



Recettes au Air Fryer : 70 recettes testées pour vous ! / Lélia Castello

Livre

CASTELLO, Lelia. Auteur | BOUTIN, Richard. Photographe | FITZJOHN, Audrey. Photographe

Edité par Marabout. Alleur - 2023

70 recettes sucrées et salées à réaliser à l'aide du robot de cuisine Air Fryer : croquettes de fromage, poulet rôti au citron, muffins aux framboises, entre autres.

[Voir la collection «Les petits Marabout. T...](#)

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

Type de document	Livre
Langue	français
Description physiq..	144 p. ; ill. en coul., couv. ill. en coul. ; 19 cm
Date de publication	04/10/2023
Collection	Les petits Marabout. Testées pour vous !
Contributeurs	<ul style="list-style-type: none">• IDA, Akiko. Photographe• LASCEVE, Charlotte. Photographe
Cotes	<ul style="list-style-type: none">• 641.5 CAS
Sections	Adulte
Public visé	Adultes
ISBN	978-2-501-17939-3
EAN	9782501179393
Popularité	Document emprunté 2 fois ces 6 derniers mois
Sujets	<ul style="list-style-type: none">• Cuisine : recette

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



Le Petit Singulier de Metz : Guide du curieux / Jean-Christophe Diedrich

Livre

[DIEDRICH, Jean-Christophe. Auteur](#)

Edité par [LA PAULETTE. Plesnois](#) - 2023

Type de document Livre

Langue français

Description physiq.. 192 p. ; ill. en coul., couv. ill. en coul. ; 19 cm

Date de publication 2023

Contributeurs

- TOUSSAINT, Olivier. Photographe
- DRAPIER, François. Graveur
- EGLOFF, Joël. Préfacier, etc.

Cotes

- 944.385 DIE LOR

Sections Jeunesse

Public visé Adultes

ISBN 978-2-9565736-4-7

EAN 9782956573647

Popularité Document emprunté 2 fois ces 6 derniers mois

Sujets

- [Metz : guide touristique](#)

Genre

- Fonds lorrain

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



La mort en face : Le médecin légiste qui fait parler les morts / Philippe Boxho

Livre

[BOXHO, Philippe](#). Auteur

Edité par [Kennés. Loverval](#) - 2024

"Ce qui a motivé mon choix de la médecine légale ? Le hasard. J'avais 18 ans, l'âge où tout est possible, et la prêtrise me tentait beaucoup, j'adorais étudier les évangiles, rencontrer les gens, aider ceux qui en avaient besoin, et je me sentais prêt à m'y engager. Mais j'ai choisi de faire des études de médecine et au terme de ma première année, j'ai croisé l'évêque de Liège, que je connaissais, et lui ai confié que j'avais abandonné l'idée de la prêtrise. Il n'était guère surpris, car, selon lui, ce n'était pas la foi qui m'animait, mais une grande soif intellectuelle." Médecin légiste et professeur en criminologie depuis plus de trente ans, Philippe Boxho est l'auteur de livres qui ont permis à un très large public de découvrir le monde fascinant de la médecine légale dans sa réalité la plus crue, bien loin de l'image véhiculée par la fiction. Il nous revient avec un troisième ouvrage dans lequel il n'hésite plus à se livrer tout en nous contant des histoires vécues, des histoires émouvantes, étonnantes, interpellantes. Son regard acéré sur notre société nous ouvre les yeux sur certains de ses travers et nous invite à la réflexion. Par le biais de ces histoires sur la mort, c'est la vie qui nous apparaît dans toute sa beauté, mais aussi l'humain dans ce qu'il a de plus inquiétant. Du mystère entourant la mort de Napoléon à la fermière noyée par son mari dans une cuve à lait en passant par les dangers du haschich et de l'alcool, il nous immerge plus profondément que jamais dans les coulisses des enquêtes sur les morts accidentelles, les suicides et les meurtres, des plus célèbres aux plus confidentielles.

Type de document	Livre
Langue	français
Description physiq..	240 p. ; couv. ill. en coul. ; 21 cm
Date de publication	21/08/2024
Cotes	• 614.1 BOX
Sections	Adulte
Public visé	Adultes
ISBN	978-2-38075-978-5
EAN	9782380759785
Popularité	Document emprunté 3 fois ces 6 derniers mois
Sujets	<ul style="list-style-type: none">• Médecine légale• Criminologie• Autopsie

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



Votre santé optimisée / Emilie Steinbach

Livre

[STEINBACH, Emilie.](#) Auteur

Édité par [Marabout.](#) [Aleur](#) - 2025

Pourquoi nous sentons-nous "accros" à la malbouffe, souvent fatigués, stressés ou déprimés ? Quel est le point commun entre l'obésité, le diabète de type 2, les troubles digestifs et hormonaux, les maladies inflammatoires, les douleurs chroniques et le déclin cognitif ? C'est notre mode de vie qui est en cause. Heureusement, vous pouvez agir pour le changer ! Dre Emilie Steinbach vous accompagne au fil d'une journée-type pour vous aider à adopter les habitudes les plus efficaces et les plus durables, basées sur les dernières découvertes scientifiques.

