



Une sélection faite pour vous parmi nos nouveautés.

Cliquez sur la couverture ou sur le titre pour connaître la disponibilité des documents et les réserver en ligne !



Entretien & maintenance du voilier : hivernage, remise en route, connaissance et entretien des systèmes

Meyer, François

Vagnon

Guide détaillant pas à pas les opérations techniques d'entretien d'un voilier : hivernage, maintenance, remise à l'eau, etc.



Mon fabuleux jardin en permaculture : légumes, fruits, fleurs, petit élevage et art de vivre

Chioca, Marie

Terre vivante

Issus de l'expérience de l'auteure dans le domaine, des conseils pour cultiver son potager, ses arbres fruitiers, ses fleurs et entretenir un petit élevage de poules ou de lapins. Avec 90 recettes à réaliser avec les produits récoltés.



Pêchez malin ! : 150 astuces pour réussir toutes vos pêches

Fourrier, Guillaume

Vagnon

150 astuces illustrées pour optimiser ses sorties de pêche en mer ou en eau douce. Les noeuds, les montages, la connaissance des poissons, l'organisation du matériel, la réglementation et la sécurité sont autant de thèmes abordés.



A la table de Molière

Duclos, Valérie

Ed. des Falaises

Des recettes suggérées dans les oeuvres de Molière, interprétées et mises au point par de grands chefs parisiens.



Infusions : terroirs des simples

Poirrier, Adrien

Poirrier, Claire

Ducasse Editions

Un tour de France des jardins des simples pour découvrir la diversité des productions de plantes séchées pour infusion à travers le pays. Chaque producteur présente son parcours, la philosophie de son métier et ses produits. Chaque terroir est distingué par le choix de ses plantes, elles-mêmes mises en valeur par les recettes et associations proposées dans le volume.



C'est meilleur quand c'est bon

Jarry, Emmanuelle

Hachette Pratique

Inspiré du programme C'est meilleur quand c'est bon créé sur YouTube par la critique culinaire, cet ouvrage présente une sélection des meilleures tables de France, des recettes emblématiques tirées de l'émission, des recettes de chefs, des astuces, des produits saisonniers et des spécialités régionales.



En cuisine avec Diego Alary : 40 recettes en moins de 30 minutes

Alary, Diego

Hachette Pratique

Quarante recettes simples à réaliser en moins de dix, vingt ou trente minutes, élaborées par l'ancien candidat de Top Chef : noodles de boeuf, tartine d'ail confit, porc au caramel, tomates farcies, carottes rôties au miel, guacamole flambé à la tequila, entre autres.

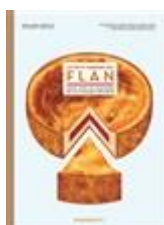


Endométriose : ma cuisine bienfaisante et naturelle

Salvador, Aurélie

Améthyste éditions

Des conseils nutritionnels et des recettes adaptées à l'endométriose. L'auteure, naturopathe, propose des suggestions d'aliments en fonction du cycle menstruel, un planning de repas pour une semaine ainsi que quarante recettes pour réduire l'inflammation et améliorer le quotidien des femmes atteintes de cette maladie gynécologique chronique.



Le petit manuel du flan : pour tous les amateurs de ce classique pâtissier

Dupuis, Mélanie

Marabout

Quarante recettes de flans pâtissiers, avec des conseils techniques et des pas à pas pour réussir toutes les étapes.



Cueilleur d'essences : aux sources des parfums du monde

Roques, Dominique

Grasset

Sourcier pour une entreprise mondiale de création de fragrances et d'arômes, l'auteur évoque cette industrie et l'imaginaire autour des parfums. De la recherche des matières premières à travers le monde aux réflexions sur la valeur des essences rares, il livre sa vision de ce secteur du luxe et illustre son propos de nombreuses anecdotes.



La maison magique : earthship, l'habitat autonome du nouveau monde

Adler, Benjamin

Massart, Pauline

Massot éditions

Les auteurs exposent leur projet d'une maison respectant l'environnement, autoconstruite à moindre coût grâce au recyclage de matériaux, autonome et autosuffisante en ce qui concerne l'eau, l'électricité, la régulation thermique et l'approvisionnement alimentaire. Ils évoquent également les obstacles financiers, administratifs et juridiques qui ont jalonné leur aventure.



