



Chapeaux & accessoires en raphia crocheté : 30 modèles pour l'été

Editions de Saxe

Trente modèles accessibles à tous pour réaliser au crochet des capelines, des chapeaux, des sacs et des paniers en raphia.

17,90 EUR

21/05/2021



9 782756 535029



100 pépites pour découvrir la France : en une heure, une journée ou un week-end

Adagio, Angélique

Dufay, Marie

Lajaurie, Eric

Gründ

Un album qui rassemble une sélection de photos extraites du compte Instagram Les pépites de France illustrant les plus beaux endroits de France métropolitaine. Accompagnées d'informations pratiques pour savoir quand et comment s'y rendre, les immanquables, les choses à faire et autres anecdotes.

14,95 EUR

12/05/2022



9 782324 030802



Je suis épuisé.e ! : anxiété, surmenage, burn-out : le guide pour reprendre le contrôle

Assenheim, Cathy

De Boeck supérieur

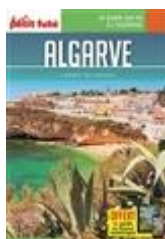
Des conseils pour éviter l'épuisement professionnel ainsi que pour rester serein et joyeux au quotidien : respiration, alimentation, régulation du système nerveux, entre autres.

19,90 EUR

19/10/2021



9 782807 337800



Algarve

Auzias, Dominique

Labourdette, Jean-Paul

Nouv. éd. de l'Université

Petit futé. Carnet de voyage

Présentation de cette région portugaise : histoire, géographie, patrimoine naturel et culturel, artisanat et spécialités culinaires. Avec des itinéraires de visite. Un code permet d'accéder à la version numérique gratuite.

5,95 EUR

16/03/2022



9 782305 072296



Slovénie

Baker, Mark (journaliste de voyage)

Ham, Anthony

Lee, Jessica (auteur de guides touristiques)

Lonely planet

Guide de voyage

Des renseignements pratiques pour voyager en Slovénie : informations historiques et culturelles, sites incontournables région par région, suggestions d'itinéraires et indications pour expérimenter des activités de plein air, comme la randonnée, le ski, la spéléologie, la pêche, la chute libre, entre autres.

20,00 EUR

02/06/2022



C'est pas mon genre ! : les clés pour répondre aux questions de votre enfant sur le genre

Bargiacchi, Anne

Marabout

Santé

Présentation des concepts liés au genre pour aider les parents à aborder le sujet avec leurs enfants et adolescents : identité de genre, sexe biologique, transidentité, non-binarité, cisgenrisme, orientation sexuelle, entre autres. Avec des réponses aux critiques les plus fréquentes, des activités pour favoriser l'échange et des conseils pour soutenir son enfant dans un parcours de transition.

19,90 EUR

09/02/2022



Histoires de coming out : témoignages de parents & enfants, conseils, ressources

Beaulieu, Baptiste

Nanteuil, Sophie

Albin Michel

Documents

Des témoignages de personnes LGBTQ+, de leurs parents et de leurs proches sur leur coming-out, avec des informations et des conseils de psychologues ou spécialistes du sujet pour les accompagner au mieux.

16,90 EUR

13/10/2021



Le design des bibliothèques publiques

Volume 1, Le merchandising en bibliothèque : 50 fiches thématiques pour rendre votre bibliothèque plus inspirante

Beudon, Nicolas

Klog éditions

En pratique

Cinquante fiches pratiques pour mettre en place des techniques de merchandising afin de rendre sa bibliothèque attractive : mettre en place des tables de présentation, rendre l'aménagement intérieur plus stimulant, classer les collections de la manière la plus pratique pour les usagers, entre autres.

29,50 EUR

06/01/2022



Je couds mon dressing casual chic

Blomma, Lilla

Editions de Saxe

Trente modèles de vêtements féminins à coudre, du 34 au 48, pour être à l'aise et élégante au quotidien : blouses, robes, jupes et pantalons. Avec des patrons en taille réelle.

19,90 EUR

17/06/2022



Manuel d'électroculture & de géobioculture : modes de culture biologique

Boussiron, Guy

Editions Alexandra de Saint-Prix

Un manuel proposant des conseils pour cultiver des produits biologiques, des informations pour régénérer les sols sans engrais ni produit chimique et obtenir des récoltes abondantes.

14,90 EUR

14/09/2020



Le jour où j'ai arrêté d'avoir peur

Bruna, Cindy

HarperCollins

Mannequin, l'auteure relate les violences domestiques qu'elle a subies dans sa jeunesse avec sa soeur et sa mère alors sous l'emprise d'un homme brutal.