Type de document	Livre
Langue	français
Description physiq..	319 p. ; couv. ill. en coul. ; 21 cm
Date de publication	05/03/2025
Cotes	• 613.2 STE
Sections	Adulte
Public visé	Adultes
ISBN	978-2-501-18985-9
EAN	9782501189859
Popularité	Document emprunté 3 fois ces 6 derniers mois
Sujets	• Alimentation : Santé

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



Mieux vivre avec une maladie chronique : Faire face au choc, trouver l'apaisement et se reconstruire / Marie de Bonnières

Livre

BONNIERES, Marie de. Auteur

Edité par **Larousse.** Paris cedex 06 - 2022

Comment reconstruire et conserver une dynamique de vie positive, lorsque l'on est atteint d'une maladie qui s'installe dans la durée ? Les maladies chroniques recouvrent des vécus très différents : début aigu ou progressif, évolution rapide ou lente, traitement ou absence de traitement, pathologie douloureuse ou indolore, handicapante ou non, visible ou invisible... Pourtant, elles ont pour point commun de tout changer quand elles font irruption : le regard sur soi, sur l'avenir et la santé, la relation aux autres, au travail... Comment gérer ce bouleversement tant psychique que physique ? Comment apprivoiser cette nouvelle vie ? Dans cet ouvrage, Marie de Bonnières, psychologue clinicienne, propose un accompagnement pour mieux vivre avec une maladie chronique.

Type de document Livre

Langue français

Description physiq.. 206 p. ; couv. ill. en coul. ; 21 cm

Date de publication 24/08/2022

Cotes • 616.044 BON

Sections Jeunesse

Public visé Adultes

ISBN 978-2-03-602006-1

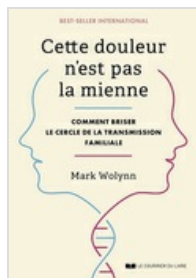
EAN 9782036020061

Popularité Document emprunté 2 fois ces 6 derniers mois

Sujets

- [Maladie : santé](#)
- [Maladie chronique](#)

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



Cette douleur n'est pas la mienne : Comment briser le cercle de la transmission familiale / Mark Wolynn

Livre

[WOLYNN, Mark.](#) Auteur

Édité par [Le Courrier du Livre. Paris](#) - 2024

Dépression, anxiété, douleur chronique, phobies, pensées obsessionnelles... : ces maux que nous ressentons ne sont pas toujours dus à notre histoire personnelle. Comme l'ont montré les dernières recherches scientifiques, ces troubles peuvent être héréditaires et provenir de la vie de nos parents, de nos grands-parents, voire de nos arrière-grands-parents. Ainsi, même si la personne qui a subi un traumatisme initial est décédée, que son histoire a été oubliée, tue ou dissimulée, les sentiments qu'elle a nourris peuvent subsister à travers les générations. Cette transmission silencieuse joue alors un rôle crucial dans notre santé émotionnelle et physique. Pionnier dans le domaine de l'héritage traumatique, Mark Wolynn nous livre dans ce guide des outils puissants pour se libérer de la souffrance de nos ancêtres.

Type de document	Livre
Langue	français
Description physiq..	318 p. ; couv. ill. en coul. ; 23 cm
Date de publication	05/09/2024
Liens	<ul style="list-style-type: none">• Est une traduction de : It Didn't Start with You
Contributeurs	<ul style="list-style-type: none">• BOUTTON-KELLY, Ludivine. Traducteur
Cotes	<ul style="list-style-type: none">• 616.8 WOL
Sections	Adulte
Public visé	Adultes
ISBN	978-2-7029-2872-1
EAN	9782702928721
Popularité	Document emprunté 4 fois ces 6 derniers mois
Sujets	<ul style="list-style-type: none">• Transmission généalogique• Famille : psychologie• Trouble héréditaire

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



Intérieur nuit / Nicolas Demorand

Livre

[DEMORAND, Nicolas.](#) Auteur

Édité par [Editions Les Arènes.](#) Paris - 2025

Les événements racontés dans ce livre se déroulent sur plus de vingt ans. Pendant toutes ces années, je me suis tu. Aujourd'hui, j'écris en pensant à toutes celles et ceux, des centaines de milliers, peut-être des millions, qui souffrent en silence du même mal.

