CFPT
Centre de documentation

Semaine décloisonnée 2021
une bibliographie sélective

Livres

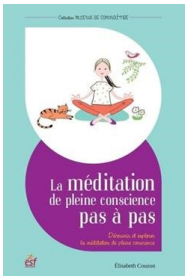
Bien gérer son temps : pour vivre mieux
Christine Mirabel-Sarron & Nayla Chidiac
Paris : O. Jacob, 2012. 269 p. (Guide pour s'aider soi-même)
ISBN 978-2-7381-2744-0

Résumé : Débordé, submergé, bousculé, asphyxié : le manque de temps est aujourd'hui devenu l'une des plus grandes sources de stress. Et cela ne concerne pas seulement nos vies professionnelles : nos temps de repos et de loisirs sont aussi touchés, nous n'avons plus le temps de faire tout ce que nous voudrions... Il existe pourtant des règles simples pour améliorer notre rapport au temps ; ce livre vous propose de les appliquer pour redevenir maître de vos journées ! Pour gagner en efficacité, bien sûr, mais aussi en sérénité et en qualité de vie. Et pour retrouver le goût délicieux du temps libre... Christine Mirabel-Sarron est psychiatre-praticien hospitalier à l'hôpital Sainte-Anne, à Paris, où elle est responsable de l'unité fonctionnelle de psychothérapies. Docteur en psychologie clinique et pathologique, ex-présidente de l'Association française de thérapies comportementales et cognitives et de la Société médico-psychologique, elle est l'auteur de La Dépression. Comment s'en sortir. Nayla Chidiac est docteur en psychologie clinique et pathologique, psychologue au centre hospitalier Sainte-Anne, à Paris, chargée de cours à l'EPP (Ecole des psychologues praticiens) et expert en stress et trauma (ONU).
159.92 MIR

L'art de gérer les conflits : guide pratique de gestion des conflits en famille, au travail, dans la rue
Olivier Maillot
Paris : Amphora, 2020. 176 p.
ISBN 978-2-7576-0435-9

Résumé : Mêlant une bonne méthodologie et une étude de cas concrets, « L'art de gérer les conflits » est le livre qui peut vous sortir d'un mauvais pas et vous aider à avancer dans votre vie personnelle ou professionnelle ! [Decitre.fr]
159.942 MAI

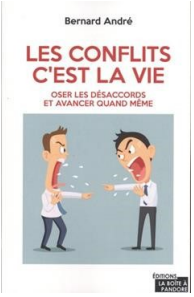
La méditation de pleine conscience pas à pas : découvrir et explorer la méditation de pleine conscience
Elisabeth Gordon
Issy-les-Moulineaux : ESF, 2018. 207 p. (Mieux se connaître)
ISBN 978-2-8104-2409-2



Résumé : Vous désirez commencer à méditer ? Ce livre est pour vous ! Cet ouvrage est une invitation à faire une pause en votre propre compagnie, à cultiver une présence attentive à vous-même et à savourer l'instant présent. Il va vous guider pas à pas et vous apprendre à méditer. Il répondra à toutes les questions que vous vous posez : Qu'est-ce que la

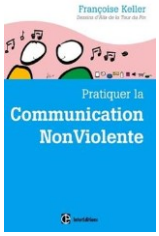
méditation ? Qu'est-ce que la pleine conscience ? Pourquoi méditer ? Comment pratiquer ? Par des explications, des mises en situation et des exercices, l'auteur vous livre un ouvrage « clés en main » pour vous éveiller à la pleine conscience. Grâce au CD de 12 méditations guidées, vous disposez d'un véritable professeur à domicile pour vous aider à pratiquer régulièrement la méditation et à bénéficier rapidement de ses bienfaits. [payot.ch]
159.966 COU

Les conflits c'est la vie : oser les désaccords et avancer quand même
Bernard André
Waterloo : La Boîte à Pandore, 2020. 300 p.
ISBN 978-2-87557-427-5



Résumé : Peut-on prévenir les conflits ? Faut-il prévenir les conflits ? Aussi surprenant que soit la réponse, elle est négative. En effet, vouloir les éviter ou les éliminer est non seulement impossible, mais cela conduirait très directement à la violence. Cet ouvrage vise non pas à empêcher les conflits, mais à les apprivoiser, à les traverser, tout en évitant de se faire happer par l'animosité qui, trop souvent, se rajoute au désaccord, conduisant à des affrontements pénibles et stériles. Ce livre se présente comme un manuel, visant d'une part à mieux comprendre ce qui se joue dans un conflit et, d'autre part, à développer des attitudes et des stratégies pour rester, dans la mesure du possible, à l'écart de la violence et construire et rester en lien avec autrui malgré les divergences. [4e de couv.]
302 AND