17,90 EUR

01/06/2022



Les raisons cachées du désordre mondial : analyses de géopolitique économique, juridique et monétaire

Volume 2

Bugault, Valérie

SIGEST

De nouvelles réflexions critiques consacrées à la gouvernance mondiale. Selon l'auteure, la haute finance apatriote prévaudrait de manière occulte derrière les apparences démocratiques d'Etats occidentaux dont la souveraineté ne constituerait qu'un paravent d'intérêts concentrés entre les mains de financiers de la City.

22,95 EUR

26/11/2021





Le codéveloppement : l'intelligence collective au service de l'individu et du groupe

Champagne, Claude

Eyrolles

Le codéveloppement est une méthode d'apprentissage en groupe qui s'inscrit dans la continuité des approches d'intelligence collective et mise sur les interactions entre les participants pour résoudre des problématiques professionnelles. Illustré de cas et de nombreux exemples, cet ouvrage en propose une actualisation permettant d'explorer de multiples perspectives et de consolider les équipes.

32,00 EUR

13/05/2021



9 782416 000508



L'histoire de la Bretagne pour les nuls illustrée

Cornette, Joël

First Editions

Pour les nuls

L'histoire de la Bretagne depuis les origines des peuplements primitifs de l'Armorique. L'auteur met en lumière la singularité de ce terroir, ses traditions et sa culture ainsi que sa place particulière dans la construction de la nation française.

29,95 EUR

24/02/2022



9 782412 064047



Émerveillez-vous ! : un voyage sensoriel au coeur du monde végétal

Couplan, François

Les Liens qui libèrent

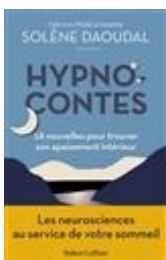
Une exploration de l'univers des plantes à travers les cinq sens.

22,80 EUR

08/06/2022



9 791020 909381



Hypnocontes : 18 nouvelles pour trouver son apaisement intérieur

Daoudal, Solène

R. Laffont

Une introduction aux techniques d'hypnose à travers 18 contes favorisant l'apaisement et l'endormissement. Chaque récit est suivi d'une explication des méthodes mises en oeuvre afin de mettre en pratique l'autohypnose.

16,90 EUR

24/02/2022



9 782221 254295



Viva la plancha : 40 recettes conviviales & décontractées

Delcroix, Camille

Larousse

Quarante recettes gourmandes et faciles à la plancha pour des repas en plein air : entrecôtes de boeuf, kebab d'agneau, brochettes de tofu, bananes grillées, entre autres.

15,95 EUR

13/04/2022



9 782036 023291



Le jumeau secret

Volume 1, Reconnaître un bébé au jumeau insoupçonné

Denis, Brigitte

Terre en Ciel éditions

Beyond

Selon l'auteure, traductrice de bébés, des milliers de nourrissons naissent en deuil d'un jumeau à l'insu de leurs parents. Elle explique ce phénomène et les signes par lesquels il se manifeste.

19,90 EUR

13/10/2021



9 782492 382123



Le jumeau secret

Volume 2, Le guide d'accompagnement pour les parents et les jumeaux insoupçonnés adultes

Denis, Brigitte

Terre en Ciel éditions

Beyond

Dans ce volume, l'auteure explique les conséquences que peut avoir le deuil gémellaire d'un bébé insoupçonné dans la vie d'un adulte. Elle fournit également des solutions pour affronter au mieux cette situation et les symptômes qu'elle peut provoquer.

19,90 EUR

09/03/2022



9 782492 382277



Je marche donc je pense

Droit, Roger-Pol

Agid, Yves

Albin Michel

Le philosophe R.P. Droit et le neurologue Y. Agid dialoguent autour du thème de la marche. Ils établissent des similitudes entre les effets de la marche physique et ceux de la pensée sur le fonctionnement du cerveau. Ils s'appuient sur leurs expériences personnelles et les recherches récentes en neurosciences, en neurophysiologie ou encore en imagerie fonctionnelle du cerveau.

19,90 EUR

04/05/2022



9 782226 460677



Se libérer du sentiment d'abandon et des angoisses de séparation

Fiammetti, Roger

G. Trédaniel

Après avoir identifié les peurs liées à chaque épreuve de séparation (divorce, mort, sevrage), l'auteur propose des solutions adaptées pour se reconstruire et vivre sereinement. Il souligne le lien affectif primordial qui s'établit pendant la vie intra-utérine et les dix mois après la naissance.

19,90 EUR

07/10/2021



L'économie circulaire pour les nuls

Fromant, Eric

First Editions

Pour les nuls

Le modèle de l'économie circulaire expliqué dans un langage accessible. Dans un contexte d'épuisement des ressources naturelles et de pollution, ses enjeux sont abordés avec des exemples d'applications au niveau des Etats comme des entreprises.

