



RENCONTRE AVEC BERNARD PUSSET

Maire de Rahon et Vice-président
de la commission Animations,
culture et communication

LU ET APPROUVÉ

Pieds libres :
Un récit d'aventure,
de la jurassienne
Caroline Moireaux

JuMEL

Une rentrée placée sous
le signe du bien-être

NUMÉRIQUE

Le vocabulaire
livresque sur les
réseaux sociaux

2024 - SEMESTRIEL

ÉDITO

Cataloguer, équiper, prêter, ranger, réserver, rechercher... représentent le quotidien du service mais l'usager reste au cœur des préoccupations de la pratique. Et la médiathèque en est bien consciente comme vous le verrez dans ce 7e numéro de Média Plaine.

Toujours se renouveler en développant de nouvelles collections attrayantes : jeux de société et puzzles, young adult, romans graphiques, contes interdits... Toujours mieux servir les lecteurs avec notamment des collections adaptées, du portage à domicile, des navettes documentaires pour permettre encore plus de choix... Toujours divertir ses usagers en lui proposant un programme culturel riche et varié mais aussi prendre soin de son public en lui proposant une rentrée sous le signe du bien-être et en l'éclairant en décryptant les nouvelles pratiques numériques autour du livre.

Bonne lecture !



Bernard PUSSET
Vice-président de la
commission animations,
culture et communication

SOMMAIRE



Quoi de neuf ?

p.3

Lu et approuvé	p.3
Young adult	p.5
Romans graphiques	p.6
Loisirs créatifs	p.7
Jeux	p.8
Playlist	p.9
Soirée ciné à la maison	p.10



Trucs et astuces

p.11



En coulisses

p.12



Rencontre avec ...

p.14



JuMEL

p.15



Numérique

p.17



Agenda

p.18



Jeux

p.19

Directeur de la publication : Christian LAGALICE, Président de la CCPJ

Tiré à 300 exemplaires

Réalisation : Médiathèque André Besson et Service communication de la CCPJ

Impression : ABM Graphic / Distribution : Médiathèque André Besson

Crédits photos : Copyright Electre, Service communication de la CCPJ, Freepik

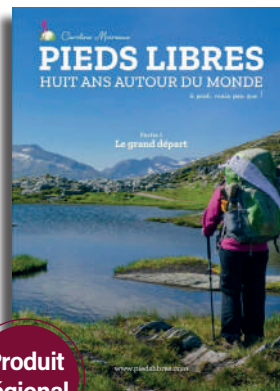
Dépôt légal à parution

Pieds libres - Caroline Moireaux

ADULTE

En juin 2011, la jurassienne Caroline Moireaux se lance dans un tour du monde qui durera 8 ans : plus de 53 000 km à travers trente pays. En 2023, elle décide de relater par écrit son périple afin de partager cette aventure. Dans ce premier tome, elle raconte la préparation de son voyage, ses bivouacs improvisés, son quotidien riche de rencontres et d'anecdotes, ainsi que ses prises de conscience, du Jura à l'Azerbaïdjan.

> Une lecture idéale pour poursuivre la rencontre avec Caroline Moireaux organisée par la médiathèque le 14 mai dernier !



Produit régional

Récit d'aventure



Policier

Le chant maléfique - Le bureau des affaires occultes - Eric Fouassier

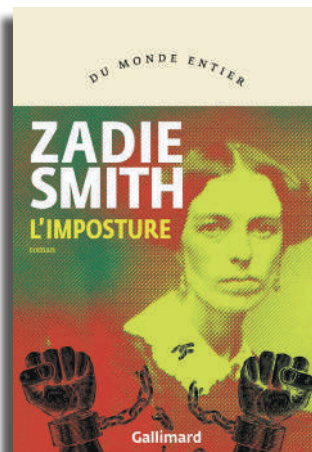
« Quelle créature funeste hante le bocage vendéen ? Que signifie ce chant maléfique qui retentit la nuit pour annoncer de singuliers trépas ? Les victimes étant des légitimistes, certains y voient la main des espions de Louis-Philippe qui cherchent à empêcher le retour de la branche aînée des Bourbons sur le trône de France. D'autres évoquent l'aloubi, ce passeur du diable qui glisse sur les marais dans sa barque de brume, à moins qu'il ne s'agisse d'une malédiction venue d'au-delà des mers, dont les exécutants seraient les adorateurs d'une mystérieuse déesse... Rumeur ou réalité ? Qui croire ? [...] Une nouvelle enquête de l'inspecteur Valentin Verne, le génial créateur du Bureau des affaires occultes, où la science flirte avec le vice et le crime. »

L'imposture - Zadie Smith

« Eliza Touchet est loin d'être une femme ordinaire dans l'Angleterre victorienne de la fin du XIXe siècle. Non seulement, après avoir perdu son mari, elle vit en concubinage à peine masqué avec son cousin par alliance [...] mais elle est aussi farouchement indépendante et politisée.