Pratiquer la communication non violente : passeport pour un monde où l'on ose se parler en sachant comment le dire
Françoise Keller
Malakoff : InterEditions, 2016. VI, 245 p.
ISBN 978-2-7296-1611-3



Résumé : La Communication Non Violente, mise au point par Mashall B Rosenberg, psychologue clinicien, propose un cadre simple et puissant pour développer des relations respectueuses des autres et de soi-même. Elle est dite «sans violence» car elle permet de débusquer toutes les violences cachées ou feutrées envers soi (se taire, ne pas oser s'exprimer, déguiser notre pensée) ou envers les autres. Communiquer de façon non violente ne veut pas donc pas dire devenir naïf, artificiel ou manipulatoire mais être vrai et prendre conscience de l'impact de nos paroles pour pouvoir exprimer tous nos ressentis ou opinions en tenant compte de cet impact sur nos interlocuteurs. Ce livre constitue un guide pratique pour s'approprier cette nouvelle posture relationnelle avec des dessins originaux de Alix de La Tour du Pin. [Payot]
302 KEL

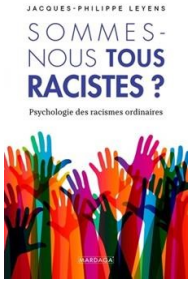
L'importance de la parole juste : pratiquer la communication non violente

Judith Hanson Lasater, Ike K. Lasater
[Paris] : Marabout, 2015. 191 p. (Poche Marabout)
ISBN 978-2-501-10017-5
Résumé : Vous est-il déjà arrivé de parler à quelqu'un et de vous dire ensuite que vous aviez été mal compris et que cela n'avait servi à rien ? Ou d'hésiter à demander ce dont vous aviez besoin de peur de déranger ? Judith et Ike Lasater, après avoir longuement étudié les principes du yoga et les préceptes du bouddhisme, ont du attendre de pratiquer les techniques de Communication NonViolente (CNV) de Marshall Rosenberg pour comprendre comment vivre le satya (le principe de vérité) et la parole juste. Ils nous proposent dans cet ouvrage d'apprendre à faire de la parole une pratique spirituelle en offrant et en acceptant la compassion - partout et tout le temps : à la maison, au travail ou ailleurs. A travers un récit très personnel mais aussi de nombreux exercices, le lecteur les suit à la découverte de la CNV et apprendra à : - être en empathie avec soi-même et avec les autres - distinguer sentiments et besoins - émettre des requêtes plutôt que des exigences - préférer la connexion au conflit - créer des solutions satisfaisantes pour tous. [4e de couv.]
302 LAS

5 jours pour (bien) parler en public : les secrets des médias enfin révélés !

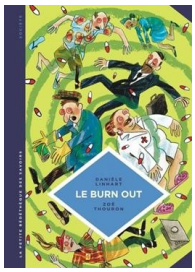
Lionel Rosso
Paris : Solar, 2019. 156 p.
ISBN 978-2-263-16145-2
Résumé : Homme de médias et coach, Lionel Rosso partage sa méthode pour bien s'exprimer en public. Accessible à tous, facile et rapide à apprendre, approuvée par les plus grandes chaînes de télévisions et de radios, cette méthode délivre toutes les astuces pour éviter les pièges de la prise de parole en public : gestion du stress, méthodes journalistiques, structure du discours, communication non verbale, gestion du temps, et bien d'autres ! [4e de couv.]
302 ROS

Sommes-nous tous racistes ? : psychologie des racismes ordinaires



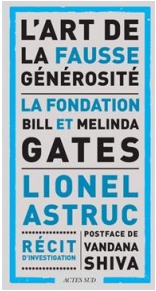
Jacques-Philippe Leyens
Wavre : Mardaga, 2020. 189 p.
ISBN 978-2-8047-0821-4
Résumé : Bien que notre société ait fortement évolué au cours des dernières décennies, le racisme reste aujourd'hui une thématique très actuelle. Sommes-nous, au final, tous racistes ? Selon cet ouvrage, la réponse est oui. Même s'il existe des degrés de racisme différents, il est essentiel de s'en rendre compte afin de pouvoir réellement combattre les discriminations raciales. À l'aide de différentes données scientifiques et de sa propre expérience, l'auteur vous montre ici quels sont les mécanismes fondamentaux du racisme et vous invite à une remise en question. [4e de couv.]
323.14 LEY