22,95 EUR

08/04/2021



Expériences et micro-aventures en France

Gloaquen, Philippe

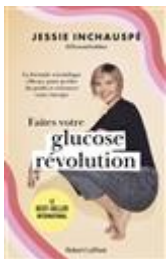
Hachette Tourisme

Le guide du routard

Plus de cent idées pour vivre l'aventure au plus près de la nature le temps d'un week-end ou de quelques jours : descendre une rivière en kayak, s'initier à la sylvothérapie, dormir dans un igloo, plonger sous la glace, chevaucher à travers la Camargue, entre autres. Avec un descriptif détaillé de chaque activité et des conseils pratiques pour s'y préparer.

24,95 EUR

27/04/2022



Faites votre glucose révolution : la formule scientifique efficace pour perdre du poids et retrouver votre énergie

Inchauspé, Jessie

R. Laffont

Biochimiste spécialiste de la vulgarisation scientifique, l'auteure donne des conseils pour gérer son taux de glucose dans le sang, désigné par la courbe glycémique. Elle explique comment l'organisme absorbe ce sucre, décrit les conséquences d'une glycémie élevée sur la santé ou encore le vieillissement de la peau et partage des stratégies pour baisser son taux de sucre sans régime.

19,00 EUR

05/05/2022





La rafle du Vél'd'Hiv : Paris, juillet 1942

Joly, Laurent

Grasset

Document

Les 16 et 17 juillet 1942, 12.884 femmes, enfants et hommes sont arrêtés par la police parisienne. 8.000 d'entre eux sont enfermés dans le Vél'd'Hiv. A partir des archives de la police et de l'administration, l'auteur retrace l'histoire de ces deux jours, restituant le contexte de la politique nazie et de la collaboration d'Etat ainsi que les points de vue des victimes et de leurs tortionnaires.

24,00 EUR

25/05/2022



1.000 ans d'histoire autour du monde

Julaud, Jean-Joseph

First Editions

L'auteur retrace l'histoire mondiale, du Xe au XXe siècle, évoquant le pire et le meilleur de l'humanité, des inventions révolutionnaires aux épopées des explorateurs en passant par des passions amoureuses.

16,95 EUR

31/03/2022



Méditer avec le Dr Steven Laureys : carnet d'exercices de méditation

Laureys, Steven

O. Jacob

Psychologie

Trente exercices de méditation guidés de durée et de niveau adaptables. Le neurologue expose les bienfaits de cette pratique sur le fonctionnement cérébral, le système immunitaire et le bien-être global.

18,90 EUR

12/01/2022



Les clés du confort thermique écologique : bien s'informer pour bien décider : neuf et rénovation

Lefrançois, Claude

Terre vivante

Conseils d'expert

Habitat

Guide présentant la notion de confort thermique. L'auteur propose des solutions à mettre en place pour une maison écologique, à partir de matériaux sains et avec les techniques adaptées.

25,00 EUR

28/09/2021





Champagne-Ardenne

Manufacture française des pneumatiques Michelin

Michelin Editions

Le guide vert

Ce guide de terrain est organisé en trois sections : des renseignements pour découvrir la Bourgogne, des informations pour comprendre l'histoire et la culture de cette région, ainsi que des itinéraires et des conseils pour préparer son voyage. Avec des promenades et des circuits conseillés, ainsi qu'une sélection de 380 adresses.

14,90 EUR

10/02/2021



9 782067 250895



Le grand dictionnaire des malaises et des maladies

Martel, Jacques

Quintessence

Ressources & santé

Les maladies vues en fonction de leurs sources émotionnelles et/ou psychologiques. L'auteur propose des techniques de guérison par la modification des attitudes et des comportements afin de désactiver la source du conflit à l'origine du mal-être, conscient ou inconscient.

30,00 EUR

30/10/2007



9 782913 281776



L'assiette santé : alimentation, sommeil, sport et bien-être

Marx, Thierry

Dalu, Alexandra

Flammarion

Une approche holistique de la santé avec des conseils en nutrition, des exercices quotidiens et des recettes équilibrées pour retrouver énergie et bien-être.

19,90 EUR

04/05/2022



9 782080 270399



Tremblez ! : 10 histoires criminelles vraies et flippantes

McSkYZ (youtubeur)

Hachette Pratique

Pratique

La maison Hachette

Créateur de la chaîne YouTube McSkYZ, l'auteur relate dix affaires criminelles françaises et internationales par ordre chronologique : quatre amis assassinés en Finlande, une famille de fermiers tuée en France, un couple de jeunes mariés torturés en Grèce, une adolescente disparue en Australie, entre autres.