Type de document	Livre
Langue	français
Description physiq..	104 p. ; 18 cm
Date de publication	27/03/2025
Cotes	• 616.89 DEM
Sections	Adulte
Public visé	Adultes
ISBN	979-10-375-1423-3
EAN	9791037514233
Popularité	Document emprunté 2 fois ces 6 derniers mois
Sujets	• Trouble bipolaire

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



L'Intelligence artificielle pour les Nuls / Stephanie Diamond, Luca Massaron, John Paul Mueller

Livre

[DIAMOND, Stephanie. Auteur](#) | [MASSARON, Luca. Auteur](#) | [MUELLER, John Paul. Auteur](#)

Edité par [First. Paris](#) - 2025

L'intelligence artificielle est un sujet très excitant, dans l'air du temps mais pas toujours simple à comprendre. Elle intervient dans des domaines aussi variés que la protection contre les fraudes, la médecine, les services clients, le cinéma, la télévision ou encore dans le pilotage de votre maison connectée. Ce livre vous montrera ce qu'est et aussi ce que n'est pas l'intelligence artificielle, comment elles est utilisée dans différents domaines aujourd'hui et son avenir à court et moyen terme.

[Voir la collection «Pour les nuls»](#)

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

Type de document	Livre
Langue	français
Description physiq..	405 p. ; couv. ill. en coul. ; 23 cm
Date de publication	10/04/2025
Collection	Pour les nuls
Liens	<ul style="list-style-type: none">• Est une traduction de : Artificial Intelligence for Dummies
Contributeurs	<ul style="list-style-type: none">• ROZENBAUM, Marc. Traducteur
Cotes	<ul style="list-style-type: none">• 629.89 DIA
Sections	Adulte
Public visé	Adultes
ISBN	978-2-412-09744-1
EAN	9782412097441
Popularité	Document emprunté 3 fois ces 6 derniers mois
Sujets	<ul style="list-style-type: none">• Intelligence artificielle

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



Energie ! : 5 minutes par jour pour retrouver la forme et la conserver / Anne Fleck

Livre

[FLECK, Anne.](#) Auteur

Edité par [Actes Sud Editions.](#) Arles - 2025

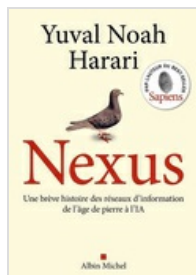
5 minutes par jour pour retrouver la forme et la conserver - comment ça ? Au fond, c'est simple : jour après jour, conseil après conseil, astuce après astuce, vous allez améliorer votre alimentation, votre digestion, votre forme physique, vos capacités de détoxification ; vous allez réduire votre niveau de stress et (re)trouver un sommeil de qualité. La docteure Anne Fleck vous accompagne pas à pas : vous apprendrez à mieux vous connaître, à reconstituer vos réserves d'énergie, à avoir une meilleure qualité de vie, et ressentirez rapidement un mieux-être.

[Voir la collection «Questions de santé»](#)

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

Type de document	Livre
Langue	français
Description physiq..	254 p. ; ill. en coul., couv. ill. en coul. ; 21 cm
Date de publication	12/03/2025
Collection	Questions de santé
Contributeurs	<ul style="list-style-type: none">• FLECK, Katharina. Illustrateur• LIBER, Isabelle. Traducteur
Cotes	<ul style="list-style-type: none">• 613 FLE
Sections	Adulte
Public visé	Adultes
ISBN	978-2-330-19669-1
EAN	9782330196691
Popularité	Document emprunté 2 fois ces 6 derniers mois
Sujets	<ul style="list-style-type: none">• alimentation• Stress• santé• Bien-être

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



Nexus : Une brève histoire des réseaux d'information, de l'âge de pierre à l'IA / Yuval Noah Harari

Livre

[HARARI, Yuval Noah. Auteur](#)

Edité par [Albin Michel. Paris](#) - 2024

Les histoires nous ont réunis. Les livres ont diffusé nos idées et nos mythologies. Internet nous a promis le savoir infini. Les algorithmes ont découvert nos secrets - et nous ont divisés. Quel monde nous promet l'IA ? Depuis cent mille ans, nous, les Sapiens, avons acquis un gigantesque pouvoir. Mais malgré nos découvertes, inventions et conquêtes, nous sommes aujourd'hui confrontés à une crise existentielle inédite. Le monde est au bord de l'effondrement écologique. Les tensions politiques se multiplient. La désinformation abonde. Et nous entrons de plain-pied dans l'ère de l'IA, un réseau d'information qui sera bientôt capable de nous dominer.