Le burn out : travailler à perdre la raison
textes Danièle Linhart, dessins & couleurs Zoé Thouron
Bruxelles : Le Lombard, 2019. 71 p. (La petite bédéthèque des savoirs : 28)
ISBN 978-2-8036-7303-2



Résumé : Pourquoi, alors que nous pensions que le travail était devenu bien moins pénible qu'aux siècles derniers, les burn out, les dépressions et même les suicides sur les lieux de travail se sont depuis généralisés et n'épargnent plus aucune société occidentale ? Danièle Linhart nous explique non sans humour les effets pervers des politiques managériales contemporaines qui précarisent les travailleurs, jusqu'à parfois les faire douter de leurs propres valeurs et légitimité. [4e de couv.]
331.4 LIN

L'art de la fausse générosité : la fondation Bill et Melinda Gates.récit d'investigation
Lionel Astruc
Arles : Actes sud, 2019. 123 p.
ISBN 978-2-330-11877-8



Résumé : Au début des années 2000, l'image de Bill Gates subit une métamorphose : cet emblème de l'accumulation de richesses devient, aux yeux des médias, le plus grand donateur planétaire, une icône de la générosité. Cette communication millimétrée cache une histoire effrayante et un mouvement qui se répand parmi les super-riches : le « philanthro-capitalisme ». Cette stratégie associe l'évitement fiscal et la fausse charité et transforme la fortune de quelques milliardaires en pouvoir. Ils empiètent sur le rôle des États et menacent la démocratie. La Fondation Gates incarne ce charity business. Elle est au centre d'un montage au service de multinationales nocives pour l'environnement, la santé et la justice sociale. Ce récit d'investigation en apporte la démonstration en suivant, depuis leur source, les flux financiers qui alimentent des actions dites « caritatives ». Le long de ce fleuve obscur, chacun des affluents apporte son lot de paradis fiscaux, de conflits d'intérêts, de pratiques illicites et finalement d'emprise sur des enjeux vitaux. Le trust de la Fondation Gates finance les OGM, l'armement, les énergies fossiles, la grande distribution et les laboratoires pharmaceutiques. L'ensemble sert la vision de Bill Gates. Il voue un culte à la technologie comme solution à la crise écologique, nourrit une obsession pour les vaccins et méprise l'agroécologie et les médecines naturelles. Sachons distinguer, derrière ce savant Mécano financier, sa simplicité : il nom dépossède de ressources et de pouvoirs qui nous appartiennent. Que l'État cesse de se plier aux pratiques d'une poignée de multimilliardaires et protège enfin les citoyens et la planète. [4e de couv.]
341.232 AST

Des mots qui volent comme des oiseaux : lettres et témoignages des prisons du monde
rassemblés par Cécile Rolin
Bruxelles : L. Pire, 1999. 264, XII p.
ISBN 2-930240-75-X
343.8 ROL

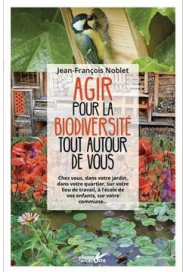
Faire ses produits d'entretien pour une maison plus saine
Philippe Chavanne
Paris : First, 2019. 159 p.
ISBN 978-2-412-04634-0

Résumé : La grande majorité des produits d'entretien du commerce contiennent des substances chimiques polluantes et non adaptées à l'organisme, donc potentiellement nocives pour votre santé et l'environnement. Pour assainir votre maison sans risque, découvrez dans ce petit livre près de 150 recettes pour fabriquer vos propres produits : lessive, liquide vaisselle, dégraissant, nettoyant pour le parquet, savon de ménage, shampoing pour tapis, produit à vitres, détartrant... de la cuisine au salon en passant par la salle de bain, nettoyez votre intérieur à l'aide d'ingrédients naturels, économiques et écologiques ! [payot.ch]
366 CHA

Fabriquer sa lessive, son dentifrice, son shampoing, ses produits d'entretien…
Régine Quéva
Paris : Larousse, 2018. 127 p.
ISBN 978-2-03-594633-1