La maison résiliente : pistes, astuces et partage de savoir-faire pour un habitat autonome

Flipo, Didier

Richart, Rémi

Ed. de Terran

Présentation des différentes possibilités d'habitations plus respectueuses de l'environnement et moins consommatrices d'énergie, que ce soit pour un projet de rénovation ou de construction en milieu rural. Les

auteurs abordent les techniques d'isolation, le réseau d'eau, les solutions thermiques solaires, la production d'électricité, le chauffage adéquat ou encore les lieux de stockage.



100 objets cultes du sport

Cohen, Stéphane

Papier Cadeau

L'histoire des objets qui ont marqué le sport, du polo Lacoste au globe de cristal, en passant par le babyfoot, le chronomètre, les Nike Air Max et le jeu vidéo Fifa.

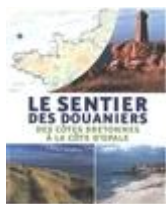


10.000 km : une course sacrée à travers les terres volées des Indiens d'Amérique

Alvarez, Noé

Editions Marchialy

Fils d'immigrés mexicains, Noé Alvarez fuit une vie ouvrière pour rejoindre un groupe de coureurs amérindiens désireux de renouer des liens culturels à travers l'Amérique du Nord. Il raconte un marathon épique de quatre mois, du Canada au Panama, évoquant sa lutte contre la faim et la soif, les dangers mais aussi l'affirmation de l'humanité autochtone et ouvrière dans une société capitaliste.



Le sentier des douaniers : des côtes bretonnes à la Côte d'Opale

Irvoas-Dantec, Dominique

Bertin, Philippe

Fasseu, Ludivine

Ouest-France

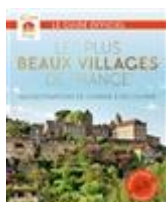
Des itinéraires de balade pour découvrir à pied les sites côtiers le long du sentier des douaniers, de Saint-Nazaire à Dunkerque en passant par Douarnenez et la baie du Mont-Saint-Michel.



Nouvel atlas des plus belles voies vertes et véloroutes du Grand Ouest

Ouest-France

Un panorama des différentes véloroutes aménagées du Grand Ouest, proposant des itinéraires à vélo du littoral à la Bretagne intérieure en passant par les Pays de la Loire, le Poitou et la Normandie.



Les plus beaux villages de France : guide officiel de l'association Les plus beaux villages de France

Les Plus beaux villages de France (Collonges-la-Rouge, Corrèze)

Flammarion

Présentation par ordre alphabétique des villages membres de l'association. Avec, pour chacun, une liste des monuments ouverts au public, un calendrier des manifestations, les spécialités culinaires et artisanales, des idées de balades à pied et à vélo ainsi qu'un choix de services à proximité et d'adresses pour séjourner et se restaurer.



Parents d'ados de A à Z : traversez les crises, renforcez les liens

Soetens, Pascal

Bussière

D'abdiquer à zen en passant par concentration, fréquentations, hygiène et phobie scolaire, un dictionnaire à l'intention des parents d'adolescents pour rétablir une relation saine et complice avec leurs enfants au moment où ces derniers traversent une période charnière entre l'enfance et l'âge adulte.



Choisir d'être mère : tout ce qu'on ne vous a pas dit sur la parentalité

Greusard, Renée

Lattès

Récit des premières années qui suivent l'accouchement au cours desquelles une femme découvre la maternité. La journaliste s'appuie sur son expérience personnelle et sur les témoignages de femmes, de médecins et de chercheurs pour aborder les tabous, les renoncements et les joies qu'implique le statut de mère.



Comment je suis devenue youtubeuse : le parcours inspirant d'une influenceuse

Angie

Albin Michel

La créatrice de la chaîne YouTube Angie maman 2.0 raconte son parcours et son envie de se lancer sur Internet. Elle décrit les coulisses de son travail pour la production de contenus, les partenariats, la monétisation et sa présence sur d'autres réseaux sociaux, insistant sur le temps que cela représente et sur l'importance de trouver un domaine qui plaît pour tenter l'aventure.



Les secrets du post-partum : 50 questions-réponses pour adoucir son quatrième trimestre

Baconin, Sophie

Jouvence

Des informations pour se préparer aux chamboulements physiques, émotionnels et intimes liés à la naissance d'un enfant, réparties en cinq thèmes : le séjour à la maternité, le retour chez soi, le couple, le corps et la vie d'après.