Abolitionniste de la première heure, Eliza s'enthousiasme pour un intrigant procès qui déchaîne les passions à Londres... [...]»

> Un roman historique aux résonances très actuelles.



Roman historique

Le royaume d'Arthur

Mona Dorechen et Emeline Degueurce

JEUNESSE



Roman jeunesse

« Tantôt roi, tantôt petit garçon, Arthur explore tous les recoins de son imagination, ce qui n'est pas du goût de tout le monde ! Heureusement, il pourra compter sur l'arrivée d'une nouvelle amie pour l'accompagner dans ses aventures ! Malgré cela, Arthur devra trouver au plus profond de lui, toute la force nécessaire pour l'aider à surmonter sa première vraie bataille. »

L'auteure nous emmène dans la vie d'Arthur et son petit monde grâce à une plume bienveillante, à un style simple et fluide mais au vocabulaire riche. Cette histoire aborde des thèmes tels que l'imagination, la solitude, l'amitié, la résignation, le divorce, les moqueries à l'école mais d'une manière douce et rassurante.

> Un petit roman qui peut aider les enfants vivant ce genre de situation.

Roman ado

Ballade pour une baleine - Lynne Kelly

« Sourde de naissance, Iris, 13 ans, s'identifie à Blue 55, une baleine incapable de communiquer avec les siens. Iris entraîne sa grand-mère jusqu'en Alaska pour la rencontrer. Un voyage fait de découvertes et de générosité. Une renaissance. » Cette histoire tendre et touchante parle de l'adolescence, du handicap, de l'isolement, des différences, de l'acceptation de soi, des liens familiaux, d'amitié, mais aussi d'écologie et d'avancées scientifiques.

> Un petit roman d'aventure qui fait du bien !



Coup de



Yuzu, la petite vétérinaire - Mingo Ito

« La clinique vétérinaire Miawouf a une nouvelle assistante ! Suite à l'hospitalisation de sa mère, la petite Yuzu va devoir vivre un moment avec son oncle qui travaille comme vétérinaire. Seul problème : la jeune fille n'est pas très à l'aise avec les animaux ! Cependant, au fil des rencontres avec ses nouveaux patients, Yuzu va se découvrir un talent pour comprendre le cœur de ces petites bêtes, et apprendre également beaucoup à leur contact... »

> Un manga au dessin kawaiï et aux histoires émouvantes, à partir de 8-9 ans, série en 7 volumes.



Fourth Wing - Rebecca Yarros



Romantasy

Coup de



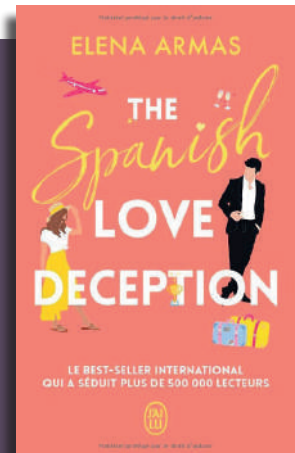
Devenir cavalière et dresseuse de dragons ? Ce n'est pas l'avenir qu'envisageait Violet Sorrengail. Elle qui s'imaginait intégrer le quadrant des Scribes et mener une vie tranquille parmi les livres, se voit forcer, par sa mère la Générale, d'intégrer les épreuves de sélection pour devenir dragonnière. Petite, aux os si fragiles qu'ils peuvent se briser en un instant, Violet n'est clairement pas la candidate idéale.... car tout le monde le sait, les dragons ne se lient pas aux humains «fragiles», ils les brûlent ! Cependant, Violet est rapide et rusée. Elle n'hésitera pas à tout mettre en œuvre pour survivre à cette compétition qui n'a que deux issues : passer toutes les épreuves ou mourir. Et elle ne laissera certainement pas Xaden, son chef d'aile, perturber ses plans !

> Devenu très rapidement best-seller, Fourth Wing est un incontournable de la romantasy !

Romance

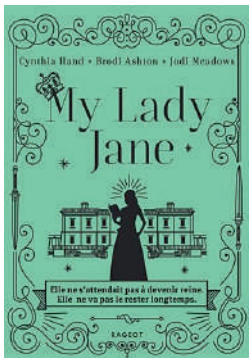
The spanish love deception - Elena Armas

Catalina Martín est dans l'impasse. Elle a promis à toute sa famille en Espagne, de venir accompagnée de son petit-ami américain au mariage de sa sœur, auquel son ex et sa fiancée seront présents. Le problème ? Elle n'a pas de petit ami ! Les semaines passent et Catalina désespère. Elle ne trouve pas de candidat au poste de faux petit ami. Jusqu'au jour où son collègue, Aaron Blackford (grand, beau et froid comme l'hiver...), se propose de tenir le rôle. Catalina préférerait mourir plutôt que passer un week-end avec ce type. Mais a-t-elle vraiment le choix ?