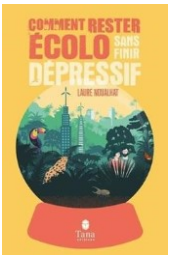
Résumé : Perturbateurs endocriniens, tensioactifs polluants et irritants, gaz toxiques… Les scandales s'enchaînent à propos de nos produits ménagers et de nos cosmétiques habituels. La solution est là : faites vous-mêmes vos produits naturels ! Régine Quéva a mis au point plus de 50 recettes simples, rapides et efficaces pour tous les instants de la vie quotidienne : – Cosmétiques et soins du corps : dentifrice, déodorant, gel douche, savon, shampoing, crème de jour, liniment, démaquillant… – Produits ménagers : lessive, détachant, liquide vaisselle, produit pour lave-vaisselle, produit pour faire les vitres, désinfectant, crème à récurer, produit pour laver le sol… – Pour nos compagnons à quatre-pattes : antipuces, vermifuge, shampoing… – Jardin ou terrasse : désherbant, insecticide, fongicide, pommade cicatrisante… – Voiture : lave-glace, lustrant… À chaque fois, des ingrédients simples et faciles à trouver (bicarbonate de soude, argile, vinaigre blanc, savon noir, huiles essentielles…). Résultat : des économies réalisées, une santé préservée, et moins de pollution ! [4e de couv.]
366 QUE

Agir pour la biodiversité tout autour de vous : chez vous, dans votre jardin, dans votre quartier, sur votre lieu de travail, à l'école de vos enfants, sur votre commune...



Jean-François Noblet
Toulouse : Plume de carotte, 2019. 167 p.
ISBN 978-2-36672-178-2
Résumé : Oui, la biodiversité nous concerne tous ! Et oui, nous pouvons être des acteurs efficaces à bien des niveaux : chez nous, bien sûr, dans notre maison ou notre jardin, mais aussi, en tant que citoyens, dans notre rue et notre quartier, dans l'école de nos enfants ou l'entreprise dans laquelle nous travaillons, dans les hôpitaux, sur les parkings et les routes, au coeur des espaces verts, des forêts et des rivières de notre commune... Ce livre, fruit d'une grande et longue expérience de terrain et d'expérimentations réussies, est l'outil indispensable pour tous ceux qui veulent agir concrètement tout autour d'eux, avec l'ensemble des acteurs de la vie locale, et convaincre un élu, un agent communal, un directeur d'école ou un responsable d'entreprise de l'impérieuse nécessité de tenir compte, chaque jour, de la biodiversité. [4e de couv.]
574 NOB

Comment rester écolo sans finir dépressif



Laure Noualhat
Paris : Tana, 2020. 249 p.
ISBN 979-1-03-010320-5
Résumé : Ca y est ! Tout le monde l'adore et tout le monde s'en revendique : l'écologie. La société entière semble mûre pour devenir verte ! A un détail près : devenir écolo, c'est basculer dans les affres du doute et des drames. Les limites sont atteintes, les espèces disparaissent sous nos yeux ébahis, notre ciel fait des siennes, notre cadre de vie change à vue d'oeil... L'écologie est le royaume de la mauvaise nouvelle, et notre météo intérieure n'y est plus au beau fixe. On appelle cela l'éco-anxiété, la solastalgie, la dépression verte, le burn out bio. Les premiers à avoir dégusté sont les scientifiques scrutant les atermoiements de Gaïa, et dans leur foulée les journalistes environnementaux et les militants d'ONG, qui ont alerté sans relâche. Une question nous tenaille : quel est leur secret pour rester debout ? Peuvent-ils nous montrer une voie, celle de la résilience, de l'acceptation, de la marche vers un avenir moins naïf et plus juste ? A partir de son expérience personnelle de journaliste environnementale, Laure Noualhat va partir à la rencontre de congénères atteints, eux aussi, par l'écodépression, qui lui confieront de quelle façon ils ont remonté la pente, forgé leur salut et retrouvé leur confiance en l'avenir. Ce livre vous propose d'embarquer pour un voyage qui mène de la sidération à la résilience, au fil de pistes et d'outils pour aller mieux, en naviguant à votre rythme d'une étape à l'autre. Parce que, comme on dit chez les Kennedy, on ne va pas se laisser abattre ! [4e de couv.]
574 NOU

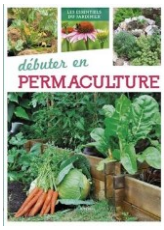
Nous sommes ce que nous mangeons
Jane Goodall, Gary McAvoy, Gail Hudson
Arles : Actes sud, 2012. 379 p. (Babel : 1109)
ISBN 978-2-330-00649-5

