

Extract of Médiathèque Jacques BAUMEL

<https://www.mediatheque-rueilmalmaison.fr/Bonne-Rentree>

Bonne Rentrée

- Les collections - Bibliographies - Sciences & Société - Société - Archives -



Publication date: mardi 19 septembre 2017

Description:

" Si on passait l'année entière en vacances, s'amuser serait aussi épuisant que travailler. "

Shakespeare

Copyright © Médiathèque Jacques BAUMEL - Tous droits réservés

Tout le monde n'a pas eu la chance de rater ses études : comment devenir libre, vivre à fond et réussir en dehors du système

Olivier ROLAND

Alisio, 2016

[ECO 650.1 ROL \(Réservez ce document\)](#)

Des pistes pour augmenter ses compétences et ses connaissances en se formant soi-même, des astuces pour accroître ses capacités de motivation et de concentration, ainsi que des exemples concrets et pratiques sur lesquels s'appuyer pour créer son entreprise, puis la gérer.

Tricothérapie : le tricot est le nouveau yoga

Flammarion, 2016

[LOI 746.43 PEA \(Réservez ce document\)](#)

Les créateurs de la marque Peace & Wool présentent trente modèles pour réaliser des tricots et se détendre en tricotant.

Zen classique, le coffret idéal : les 60 airs classiques relaxants que vous devez posséder

[MUS 543 ZEN \(Réservez ce document\)](#)

Ce coffret regroupe les airs les plus relaxants de la musique classique.

24h d'éco-gestes à la maison : agir au quotidien pour la planète

Bruno GENTY

Fleurus,2009

[NAT 363.7 GEN \(Réservez ce document\)](#)

Une réflexion sur les gestes et les alternatives écologiques à appliquer dans la vie quotidienne pour protéger la planète.

Oser toujours, céder parfois, renoncer jamais !

Peggy BOUCHET

Chêne, 2015

[PHI 158.1 BOU \(Réservez ce document\)](#)

Première femme à avoir réalisé une traversée de l'Atlantique à la rame, la navigatrice fait part de son expérience et explique comment elle a trouvé la motivation nécessaire pour réaliser ses rêves.

Ta deuxième vie commence quand tu comprends que tu n'en as qu'une

Raphaëlle GIORDANO

Audiolib, 2016

[GCE R GIO \[enr. sonore\] \(Réservez ce document\)](#)

Camille n'arrive pas à trouver le bonheur dans son existence bien réglée. Claude, "routinologue", va l'aider à sortir de sa morosité et à réinventer sa vie. (Premier roman)

Plaidoyer pour l'altruisme : la force de la bienveillance

Matthieu RICARD

Audiolib, 2014

[REL 294.3 RIC \[enr. sonore\] \(Réservez ce document\)](#)

Moine bouddhiste, Matthieu Ricard démontre les vertus de l'altruisme au quotidien. Se fondant sur ses lectures, ses expériences et sa réflexion, il souligne la nécessité de l'altruisme dans un monde de plus en plus interdépendant. Un essai sur la force de la bienveillance et le pouvoir de la transformation positive.

Happinez

Oracom, 2017

[Revue \(Réservez ce document\)](#)

Version française du magazine néerlandais Happinez : Féminin, Inspiration, Voyage, Rencontres, Art de vivre & Bien-être, Sagesse, Rendez-vous, Tribunes, le premier mindstyle magazine.

Méditer pour ne plus stresser : trouver la sérénité, une méthode pour se sentir bien

J. Mark WILLIAMS

Odile Jacob, 2014

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

Un guide pour apprendre à décompresser, prendre de la distance et se recentrer. Avec 1 CD audio

La France des solutions : ces citoyens qui bâtissent l'avenir

Reporters d'espoirs ; Jean-Louis ETIENNE

Arthaud, 2017

[SOC 303.4 REP \(Réservez ce document\)](#)

En marge des discours politiques, un témoignage d'initiatives économiques et sociales concrètes, menées par des entrepreneurs, des élus, des agriculteurs, des associatifs, des individus et des collectifs, couvrant des domaines aussi divers que le management en entreprise, la sauvegarde des emplois, l'innovation scientifique ou encore la protection du patrimoine naturel et culturel

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