

Extract of Médiathèque Jacques BAUMEL

<https://www.mediatheque-rueilmalmaison.fr/Bonheur>

# Bonheur

- Les collections - Bibliographies - Sciences & Société - Dossiers du Pôle -



Publication date: mercredi 6 mars 2019

## **Description:**

Le bonheur est souvent la seule chose que l'on puisse donner sans l'avoir et c'est en le donnant qu'on l'acquiert. Voltaire

---

**Copyright © Médiathèque Jacques BAUMEL - Tous droits réservés**

---

<span class='spip\_document\_26803 spip\_documents spip\_documents\_left' style='float:left;'>

### **La Fraîcheur de l'herbe**

Alain CORBIN

Fayard, 2018 (*Histoire*)

[HIS 904 COR \(Réservez ce document\)](#)

L'historien des sens consacre une étude aux émotions, aux sensations que le contact de l'herbe suscite chez l'homme. Une analyse qui s'appuie sur de nombreux textes littéraires célébrant le pouvoir émotionnel de l'herbe, de Lucrece à Pétrarque, de Ronsard à George Sand, en passant par Lamartine et René Char.

<span class='spip\_document\_26804 spip\_documents spip\_documents\_left' style='float:left;'>

### **Au bonheur des arbres : comment ils nous ressercent et nous font du bien**

Isabelle SAGET

Terre vivante, 2018

[NAT 582.16 SAG \(Réservez ce document\)](#)

Une description de cinquante arbres avec, pour chacun, ses mythes, ses propriétés médicinales, ses pouvoirs énergétiques et une fiche signalétique.

<span class='spip\_document\_26818 spip\_documents spip\_documents\_left' style='float:left;'>

### **Le Pouvoir de l'apparence : le physique, accélérateur de réussite ?**

Catherine de GOURSAC

Michalon, 2018

[SOC 391.6 FLY \(Réservez ce document\)](#)

Encore plus taboue que la discrimination sur les origines ou le "plafond de verre" qui concerne les femmes, la ségrégation sur l'apparence est pourtant une réalité. Des attitudes différentes des adultes à l'égard des enfants aux écarts de salaires entre les personnes considérées comme avenantes et les autres, les auteures proposent une analyse sur ces discriminations insoupçonnées et montrent que la beauté joue un rôle décisif dans la réussite individuelle.

<span class='spip\_document\_26806 spip\_documents spip\_documents\_left' style='float:left;'>



## **Du merveilleux caché dans le quotidien**

José BICO

Flammarion, 2018 (*Science populaire*)

[SCI 530.4 GUY \(Réservez ce document\)](#)

Une invitation à observer la beauté du monde et ses phénomènes physiques. Elle propose un panorama esthétique d'effets physiques dans des objets du quotidien, expliqués et répartis en 35 thèmes qui expriment l'équilibre entre forme, force et fonction.

<span class='spip\_document\_26815 spip\_documents spip\_documents\_left' style='float:left;'>

## **>Marcher pieds nus : plaisir, bien-être et santé**

Philippe LAHILLE

Ed. de Terran, 2018

[SCI 613.7 LAH \(Réservez ce document\)](#)

L'auteur présente les bénéfices induits sur la santé physique et mentale de la marche pieds nus. Il évoque tour à tour le massage des zones réflexes, la rééducation neuromusculaire, l'amélioration de la circulation sanguine, le renforcement du système immunitaire ou encore la lutte contre le stress. Il donne des conseils pour débiter, en les illustrant de divers témoignages.

<span class='spip\_document\_26820 spip\_documents spip\_documents\_left' style='float:left;'>

## **6-S'épanouir à l'école : de nouvelles clés pour une éducation au service de la vie**

Caroline SOST

R. Laffont, 2018 (*Réponses*)

[SOC 371.3 SOS \(Réservez ce document\)](#)

Fondatrice de Living School, l'auteure expose sa méthode d'éducation fondée sur la bienveillance, la confiance en soi et le plaisir d'apprendre. Elle partage son expérience personnelle et décrit sa pédagogie en action avec une immersion dans le quotidien de son école.

<span class='spip\_document\_26821 spip\_documents spip\_documents\_left' style='float:left;'>



### **A nous de jouer !**

Antoine FROMENTAL

Mille et une productions, 2018

[SOC 373 FRO \(Réservez ce document\)](#)

A Clichy, le principal du collège Jean Macé a décidé de lutter contre l'échec scolaire. Au coeur de ce projet : la classe rugby et la classe théâtre. Le défi est double : participer aux championnats de France, pour les uns, monter sur la grande scène du théâtre de Clichy, pour les autres. "A nous de jouer !" dresse un portrait riche et complexe de la société, tout en posant une question essentielle : comment changer l'école pour que chacun y trouve sa place ?

<span class='spip\_document\_26810 spip\_documents spip\_documents\_left' style='float:left;\*>

### **Good vibrations : le bonheur à la californienne**

Laure GONTIER

First Editions, 2017

[SOC 305. 813 GON \(Réservez ce document\)](#)

Une invitation à découvrir le quotidien et les modes de vie des Américains vivant en Californie : alimentation, sport, vie spirituelle... Une étude sociologique pour comprendre comment cet Etat de l'Ouest est devenu l'Etat le plus "happy" et le plus "healthy" des Etats-Unis.

<span class='spip\_document\_26811 spip\_documents spip\_documents\_left' style='float:left;\*>

### **Saint-Valentin, mon amour !**

Jean-Claude KAUFMANN

Les Liens qui libèrent, 2017

[SOC 394.2 KAU \(Réservez ce document\)](#)

Une histoire de cette fête des amoureux, parfois agitée et subversive, et ponctuée de surprises. L'auteur étudie les différentes coutumes à travers le monde, analysant ainsi la place de l'amour dans les sociétés.

<span class='spip\_document\_26812 spip\_documents spip\_documents\_left' style='float:left;\*>

### **Shinrin Yoku : les bains de forêt, le secret de santé naturelle des Japonais**

Yoshifumi MIYAZAKI

G.Trédaniel, 2018

[SCI 613.1 MIY \(Réservez ce document\)](#)

Présentation des bains de forêt et de leurs bienfaits sur la santé et le bien-être. L'auteur explique l'origine du shinrin yoku, ainsi que la manière pour le pratiquer.

BIBLIOVOX



(Sur place ou à distance)

Consultez nos ressources numériques sur ce sujet

.....Retrouvez toute notre actualité sur le site de la Médiathèque  
.....et sur la page facebook de la médiathèque