Résumé : Les ressources naturelles à la base de l'alimentation de l'homme et des animaux sont gravement menacées : déforestation, surexploitation des sols, élevage intensif, pollution des océans. C'est en constatant que ces problèmes sont liés au mode de vie adopté par les grands pays industrialisés que la primatologue Jane Goodall a commencé à s'intéresser de près à la nourriture des hommes - une nourriture de plus en plus dénaturée.
Face à de tels enjeux, le Dr Jane Goodall apporte des réponses immédiates, qui s'inscrivent dans une démarche globale de protection de la biodiversité, d'aide à la gestion durable et équitable des ressources. Au-delà d'une synthèse des grandes questions alimentaires d'aujourd'hui, ce livre engagé d'une remarquable clarté propose des éléments concrets aux consommateurs qui veulent se réapproprier la liberté de bien se nourrir.
613.2 GOO

Mon balcon en permaculture : légumes, fruits, aromatiques, plantes sauvages comestibles...
texte et photographies Hervé Chabert
Mens : Terre vivante, 2019. 130 p. (Facile & bio)
ISBN 978-2-36098-390-2

Résumé : Comment transformer son balcon en jardin productif et plein de vie ? Hervé Chabert a organisé le sien en prenant en compte tous les éléments intervenant dans l'écosystème que l'on cherche à recréer : gestion de l'eau, de la lumière, de la chaleur, contrôle du vent, des déchets, accueil de la biodiversité... Tous les grands principes de la permaculture sont présents concentrés sur 10 m2, démontrant que, moins que la surface, c'est l'organisation et la prise en considération des différentes interactions du milieu qui comptent. Se lancer, se faire plaisir et oser suivre ses intuitions sont ses principaux conseils, accompagnés bien sûr de tous les enseignements tirés de sa propre expérience pour bien choisir son substrat et ses contenants, semer ou rempoter correctement, identifier les meilleurs emplacements et la meilleure exposition, créer des microclimats, optimiser les volumes, entretenir ses plantations, observer les consignes de sécurité... Au final, il nous prouve qu'un balcon ou une terrasse magnifiques, emplis de plantes sauvages comestibles, de fruits et de légumes délicieux, de plantes aromatiques et médicinales précieuses, d'abeilles butineuses, avec une pergola sur laquelle grimpent vignes et jasmins, baignant dans les effluves délicieuses des plantes à parfum... sont à la portée de tous ! [4e de couv.]
631 CHA

Débuter en permaculture
Chamalières : Artémis, 2018. 127 p. (Les essentiels du jardinier)
ISBN 978-2-8160-1257-6



Résumé : Jardiner en permaculture, c'est utiliser toutes les ressources naturelles mises à notre disposition pour favoriser le développement d'écosystèmes autonomes et pérennes. Ce guide explique simplement les grands principes de la permaculture pour une mise en oeuvre immédiate : recyclage des déchets et de l'eau, cultures associées, couvertures végétales, etc. Les plantes nourricières à privilégier en permaculture (légumes, fruits, plantes aromatiques). [Payot.ch]
631 DEB

Pâtisserie naturelle : les recettes d'une pâtissière naturopathe
Jennifer Hart-Smith
Vanves : Marabout191 p.
ISBN 978-2-501-14244-1

Résumé : Halte aux aliments ultra-transformés et mauvais pour la santé ! Ce livre vous explique comment choisir les ingrédients les plus sains et respectueux de l'organisme, en privilégiant les aliments complets et non transformés, les produits locaux, frais et de saison. Petits biscuits, brioches, tartes, gâteaux de fête, classiques de la pâtisserie française revisités. Préparez des gâteaux délicieux pour faire plaisir aux petits et aux grands. Naturopathe et patissière, Jennifer Hart-Smith a créé une gamme de biscuits personnalisés à base de farines alternatives, les Tookies. [4e de couv.]
641 HAR

Ma déco #hand made : avec du fil, de la laine et du tissu, créez plus de 60 projets
Emilie Guelpa, Julie Robert
Vanves : Marabout, 2020. 263 p. (Décoration)
ISBN 978-2-501-15692-9

Résumé : Plus de 60 projets pour des guirlandes, des coussins, des plaids, des tableaux mais aussi des nappes, des poufs et des couvertures ! Des explications simples et pratiques pour toutes les techniques abordées… tissage, punch needle, broderie, couture, point noués… toutes les techniques tendances actuellement. [Marabout]
700.05 GUE