> Une romance toute douce qui réunit humour, tension et voyage en Espagne !

My Lady Jane - Cynthia Hand, Jodi Meadows et Brodi Ashton



Romantasy

Alors que le roi d'Angleterre est mourant, sa cousine Jane est promise à un mariage arrangé avec un homme dont la réputation de coureur de jupons n'est plus un secret. Alors qu'en réalité, Gifford son futur époux est un Edian, un être capable de se transformer en animal. Homme le jour, cheval la nuit, Jane n'est pas au bout de ses peines. Mais afin de sauver l'Angleterre, ils n'auront d'autre choix que de s'allier...

> Cette réécriture de Lady Jane Grey offre une fantasy très originale mélangeant humour et faits historiques. Ce roman a été adapté en série.

Il est où le patron ? - Chroniques de paysannes Maud Bénézit & les paysannes en polaire

Dans ce roman graphique, nous suivons trois femmes paysannes au fils d'une saison agricole, aux parcours bien différents : Jo est une jeune diplômée qui s'installe pour reprendre une ferme caprine, Anouk à quitter la ville cinq ans auparavant pour devenir apicultrice en campagne et Coline, mariée, mère de deux enfants et originaire du village a repris la ferme et les brebis laitières de ses parents. Toutes trois confrontées au sexisme ambiant et aux difficultés de la vie agricole, elles se lieront d'amitiés et n'hésiteront pas à s'entraider.

> Cinq paysannes d'Ardèche et du Briançonnais racontent, à travers ce roman graphique, leur quotidien à la ferme et brisent les clichés présents dans le monde agricole.



Roman graphique



Roman graphique

Putain de chat - Lapuss'

Lapuss' c'est inspiré de son propre chat et de ses propres expériences pour dessiner ce roman graphique et révéler le véritable visage des chats. Vous pensiez qu'ils étaient mignons, joueurs, demandeurs de caresses avec un brin de malice ? Il n'en est rien ! Pour eux vous n'êtes qu'un esclave humain et seul votre malheur les intéresse.

> Entrez dans la tête des chats et suivez-les dans leurs aventures comiques, mordantes, sarcastiques et parfois (mais très rarement) tendres !

#coupleparfait ... ou pas ! Juliette Mercier

Alors que l'on retrouve partout sur les réseaux sociaux le hashtag #coupleparfait, Juliette Mercier casse les stéréotypes et nous présente, avec des personnages 100% inspirés de la vie réelle, le quotidien imparfait des couples. Avec humour, elle aborde les problématiques rencontrés par les couples : orientation sexuelle, patriarcat, éducation, tolérance... Elle nous réconcilie avec notre propre façon d'aimer avec des situations dans lesquelles il est impossible de ne pas se reconnaître.

> A travers ce roman graphique, découvrez les VRAIES relations amoureuses de la VRAIE vie.



Roman graphique

Je répare mes vêtements Emilie Pouillot-Ferrand



Documentaire adulte

Avec ce livre, plus besoin de jeter son pantalon préféré à cause d'un trou ! L'autrice présente cinq techniques de raccommodage : le patchwork, la broderie traditionnelle, l'art japonais du sashiko, le reprisage et le rapiéçage. Et tout ça, sans machine ! Les explications sont illustrées avec des images pas à pas. De quoi offrir une seconde vie à vos vêtements !

Documentaire adulte

Je fabrique mes propres bracelets tibétains ! Anne Loiseaux

Lapis-lazuli, quartz rose, améthyste, ... Ce guide complet permet de bien choisir ses pierres en fonction de leurs bienfaits avant de créer son propre bracelet tibétain. Les techniques de bases sont illustrées et les indications détaillées permettent de fabriquer dix modèles différents de bracelets.



Mes petites attentions

À la recherche d'une idée de cadeau fait-main ? Ce livre propose 43 idées cadeaux à réaliser soi-même pour offrir des créations originales et personnalisées : bijoux, objets usuels et décoratifs, accessoires de mode, papeterie ou encore biscuits et sucreries. Les projets sont accompagnés d'interviews des créateurs ainsi que de précieux conseils.



Documentaire adulte

RAPPEL des prêts de jeux : 2 jeux par personne pour 1 mois

Kontour - Gigamic

Kontour est un jeu de dessin où les joueurs vont tenter de faire deviner aux autres un mot, mais ils ne disposent que de 30 secondes et 15 traits pour y parvenir ! Esprit de simplification et preuve d'imagination pourront vous permettre de remporter la victoire !