Type de document	Livre
Langue	français
Description physiq..	567 p. ; couv. ill. en coul. ; 24 cm
Date de publication	25/09/2024
Contributeurs	<ul style="list-style-type: none">FAUQUEMBERG, David. Traducteur
Cotes	<ul style="list-style-type: none">302.2 HAR
Sections	Jeunesse
Public visé	Adultes
ISBN	978-2-226-49488-7
EAN	9782226494887
Sujets	<ul style="list-style-type: none">Information : histoireRéseau social

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



Le grand guide Major Mouvement pour soigner vos douleurs / Major Mouvement

Livre

[MAJOR MOUVEMENT](#). Auteur

Édité par [Marabout](#) - 2022

Tendinite, lumbago, sciatique, hernie, déchirure musculaire, entorse, périostite... nous sommes tous concernés par des douleurs et des blessures, qui, dans 95% des cas, peuvent être soulagées rapidement. Major Mouvement, le kiné préféré des Français, répertorie les 55 maux les plus fréquents des pieds à la tête et vous propose le traitement idéal à faire chez soi pour vous soulager et vous reconstruire. Il vous suffit de répondre aux questions de l'arbre décisionnel pour identifier votre douleur précise, et de suivre les exercices proposés !

Type de document	Livre
Langue	français
Description physiq..	237 p. ; ill. en coul., couv. ill. en coul. ; 23 cm
Date de publication	31/08/2022
Cotes	• 615.82 MAJ
Sections	Adulte
Public visé	Adultes
ISBN	978-2-501-16746-8
EAN	9782501167468
Popularité	Document emprunté 2 fois ces 6 derniers mois
Sujets	<ul style="list-style-type: none">• Exercices physiques• Kinésithérapie : exercice

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



L'endométriose : Comprendre la maladie, soigner la douleur et traiter l'infertilité / Peter Von Theobald

Livre

VON THEOBALD, Peter. Auteur

Edité par Eyrolles. Paris - 2022

L'endométriose touche 10 % des femmes en âge de procréer. Le diagnostic intervient souvent tardivement, alors que cette pathologie s'est déjà installée et que les symptômes se sont aggravés. Conçu par un spécialiste, cet ouvrage s'appuie sur le témoignage de plusieurs femmes pour expliquer, schémas à l'appui, comment fonctionne l'appareil génital féminin et en quoi l'endométriose peut l'affecter, notamment au niveau de la sexualité et de la fertilité. Il décrit également les différents symptômes de la maladie et les examens nécessaires pour parvenir au diagnostic, tout en recensant les pathologies souvent confondues avec l'endométriose. Enfin, il présente les différents traitements disponibles, sans oublier les médecines alternatives.

Type de document Livre

Langue français

Description physiq.. 152 p. ; ill. en noir et blanc, couv. ill. en coul. ; 21 cm

Date de publication 16/06/2022

Contributeurs • CANDAU, Yasmine. Préfacier, etc.

Cotes • 618.17 VON

Sections Adulte

Public visé Adultes

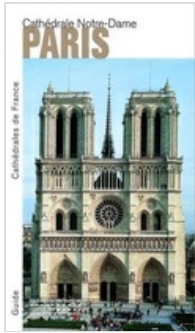
ISBN 978-2-416-00613-5

EAN 9782416006135

Popularité Document emprunté 2 fois ces 6 derniers mois

Sujets • [Endométriose](#)

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



Notre-Dame de Paris / Thierry Crépin-Leblond

Livre

[CREPIN-LEBLOND, Thierry.](#) Auteur

Édité par [Editions du Patrimoine.](#) Paris - 2024

Notre-Dame de Paris est la "cathédrale gothique" par excellence. Sa construction commença au XII^e siècle et dura plus de cent soixante-dix ans. Sa célèbre façade occidentale a exercé une influence considérable dans l'Europe entière, par son équilibre et son harmonie sans équivalent. Son chevet est un véritable chef-d'œuvre de légèreté qui évoque une nef avec des rames. La cathédrale renferme de célèbres grandes orgues, une collection de peintures insignes et un trésor. Notre-Dame de Paris, restaurée par Eugène Viollet-le-Duc et chantée par Victor Hugo au XIX^e siècle, est depuis toujours intimement liée à l'histoire de France. Mais c'est le monde entier qui s'émeut en 2019, lorsqu'un incendie spectaculaire ravage ses charpentes et provoque notamment la chute de sa flèche. En 2024, après une restauration sans précédent, la cathédrale continue d'émerveiller ses visiteurs.

[Voir la collection «Cathédrales de Franc...](#)

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

Note	• Bibliogr.-Glossaire
Type de document	Livre
Langue	français
Description physiq..	111 p. ; fotogr. en coul., couv. ill. en coul. ; 21 cm
Date de publication	12/12/2024
Collection	Cathédrales de France
Liens	• Remplace : Paris. Cathédrale Notre-Dame
Contributeurs	• GALLAND, Bernard. Photographe
Cotes	• 726.6 CRE
Sections	Adulte
Public visé	Adultes
ISBN	978-2-7577-0998-6
EAN	9782757709986
Popularité	Document emprunté 1 fois ces 6 derniers mois
Sujets	• Cathédrale : Notre Dame de Paris

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