19,95 EUR

08/06/2022



9 782017 101314



Papier recyclé créatif : les meilleurs DIY en papier et carton : tout utiliser, ne rien gâcher

Mielkau, Ina

Editions de Saxe

Des projets décrits pas à pas pour réaliser des objets utiles ou décoratifs en papier : enveloppe, pot à crayons, perles en papier, couronne d'automne, sapin, entre autres. Avec des conseils sur le recyclage et des explications sur la fabrication du papier.

15,90 EUR

25/02/2022



Mon jardin s'adapte au changement climatique : anticiper, repenser et aménager

Nessmann, Pierre

Delachaux et Niestlé

Jardinage

Des conseils pour concevoir ou adapter un jardin dans la perspective de la modification des paramètres climatiques en Europe : fréquents épisodes caniculaires, températures moyennes plus élevées et raréfaction de l'eau. Des techniques de jardinage à mettre en place avant, pendant et après de fortes chaleurs sont proposées ainsi qu'une sélection de plantes capables de supporter le réchauffement.

19,90 EUR



18/03/2021



33 ans avec vous

Pernaut, Jean-Pierre

Michel Lafon Poche

Le journaliste revient sur ses années en tant que présentateur du journal télévisé de 13 heures sur TF1, poste qu'il occupe entre 1988 et 2020. Il évoque sa longévité, sa popularité et sa marque de fabrique : la proximité avec le quotidien des téléspectateurs et la valorisation des richesses régionales.

6,60 EUR

10/02/2022



Algarve

Pessanha Foucaud, Sabrina

Nguyen, Audrey

Hachette Tourisme

Guide évasion

Des renseignements pratiques pour organiser son séjour, des informations sur l'histoire et la culture de la région, un choix d'adresses et des itinéraires pour visiter l'Algarve. Avec des encadrés thématiques sur des points de culture.

16,95 EUR

08/06/2022





Prévenir et soigner le burn-out pour les nuls

Pezé, Marie

First Editions

Pour les nuls, poche

La psychologue expose les symptômes de l'épuisement professionnel, tels que la démotivation, l'insomnie ou la baisse d'estime de soi, puis elle donne des indications pour mettre en place des thérapies et se réorganiser.

11,95 EUR

19/05/2022



Je réussis ma détox sucre

Volume 2

Philippon, Bérengère

Larousse

La créatrice du compte Instagram @0sucre_et_igbas propose quarante recettes à IG (index glycémique) bas à base d'aliments complets et peu transformés : gâteaux, crèmes et desserts glacés, recettes pour les fêtes, entre autres. Elles sont précédées d'explications, de témoignages ou d'astuces pour bien comprendre ce qu'est l'alimentation à IG bas.

14,95 EUR

16/02/2022



Un an de micro-aventures en Belgique : 24 idées de sorties nature pour briser la routine et s'évader en famille

Raigné, Aurélie

Kennes Editions

Société

Des idées de promenades en famille aux quatre coins de la Belgique pour redécouvrir son quartier, sa région ou son pays.

22,00 EUR

01/06/2022



Les Borgia à Buckingham

Roche, Marc

Albin Michel

Documents

Les sombres secrets de la famille Windsor, maison royale du Royaume-Uni de Grande-Bretagne et d'Irlande du Nord. L'auteur révèle les tensions entre Catherine et Meghan, les arrangements autour du mariage de William, les soupçons de Scotland Yard à propos de la mort de Diana ou encore les relations compliquées entre la reine Elizabeth II et son fils Charles.

20,90 EUR

18/05/2022





Transformer son jardin en îlot de fraîcheur : toutes les techniques pour lutter contre la canicule : planter les bons arbustes, composer une haie, miser sur les plantes grimpantes

Schall, Serge

Larousse

Des conseils pour créer des zones fraîches et ombragées dans son jardin en favorisant notamment l'implantation d'arbres et d'arbustes résistants à la chaleur et de plantes grimpantes sur une pergola. Avec des fiches descriptives de plus de 70 variétés de plantes, des conseils de culture, du sol à la tonnelle, et des conseils pour récupérer l'eau.

14,90 EUR

23/02/2022



Déco récup' en papier tressé : paniers, corbeilles, accessoires et idées déco en papier

Schmidt, Dorothea Katharina

Editions de Saxe

Une présentation pas à pas de la technique de tressage du papier, inspirée de celle de l'osier et du rotin, suivie de vingt modèles : plateau, panier de rangement, lampe, rond de serviette, corbeille à fruits, entre autres.

15,90 EUR

22/04/2022