- > Jeu d'ambiance à partir de 10 ans, de 3 à 7 joueurs, durée de la partie : 20 minutes



Jeu d'ambiance



Coup de cœur

Pigeon pigeon - Editions Napoléon

Dans ce jeu d'ambiance, deux équipes se défient en se posant des questions insolites. Comment s'appelait le chien de Jacques Chirac à la mairie de Paris ? Comment dit-on quand on a la diarrhée au Québec ? Comment s'appelle le petit du rhinocéros ? Quand une équipe questionne l'autre, elle essaie de l'induire en erreur en lui présentant 3 choix de réponse : la bonne réponse ainsi que deux réponses « bidons » qu'elle vient d'inventer !

- > Un jeu de bluff plein d'humour et d'imagination à partir de 14 ans, de 2 à 10 joueurs, durée de la partie : 25 minutes

Doudou - Oka Luda

Afin de retrouver le doudou farceur qui s'est caché dans la chambre, les détectives vont devoir collaborer pour mener l'enquête... Est-ce le doudou grenouille ? L'ours ? Le lion ? Le lapin ? Ensemble, parents et enfants tenteront de faire les choix les plus judicieux pour résoudre l'énigme. Et si par malheur l'enquête n'a pas abouti, alors il vous restera le coup de chance !

- > Un jeu familial et collaboratif à partir de 3 ans, de 1 à 4 joueurs, durée de la partie : 5 minutes



Jeu d'ambiance

Helldebert - Enfantillages 666 - Aldebert



Coup de



Au fil de ses compositions, Aldebert a souvent flirté avec des arrangements rock/metal, mais avec ce nouvel album il plonge pleinement dans ce style musical grâce à des collaborations avec des artistes renommés de la scène rock/metal française et internationale tels que Yarol Poupaud, M, Max et Igor Cavalera, Serj Tankian, Mouss, Stéph Buriez et même... Amélie Nothomb ! Cet opus est également une invitation à explorer une multitude de thèmes, de la société actuelle aux sujets plus légers et libérateurs.

> Un album explosif qui plaira aussi aux parents ! Et pour reprendre un titre de l'album : « Ça vaut des points ! ».

Musique jeunesse

Electro - hip hop

10 - Le Peuple de l'Herbe

Un hip-hop aux touches punky-noisy-pop-rock, 10 (« Ten »), est le dixième album du Peuple de l'Herbe. L'atmosphère y est singulière : elle mêle habilement l'héritage sonore du groupe et des éléments résolument nouveaux. Un son toujours en évolution !

> A écouter absolument !



The Mandrake Project - Bruce Dickinson



Reconnu dans le monde entier comme l'un des plus grands chanteurs de Heavy Metal de tous les temps, Bruce Dickinson a sorti son septième album solo cette année, The Mandrake Project.

Il y est question d'une histoire sombre et mature de pouvoir, d'abus et de lutte pour l'identité, sur fond de génie scientifique et occulte avec bien évidemment un son résolument heavy et grandiose!

> Puissant, lyrique et mélancholique !

Heavy Metal

Trois fois rien - Nadège Loiseau

« Brindille, Casquette et La Flèche vivent comme ils peuvent, au jour le jour, dans le bois de Vincennes. Mais leur situation précaire devrait changer du tout au tout le jour où ils gagnent au Loto. Encore faut-il pouvoir encaisser l'argent, car sans domicile, pas de carte d'identité à jour et sans compte bancaire, pas de paiement ! »

> Un film qui fait du bien, une comédie comme on n'en fait plus, une belle surprise !



Comédie



Comédie dramatique

Complètement cramé - Gilles Legardinier

« Depuis qu'il a perdu sa femme, Andrew Blake n'a plus le cœur à rien. Un ultime élan le pousse à quitter Londres pour retourner en France, dans la propriété où il l'avait rencontrée. Ce voyage vers le souvenir des jours heureux ne va pas du tout se passer comme prévu. Pour rester au domaine de Beauvillier, Blake se retrouve condamné à jouer les majordomes à l'essai... »

> Une comédie dramatique teintée de romance, à la fois rocambolesque et fantaisiste, et avec un beau casting : John Malkovich, Fanny Ardant, Emilie Dequenne sans oublier... Méphisto le chat !

Katak, le brave béluga Christine Dellaire-Dupont et Nicola Lamay

« Katak est un jeune béluga vivant paisiblement dans les eaux du fleuve Saint-Laurent au Canada. Moqué par ses camarades à qui il ne ressemble pas, il cherche le réconfort auprès de sa mère qu'il ne quitte pas. Pourtant, lorsqu'il apprend que sa grand-mère mourante voudrait retrouver son amour de jeunesse, il part en cachette à sa recherche tout au nord, vers la Grande Banquise. Au long de ses aventures, il rencontre une jeune orque qui s'avère être la fille d'un prédateur terrifiant. »

> Un film d'animation à regarder en famille et porteur d'un beau message sur la préservation des océans.