Mobilier design en moins de 1 heure : + de 20 projets :lampes, miroirs, petites tables et autres meubles
Pierre Lota créations & photographies
Vanves : Marabout, 2020. 127 p. (Décoration)
ISBN 978-2-501-14868-9

Résumé : 1 objet, un peu de temps mais pas trop… 4 outils (une perceuse, une scie, un marteau et une pince), c'est tout ce qu'il faut pour créer un objet design, intemporel et utile. 25 créations faciles à réaliser, pratiques

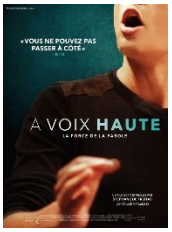
et ludiques avec des conseils et des astuces de « pro » pour fabriquer des objets et réutiliser des objets qui allaient partir à la poubelle ou aux encombrants ! [Marabout.com]
700.05 LOT

Ateliers écriture créative
Pierre Olivier
Issy-les-Moulineaux : ESF, 2020. 127 p.
ISBN 978-2-8104-2941-7

Résumé : Vous aimez les mots et avez envie de vous détendre ? Vous souhaitez vous lancer dans l'aventure de l'écriture ? Mais vous ne savez pas comment vous y prendre ni comment aborder la page blanche ou rendre votre écriture plus créative ? Ces ateliers sont faits pour vous ! Ils consistent en une soixantaine d'exercices à la carte, de 10, 20 ou 60 minutes, pour commencer à lâcher les mots sur le papier, prendre plaisir à jouer avec l'écriture et, pourquoi pas, se lancer dans la rédaction de petits textes, de ses mémoires, d'un scénario ou d'un projet de plus longue haleine. Riches de nombreux encadrés explicatifs et d'exemples littéraires accessibles, ces ateliers vous permettront surtout de vous détendre, d'explorer le plaisir de créer, de vous exprimer, de trouver votre « voix » et, au final, de mieux vous connaître. [4e de couv.]
804 BON

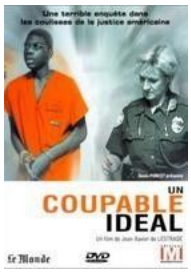
DVD

A voix haute : la force de la parole
un film écrit et réal. par Stéphane de Freitas
[Boulogne-Billancourt] : TF1 vidéo, cop. 2017. 1 DVD-Vidéo



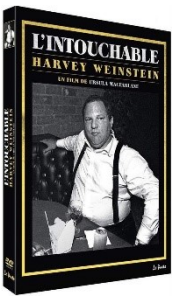
Résumé : Dans le cadre du concours Eloquentia organisé par leur Université, des étudiants de Saint-Denis apprennent à s'exprimer par le biais du plaidoyer mais aussi du théâtre, de la poésie et du chant. L'art de la rhétorique s'ouvre à eux, et avec lui celui de l'écoute, de l'affirmation de ses opinions et de la confiance en soi. Le portrait d'une jeunesse déterminée à prendre sa place et à se faire entendre, loin des préjugés sur la banlieue. [Boîtier]
302 A

Un coupable idéal
un film de Jean-Xavier de Lestrade
Paris : Montparnasse, cop. 2002. 1 DVD-VIDEO (111 min.)



Résumé : Floride, 7 mai 2000. Mary Ann Stephens est abattue d'une balle dans la tête sous les yeux de son mari. Deux heures plus tard, B. Butler, 15 ans, est arrêté. M. Stephens l'identifie. Brenton Butler signe des aveux. Tout le monde, enquêteurs et journalistes, est prêt à condamner ce coupable idéal, sauf son avocat P. Mc Guinness. En reprenant l'enquête, il découvre des éléments troublants qui peuvent remettre en cause les conclusions de la police....
343.1 COU

L'intouchable Harvey Weinstein
un film de Ursula Macfarlane
Paris : Le pacte, 2019. 1 DVD-Vidéo (100 min)

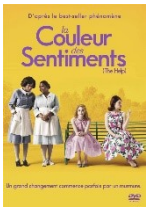


Résumé : Une plongée au coeur de la saga la plus explosive de l'histoire du cinéma : L'Intouchable raconte l'histoire de l'ascension et de la chute du magnat d'Hollywood Harvey Weinstein. Comment il a acquis et préservé sa toute-puissance au fil des décennies, même quand le scandale menaçait. D'anciens collaborateurs et plusieurs de ses accusatrices décrivent son mode opératoire, ainsi que les conséquences de ses abus sexuels pRésumés, dans l'espoir que justice soit faite et que les choses bougent enfin… [Boîtier]
343.4 INT

