès et au travail des générations précédentes, l'humanité peut désormais économiser ses forces et vivre dans le confort, restructurant la société dans le sens d'une émancipation de l'individu.



BLANKFELD Keren

Les amants d'Auschwitz : une histoire vraie

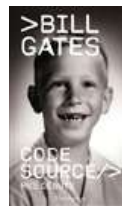
En 1943, Zippi Spitzer et David Wisnia tombent amoureux l'un de l'autre à Auschwitz. Bien qu'ils se soient promis de se retrouver à Varsovie, leurs chemins se séparent à la Libération. Lui part aux Etats-Unis, elle devient gardienne de l'histoire du camp. Pourtant, soixante-dix ans plus tard, ils se retrouvent.



FERRY Luc

IA : grand remplacement ou complémentarité ?

Une analyse de l'impact de l'intelligence artificielle dans les différentes sphères de la vie quotidienne, mais également des enjeux qu'elle soulève. L'auteur interroge les pensées de philosophes tels Spinoza, Hegel, Kant ou Heidegger pour contester ou affirmer son développement sur l'intelligence artificielle.



GATES Bill

Code source : mes débuts

Le fondateur de Microsoft se livre sur son enfance, ses premières passions et ses premiers engagements, évoquant sa grand-mère pétrie de principes, ses parents ambitieux, la mort subite de son meilleur ami, sa découverte du monde du codage et des ordinateurs, entre autres.



Ghesquière Gaëlle

Taratata : le livre d'or du concert : 30 ans d'émotions 100 % live avec les plus grands artistes

En trente ans d'existence, Taratata a rassemblé tous les plus grands talents de la musique française et internationale : Jean-Jacques Goldman, Jean-Louis Aubert, Pascal Obispo, Johnny Hallyday, Olivia Ruiz, Mika, Eddy de Pretto, Sheeran, Lady Gaga, etc. Nagui partage ici les coulisses de l'émission live devenue culte, évoquant les meilleurs moments et des anecdotes inédites.



LESAGE Anne-Sophie

Ça nous arrive à toutes : petites crises existentielles, grandes angoisses et café crème : chroniques

Alba, ancienne pâtissière qui a vécu un burn-out, a fondé le café Le sans nuage. Au gré des rencontres faites dans son établissement, différents sujets sont évoqués, tels que l'anxiété, les hormones, la peur de l'abandon, la quête de sens, entre autres.



MOHAMED Jimmy

Je mange bien, je vais bien

Des conseils pour être en bonne santé grâce à son alimentation. Le médecin détaille quels sont les aliments qui donnent le moral, ce qu'il faut manger pour bien dormir, les conséquences du jeûne intermittent, entre autres.



MERLIER Philippe

De la discrétion : être ou ne pas être socialement visible

Une étude de la notion de discrétion au prisme de la philosophie sociale. L'auteur s'attarde sur le paradoxe de sa dimension de présence et d'absence puis s'intéresse aux caractères subis et choisis de l'invisibilisation sociale en s'appuyant sur les travaux d'Axel Honneth. Il analyse également son importance dans la vie démocratique.



THIBAUT Justine

Accompagner le développement du langage : de la naissance à 6 ans : toutes les étapes du développement du langage, l'importance de la lecture et du jeu, quand consulter

Orthophoniste, l'auteure propose des conseils (interaction, lecture et jeu) afin d'accompagner le développement du langage de l'enfant, de la naissance à 6 ans, du babillage aux premiers mots, en passant par la reconnaissance des lettres ou encore la lecture en autonomie.



MICHALAK Christophe

Bienvenue à la maison : 90 recettes chaleureuses et conviviales

Le pâtissier propose 90 recettes de plats et de desserts conviviaux qui lui sont chers, à déguster en famille ou entre amis : financier nectarine-framboise, cake aux olives de Provence, gnocchis pesto basilic-pistache, entre autres.



VANDERHAEGHE Tessy

100 petites conversations à avoir avec son enfant : comment parler de sexualité dès le plus jeune âge : corps, consentement, stéréotypes, intimité, 0-12 ans

Un guide parental pour parler de sexualité à ses enfants avec, pour chaque tranche d'âge, des phrases toutes prêtes, des exercices guidés, des réponses à des questions et des lanceurs de discussion afin de nourrir l'échange autour de différents thèmes comme les parties du corps, le consentement ou encore les premiers sentiments.