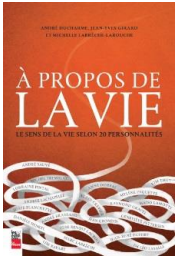


DOCUMENTAIRES ADULTES



Titre: À propos de la vie : le sens de la vie selon 20 personnalités

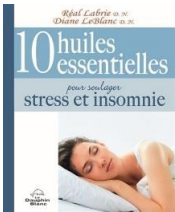
Quels sens donnez-vous à votre vie? Qu'est-ce qui vous rend heureux? Quels sont vos craintes et vos espoirs? Voici 20 entretiens avec des personnalités de divers horizons qui nous parlent de leur parcours, de leurs petits et grands bonheurs, du sens qu'elles donnent à leur vie, mais aussi du deuil et de la mort. Des propos d'une grande sensibilité, tantôt étonnants, tantôt émouvants, et qui appellent à la réflexion.



Auteur: Brown, Molly

Titre: Quinoa, orge et Cie : la bible : pour se régaler de céréales, de graines et légumineuses

Des recettes pour cuisiner des céréales, graines et légumes secs, riches en énergie.



Auteur: Labrie, Réal

Titre: 10 huiles essentielles pour soulager stress et insomnie

R edig e par deux experts en aromathérapie, ce guide pratique vous permettra de découvrir les 10 huiles essentielles idéales pour soulager le stress et l'insomnie, leurs propriétés et leur utilisation.



Auteur: Paul, Philippe

Titre: Coupable d'être policier : mémoires d'un enquêteur tenace

On se souviendra qu'en 2014 Philippe Paul, sergent-détective à la Division du crime organisé du Service de police de la Ville de Montréal (SPVM), était l'objet d'une controverse: dans les médias, on relate des opérations qu'il a men es, on dévoile des aspects de sa vie privée et on aborde les relations qui le lient à des informateurs. On sème ainsi le doute quant à son intégrité. La situation est des plus délicates: s'il se défend, Philippe Paul aura à révéler l'identité d'informateurs, mettant leur vie en danger. Il décide de garder le silence. Il prend sa retraite. Dans ce récit, Philippe Paul raconte sa trajectoire hors du commun. «Il a été partout:   Polytechnique,   Dawson,   McGill, au Venezuela. Il a côtoyé tous les trafiquants, tous les mafieux. [...] Tandis que le " monde ordinaire " se rend tranquillement à son travail, à ses loisirs, à ses amours, il existe en parallèle tout un univers souterrain de luttes, de trafics, de violence auquel les enquêteurs sont mêlés chaque jour. Ce livre nous en fait prendre conscience et c'est là, me semble-t-il, son grand intérêt. Ces policiers sont souvent des gens hors du commun; Philippe Paul en est un», peut-on lire dans la préface que signe Denys Arcand. Le cinéaste a fait la connaissance du policier alors qu'il écrivait Les Invasions barbares et s'est intéressé par la suite au fascinant parcours de l'enquêteur. Coupable d'être policier n'est pas un règlement de comptes. Si Philippe Paul y aborde des controverses, il relate surtout des moments forts de sa carrière qui permettent au lecteur de vivre de l'intérieur des opérations policières n'ayant jamais été racont es ainsi. Néanmoins, l'ex-enquêteur croit que l'omerta couvrant les manquements de certains policiers doit être bris e. Et il démontre ici la fausseté des calomnies touchant son honneur et sa réputation. Un récit aussi passionnant que nécessaire, qui captivera certainement les amateurs d'enquêtes.

D'Frédéric
SALDMANN
Prenez
votre santé
en main!

Auteur: Saldmann, Frédéric

Titre: Prenez votre santé en main!

Le cardiologue livre 100 pratiques à mettre en application pour être en forme toute l'année, en s'appuyant sur les dernières recherches scientifiques et sur son expérience hospitalière.