Animation jeunesse



DES LIVRES SANS QUITTER LA MAISON !



Le portage de livres est un service de livraison à domicile offrant une sélection de 8 à 10 livres, 2 CD et DVD à ses adhérents. Il est destiné aux personnes âgées ou en situation de handicap qui résident sur le territoire de la Plaine Jurassienne. Karine, agent de votre médiathèque, se déplace une matinée par mois, uniquement sur rendez-vous, pour vous apporter une sélection personnalisée en fonction de vos goûts ou de vos demandes. Vous pouvez emprunter des magazines, des romans (gros caractères ou non), des BD, des documentaires, des CD et DVD, ainsi que des romans audios. Vous pouvez aussi bénéficier de prêt de lecteur CD ou mp3, de loupes grossissantes au format A4 ainsi que de pupitres. La durée de prêt est d'un mois, et peut être prolongée si le document n'est pas demandé ou réservé par un autre adhérent.

> Pour vous inscrire au portage de livres rendez-vous dans votre médiathèque ou contactez-nous au 03 84 80 10 51.



DES CONTES INTERDITS POUR LECTEURS AVERTIS...

Une nouvelle collection a rejoint le rayon des romans policiers et thrillers en section adultes. Il s'agit des « Contes Interdits » des Editions Contre-Dires, une collection d'une quarantaine de titres écrits par une quinzaine d'auteurs québécois ayant pour thème les contes et légendes revisités en version horreur : vengeance, violence, folie, manipulation pour la petite sirène, la bête du Gévaudan, Blanche-Neige... D'autres titres sont également disponibles sur JuMEL.

A ne pas mettre entre toutes les mains !

Romans signalés par un pictogramme représentant un couteau ensanglanté.



aa

GROS CARACTÈRES : DES LIVRES POUR LE CONFORT AVANT TOUT !

Dans votre médiathèque, vous trouverez un rayon spécial intitulé « gros caractères ». Mais pour quoi faire ? Les livres gros caractères facilitent la lecture pour certains publics tels que les malvoyants, les personnes âgées ou encore les personnes atteintes de pathologies affectant la vue. Ou ils peuvent tout simplement apporter un confort de lecture grâce à sa taille du corps allant de 16 à 20 (indiquée sur la couverture du livre). Et dans nos rayons, vous retrouverez forcément le genre qui vous plaît : roman policier, d'amour, de terroir, biographie... Alors n'hésitez plus et empruntez nos livres gros caractères, vos yeux vous diront merci !



DÉCOLLAGE DE LA NAVETTE

Vous avez déjà sans doute entendu vos bibliothécaires parler de navette, ou vu des livraisons de caisses rouges, bleues ou vertes le mardi ou le mercredi ? On vous explique tout !

La navette, qui la pilote ?

Il s'agit d'un service de la Médiathèque Départementale du Jura dans le cadre de sa politique de desserte du réseau des bibliothèques.

La navette, quels conseils pour ne pas la rater ?

Être à l'heure !

- Rendre ses prêts dans les temps
 - Pensez à retirer vos réservations !
- Afin de ne pas trop faire attendre un autre usager du réseau.

La navette, pour quelle destination ?

Lons-le-Saunier ! Qui est aussi une escale pour les documents JuMEL qui sont ensuite redirigés dans les autres médiathèques du Jura.

La navette, pour quoi faire ?

Vous apporter le plus rapidement possible les documents que vous avez demandés et proposer un plus grand choix de documents !

La navette, ça transporte quoi ?

Des livres, des CD, des DVD, des partitions... pour les usagers mais aussi du courrier et du matériel d'animation pour vos bibliothécaires !

La navette, c'est combien de documents en transit ?

En 2023, les lecteurs de la Plaine Jurassienne ont demandé 611 documents à la Médiathèque départementale du Jura et 98 sur le réseau JuMEL.

Quand à elle, la médiathèque André Besson a envoyé 181 documents sur le réseau JuMEL.

La navette, ça coûte combien ?

C'est un service gratuit pour les abonnés.

La navette, c'est rapide ?

Il n'y a pas de délai de livraison garanti. En effet, la satisfaction d'une demande de prêt dépend de :

- **La disponibilité du document :** S'il est déjà emprunté par quelqu'un, il ne pourra pas être envoyé immédiatement. Il peut aussi être déjà réservé par un autre usager : votre demande sera alors sur liste d'attente.
- **Les circuits de navette :** elle passe environ tous les dix jours, mais il y a cinq circuits différents. Si la bibliothèque demandeuse et la bibliothèque prêteuse ne sont pas sur le même circuit, la durée de transit peut être multipliée par deux.