Blackkklansman : j'ai infiltré le Ku Klux Klan
un film de Spike Lee
[Boulogne Billancourt] : Universal Pictures Vidéo (France), cop. 2018. 1 DVD-Vidéo (140 min)

Résumé : Blakkklansman-j'ai infiltré le Ku Klux Klan est un film incendiaire inspiré de la vie de Ron Stallworth, le premier officier de police afro-américain à avoir infiltré le Ku Klux Klan. Contre toute attente, l'agent Stallworth et son partenaire Flip Zimmerman vont infiltrer les plus hautes sphères du Klan, afin de l'empêcher de prendre le contrôle d'une petite ville du Colorado. [Boîtier]
791 BLA

La couleur des sentiments
écrit pour l'écran et réal. par Tate Taylor
[S.l.] : Dreamworks LLC, cop. 2012. 1 DVD-Vidéo (140 min)



Résumé : La couleur des sentiments raconte l'histoire de trois femmes du Mississippi dans les années 60. Skeeter, jeune journaliste de retour dans sa ville natale, décide de donner la parole à deux domestiques noires de la petite ville de Jackson afin de faire exploser toutes les règles de la société ségrégationniste jusque-là très présentes. Tout en racontant leurs expériences de femme noire travaillant dans une famille blanche, elles vont lier une très forte amitié, qui va leur donner le courage de dépasser les limites qui régissent leur existence, et les amener à prendre conscience que les frontières sont faites pour être franchies. Pour cela, elles iront jusqu'à mettre toute la ville face au vent du changement. (4e de couv.)
791 COU

12 [twelve] angry men
dir. by Sidney Lumet
[S.l.] : MGM Home entertainment, cop. 2006. 1 DVD-VIDEO (92 min) (Studio classics)

Résumé : Un jeune homme d'origine modeste est accusé du meurtre de son père et risque la peine de mort. Le jury composé de douze hommes se retire pour délibérer et procède immédiatement à un vote : onze votent coupable, or la décision doit être prise à l'unanimité. Le juré qui a voté non-coupable, sommé de se justifier, explique qu'il a un doute et que la vie d'un homme mérite quelques heures de discussion. Il s'emploie alors à les convaincre un par un.
791 DOU

La femme au tableau
dir. by Simon Curtis
Paris : M6 Vidéo, 2015. 1 DVD-Vidéo (104 min)

Résumé : Lorsqu'il fait la connaissance de Maria Altmann, un jeune avocat de Los Angeles est loin de se douter de ce qui l'attend... Cette septuagénaire excentrique lui confie une mission des plus sidérantes : l'aider à récupérer l'un des plus célèbres tableaux de Gustav Klimt, exposé dans le plus grand musée d'Autriche, dont elle assure que celui-ci appartenait à sa famille ! D'abord sceptique, le jeune avocat se laisse convaincre par cette attachante vieille dame tandis que celle-ci lui raconte sa jeunesse tourmentée, l'invasion nazi, la spoliation des tableaux de sa famille, jusqu'à sa fuite aux Etats-Unis. Mais l'Autriche n'entend évidemment pas rendre la « Joconde autrichienne » à sa propriétaire légitime... Faute de recours, ils décident d'intenter un procès au gouvernement autrichien pour faire valoir leur droit et prendre une revanche sur l'Histoire. [Boîtier]
791 FEM

Sully
produit et réalisé par Clint Eastwood
[Burbank] : Warner Bros Entertainment Inc., cop. 2017. 1 DVD-Vidéo (ca 111 min.)

Résumé : Le 15 janvier 2009, le commandant Chesley « Sully » Sullenberger (Tom Hanks) et son copilote (Aaron Eckhart) effectuent un vol de routine qui tourne vite au cauchemar. Quand Sully réussit à poser son avion endommagé sur le fleuve Hudson, sauvant ainsi les 155 personnes à bord, il est salué par l'opinion publique et les médias pour son exploit inédit dans l'histoire de l'aviation. Cependant une enquête est ouverte, menaçant de détruire la réputation et la carrière du pilote. [Boîtier]
791 SUL

Ressources électroniques

Le stress numérique
écrit et réal. par Carsten Schollmann, Barbara Petermann, Stefan Venator
[Frankfurt am Main] : HR, cop. 2018. 26 min (Xenius)
Résumé : Connectés en permanence, l'homme moderne et son cerveau sont confrontés à d'importantes sollicitations. Comment gérer le stress numérique ? À quel moment la ligne rouge est-elle franchie ? Tour d'horizon des stratégies les plus efficaces pour préserver nos cellules grises. [arte.tv]