La navette, c'est qui ?

D'un côté, les agents de la Médiathèque Départementale du Jura : gestion des demandes, envoi des notices par mail, livraison. Mais aussi des bibliothécaires d'autres médiathèques du Jura pour les documents que vous demandez depuis JuMEL.

De l'autre côté, Cassandra et Dorothee : gestion des réservations de nos lecteurs, appels aux usagers pour les prévenir de la disponibilité des documents demandés, retour des documents appartenant à la Médiathèque Départementale réservés par d'autres bibliothèques, préparation des caisses JuMEL. En effet, d'autres bibliothèques nous demandent aussi des livres !

Les réservations sont traitées quotidiennement d'un côté comme de l'autre.

La navette, c'est quand ?

Il y a 3 passages dans le mois. Il ne faut pas rater le coche !

Bernard Pusset est maire de Rahon et Vice-président de la commission Animations, culture et communication à la Plaine Jurassienne. Très impliqué auprès des associations, nous l'avons interviewé pour vous :



Que représente la culture pour vous et pourquoi êtes-vous devenu vice-président de la commission Animations, culture et communication ?

« Beaucoup de choses. Je ne suis pas un spécialiste de la culture. Cependant, avant de devenir maire, j'ai été président du foyer rural de Rahon pendant 30 ans. C'est la raison pour laquelle le président de la Plaine Jurassienne, Christian Lagalice, souhaitait que je devienne vice-président de cette commission et que je mette à profit mes connaissances au sein de la Communauté de Communes. »

La culture est-elle une compétence pleine et entière de la CCPJ ?

« Oui elle l'est, et la médiathèque apporte énormément. Je me laisse un peu porter concernant celle-ci car les trois médiathécaires sont très compétentes et proposent aussi bien des services que des animations très variés et grandement appréciés du public. J'apporte mon aide lorsqu'elles en ont besoin mais je préfère les laisser en autonomie. J'apprécie tout particulièrement leur travail et celui du service communication. »

Quels sont les objectifs et les enjeux de la politique culturelle de la CCPJ ?

« Tout d'abord, c'est de rayonner encore plus sur le territoire de la Plaine Jurassienne. Notamment avec la médiathèque qui propose régulièrement des nouveautés et un choix intéressant d'animations avec par exemple, le festival AlimenTerre dont les films sont très enrichissants. Et c'est également de soutenir les associations du territoire qui interviennent au niveau intercommunal. »

Quelles sont les mesures phares depuis le début de votre mandat ?

« La gratuité de la médiathèque et la poursuite des aides, sous forme de subvention, que nous pouvons apporter aux associations car ce sont elles qui animent le territoire. »

Quel(s) projet(s) avez-vous pour la culture en Plaine Jurassienne en 2025 ?

« De continuer à soutenir les associations et de créer un rallye qui passerait par chaque commune du territoire et permettrait aux participants de les découvrir à travers des énigmes. Ce projet n'a pour l'instant pas abouti car il est difficile de réunir toutes les associations du territoire et je manque parfois de temps. Je pense profiter de la prochaine inauguration de la voie verte pour créer cet événement, et pourquoi pas tenir un stand de la Plaine Jurassienne pour mettre en avant ses différents services. »

Le dernier... film que vous avez vu ? *Un p'tit truc en plus*

livre que vous avez lu ? *Huit Femmes pour un pôle* de Madeleine Greselin

musique que vous avez écoutée ? *Quand les hommes vivront d'amour* de Raymond Levesque, qui est l'une de mes chansons préférées, c'est un souvenir du final du son et lumière de Rahon.

Spectacle auquel vous avez assisté ? *Les étoiles noires*

UNE RENTRÉE PLACÉE SOUS LE SIGNE DU BIEN-ÊTRE

Yoga, cuisine végétarienne, développement personnel, plaisirs et détente, lectures feel good, bien dormir, faire ses cosmétiques soi-même, relaxation... Voici les ressources JuMEL passées au crible pour vous !



MusicMe

Ecouter de la musique pour se détendre, en illimité et sans publicité ?

C'est possible avec MusicMe et ses radios thématiques comme « Réveil cool », « 100% love », « World » ou bien « Lounge ». Cette ressource propose également des albums de musique zen, avec des sons de la nature, des musiques de relaxation...

Bon à savoir : l'application mobile de MusicMe est conçue pour écouter ses téléchargements sans connexion internet.



Cafeyn

Cette ressource de presse en ligne propose de nombreuses revues autour de la santé, du bien-être, de l'alimentation, de la réalisation de soi, de la famille ou encore de la spiritualité.