Ku Klux Klan : une histoire américaine
écrit et réal. par David Korn-Brzoza
[Paris] : Roche prod., cop. 2020. 112 min (Histoire vivante)
Résumé : Fondé en 1865 dans une petite ville du Tennessee, le Ku Klux Klan a traversé les décennies et a toujours su renaître de ses cendres. Son histoire a défrayé la chronique durant plus de 150 ans. 150 ans de haine, de racisme et d'horreur. Une histoire cruelle dont les démons hantent toujours l'Amérique.
1. En 1865, une poignée de vétérans sudistes de la guerre de Sécession fonde une société secrète : le Ku Klux Klan. Très vite, le Klan fait régner la terreur parmi les Noirs récemment affranchis. Meurtres et lynchages se multiplient. A Washington, le Congrès lance l'offensive contre l'empire invisible, qui est officiellement détruit en 1872. Le Ku Klux Klan renaît en 1915 grâce au film Naissance d'une nation de David W. Griffith. Sous l'impulsion de ses leaders, il s'adapte à une Amérique en pleine mutation et élargit son commerce de haine. Le KKK devient anti-immigrant, anti-urbain, anticommuniste, antisémite, et anticatholique... Près de quatre millions d'Américains rejoignent ce qui est devenu une organisation de masse au lobbying très influent. Mais à la fin des années 20, scandales et crise économique affaiblissent le mouvement, qui finit par disparaître après la Seconde Guerre mondiale.
2. Confronté au mouvement des droits civiques, le Ku Klux Klan est de nouveau en ordre de marche dans le Sud des États-Unis. Avec la complicité des autorités locales, les partisans de la suprématie blanche se déchaînent dans les années 1960 : attentat contre l'église de Birmingham, assassinats de militants des droits civiques. Leurs crimes choquent l'opinion publique. Sous la pression politique, le FBI passe à l'offensive. Résultat : dans les années 70, le Klan ne compte plus que quelques milliers d'adhérents. Un nouveau leader, David Duke, tente un temps de lui donner une forme de respectabilité, mais la

terreur fait toujours partie de l'ADN de l'organisation. Peu à peu, les Klansmen troquent leurs cagoules contre des treillis et des tatouages à croix gammées... Aujourd'hui le Klan et d'autres groupes suprémacistes gonflent à nouveau leurs rangs dans l'Amérique de Donald Trump. [rtsmedias.ch]

Climat : tous manipulés ?
de Mads Ellesøe
[Genève ; Lausanne ; Zurich] : RTS Radio Télévision Suisse, cop. 2020. 52 min (Sur les docs)
Résumé : En 1988, les premiers scientifiques affirment que l'augmentation des émissions de CO2 conduira au réchauffement climatique. Ils arrivent à convaincre les dirigeants du monde entier. Pourtant, de pseudos experts viennent rapidement déclarer le contraire. Qui sont-ils ? Qui les finance ? Quels intérêts cherchent-ils à protéger ? En 1988, le monde se préparait à agir contre le changement climatique. Mais quelque chose s'est produit. Quelque chose qui a conduit à la crise climatique que le monde a réveillée aujourd'hui. Les plus grandes compagnies pétrolières de la planète ont été parmi les premières à détecter le réchauffement climatique, mais au lieu d'agir, elles ont lancé une campagne qui, pendant trente ans, a fait dérailler la lutte contre le changement climatique. « Climat : tous manipulés » est une enquête qui révèle la façon dont l'industrie pétrolière a fait campagne, pendant plus d'une décennie, dans le but de manipuler la perception du public sur le changement climatique. On apprend qu'elle a licencié ses scientifiques internes et engagé les mêmes personnes qui ont conduit avec succès l'industrie du tabac à propager le doute sur les dangers du tabagisme. Et aussi, comment ces mêmes compagnies pétrolières se présentent aujourd'hui comme des pionnières de l'écologie, alors qu'elles font le contraire - environ 95 % des investissements réalisés dans les nouvelles énergies servent à extraire davantage de combustibles fossiles, ce qui continue à alimenter le réchauffement climatique. C'est l'histoire d'un lobby, un petit groupe d'hommes puissant, qui a, pour toujours, affecté l'avenir de l'humanité. Et qui continue de le faire aujourd'hui. [rtsmedias.ch]