Voici quelques titres : *Santé naturelle*, *Vivre bio*, *Esprit Yoga*, *Zen magazine*, *Dard Dard*, *Esprit Veggie*, *Echappée belle*, *Désirs de voyage*, *Détente jardin*, *Jardin et nature*, *Faire soi-même*...

StoryPlayr

Les enfants ont aussi leurs histoires à lire ou à écouter, en mode bien-être !

StoryPlayr les décline sous de grandes thématiques telles que les émotions et les sentiments afin de comprendre leur fonctionnement et mieux les apprivoiser (l'affirmation de soi, le courage, la persévérance...), l'écologie, la nature et les saisons avec une ouverture sur le monde afin d'aborder les bons gestes, la biodiversité, la consommation ou encore des histoires pour bien dormir ou qui aident quand on a peur du noir.

A découvrir en famille !



Livres numériques

JuMEL propose des livres numériques à télécharger comme des romans feel good, des romances ou mêlant fiction et développement personnel avec des auteurs comme Maud Ankaoua, Carène Ponte, Laurent Gounelle, Ali Hazelwood, Jojo Moyes, Sophie Tal Men...



Et il y a aussi plus de **730 documentaires** sur la santé, le développement personnel, le bien-être.

Voici quelques exemples qui pourront vous inspirer : *Efficacité et bien-être au travail*, *Le langage secret des chakras*, *Evacuez le stress et retrouvez le sommeil grâce à l'ASMR*, *Antisèches du bonheur*, *Découvrir le reiki*, *Le pouvoir des bains de forêts*, *L'art du hygge*, *Mon cahier pilates intensif...*



ToutApprendre

Yoga et rituels ayurvédiques, préparer un sevrage tabagique, la méditation de pleine conscience, cultiver son bonheur grâce à la psychologie positive, les plantes comestibles et médicinales, fabriquer une chantilly de karité pour le corps et les cheveux, se recentrer grâce au mandala, la couture zéro déchet, les fondamentaux de la peinture numérique... Tout est possible avec ToutApprendre !

Cette ressource d'autoformation et de tutoriels propose de nombreux parcours en développement personnel et loisirs.

Les thèmes abordés sont aussi variés que la santé, le bonheur, la sophrologie, la méditation, l'intelligence émotionnelle, la confiance en soi, les capacités de communication, le yoga, le pilates, mais aussi les arts et loisirs créatifs, la cuisine et la nutrition, la maison et le jardin, la musique, les jeux...



Médiathèque numérique

Envie de se détendre devant un bon film ? Cette ressource de vidéo à la demande propose plus de 1040 comédies, pas moins de 530 romances, mais aussi des concerts et spectacles ainsi qu'une bonne centaine de documentaires sur la santé et le bien-être. Voici quelques titres qui vous donneront sûrement envie de vous abonner à JuMEL : des films qui font du bien comme *Le club des miracles*, *Des mains en or*, *Chamboultout*, *Love actually*, *Mascarpone...*, un concert de Reggae *Sunsplash* ou *Azaf Avidan...*, en apprendre un peu plus avec *Les étonnantes vertus de la méditation*, *C'est quoi le bonheur pour vous ?*, *Le ventre notre deuxième cerveau*, *Le jeûne à la croisée des chemins...* A regarder en streaming ou en téléchargement.

Le vocabulaire livresque sur les réseaux sociaux

Partie 1

Young adult : La littérature «Young adult» se situe entre la littérature pour adolescents (à partir d'une quinzaine d'année) et pour adultes. Il s'agit principalement de fantasy et de romance facile et agréable à lire. De nombreux auteurs à succès en font d'ailleurs partie tels qu'Holly Black, Sarah J. Maas, Ali Hazelwood...



PAL (Pile à lire) : Cet acronyme définit le tas de livres que vous stockez quelque part chez vous et qui n'attendent qu'une chose, être enfin lus !

Booktok : Le booktok est une sous-communauté qui regroupe les fans de littérature sur le réseau social TikTok. Des passionnés de livres partagent leurs coups de cœur et font des recommandations aux autres lectrices et lecteurs dans de courtes vidéos.



Bookhaul : il s'agit de la version littéraire du «haul» (mot d'abord utilisé sur Youtube par des influenceurs qui, après une séance shopping, présentent leurs dernières acquisitions à leurs abonnés). Le bookhaul est donc une présentation des livres que vous venez de vous acheter.

⚠ Spoiler : « Spoiler » quelqu'un signifie lui révéler un élément clé de l'intrigue d'une œuvre (livre, film, série...), au point de gâcher l'effet de surprise et le plaisir de la découverte.

SP (service presse) : Un service presse est un livre ou un ebook offert par une maison d'édition ou par un auteur à des blogueurs, journalistes ou influenceurs sur les réseaux sociaux. En contrepartie, le chroniqueur doit publier une critique littéraire ou une vidéo après sa lecture, parfois avec des contraintes de temps. Il s'agit d'une critique objective et non d'une pure publicité.

Lecture commune : un groupe de personnes se réunit, sélectionne un livre et définit une date de début et de fin de lecture. Une fois la lecture achevée, les personnes du groupe échangent sur le livre en donnant leurs avis, leurs idées sur une suite, partagent leurs remarques...



Wish list : En français ce terme signifie «liste de souhaits». Il s'agit de la liste des livres que vous souhaitez avoir (à acheter ou vous faire offrir).



DNF (Did not finish) : En français ce terme signifie « Non terminé ». On l'utilise pour qualifier un livre qu'on n'a pas réussi à finir.

⚠ TW (Trigger Warning) : En français ce terme signifie « avertissement au public ». Il est utilisé au début ou à la fin d'un livre lorsque celui-ci contient des sujets sensibles qui peuvent être traumatisants (exemple : viol, harcèlement, violence, pédophilie...).

Les cycles littéraires les plus courants :

One shot : Il s'agit d'un roman ou d'une BD qui ne fait pas partie d'une saga, l'histoire se déroule sur un seul tome.

Duologie : Une saga de deux livres dont le second est le prolongement du premier.

Trilogie : Une saga de trois livres dont le second est le prolongement du premier et le troisième le prolongement du premier et second.

Série : Une suite de plusieurs livres dont chaque livre est indépendant des autres.

Saga : A l'inverse de la série, chaque tome de la saga dépend d'un ou des tomes précédents.

ANIMATIONS RÉGULIÈRES

Lutins lecteurs

Lectures ludiques, histoires câlines et drôles de comptines.

1^{er} mercredi et samedi du mois

▶ de 0 à 3 ans

Rendez-vous musical

Dernier samedi du mois

Écoutes musicales, découverte d'instruments, jeux musicaux, moments bien-être...

▶ à partir de 6 ans

Atelier cinéma

Réalisation d'un court-métrage.

Un mercredi par mois

▶ de 13 à 18 ans

ANIMATIONS SEMESTRIELLES

Soirée parents

« Soirée parents : le harcèlement » avec Info Jeunes Jura

Mardi 1^{er} octobre

▶ Adolescents et adultes

Atelier / Dédicaces

Atelier écriture et séance dédicaces avec l'auteur Marine Dargon

Vendredi 18 octobre

▶ Adolescents et adultes

Atelier

Atelier construction « Lego » avec Anima'Briques

Mercredi 23 octobre

▶ Tout public, à partir de 5 ans

Jeux

Après-midi rétrogaming avec Gaëtan, et soirée jeux de société avec les Arcanes

Vendredi 25 octobre

▶ Adolescents et adultes

Spectacle

« Babayaga » avec la Cie du Colibri

Mercredi 30 octobre

▶ Famille, à partir de 3 ans

Projections

Festival AlimenTerre 2024

Novembre

▶ Adolescents et adultes

Spectacle

« Papillotes » avec Couleurs de Chap'Compagnie

Mercredi 18 décembre

▶ Tout public, à partir de 6 ans

Pour recevoir Média Plaine par mail, veuillez contacter votre médiathèque à mediathequeab@cc-laplain-jurassienne.com

QUIZ ? DES CHEVAUX

Saurez-vous retrouver à quels livres, films ou dessins animés appartient tous ces chevaux ?



1



2



3



4



5



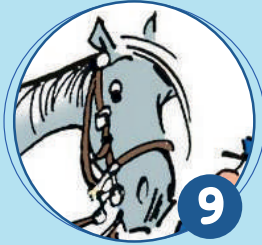
6



7



8



9



10



11



12



13



14



15



16



17



18

Solutions

- 1. Jappeloup / 2. Jolly Jumper / 3. Crin-Blanc / 4. Petit Tonnerre / 5. Maximus / 6. Khan / 7. Bijou / 8. Rossinante / 9. Arabesque / 10. Black / 11. Spirit / 12. Flicka / 13. Pilgrim / 14. Palomino / 15. Poly / 16. Tornado / 17. Pégase / 18. Phillibert

UN MOMENT À PARTAGER EN FAMILLE !

LE RENDEZ-VOUS MUSICAL DE LA MÉDIATHÈQUE

ÉCOUTES MUSICALES DIVERSES ET VARIÉES
DÉCOUVERTE D'INSTRUMENTS DE MUSIQUE
JEUX MUSICAUX
MOMENTS BIEN-ÊTRE

LE DERNIER SAMEDI DU MOIS À 10H30

45 MIN ENVIRON

À PARTIR DE
5-6 ANS
ET AU-DELÀ !

 MÉDIATHÈQUE
ANDRÉ BESSON