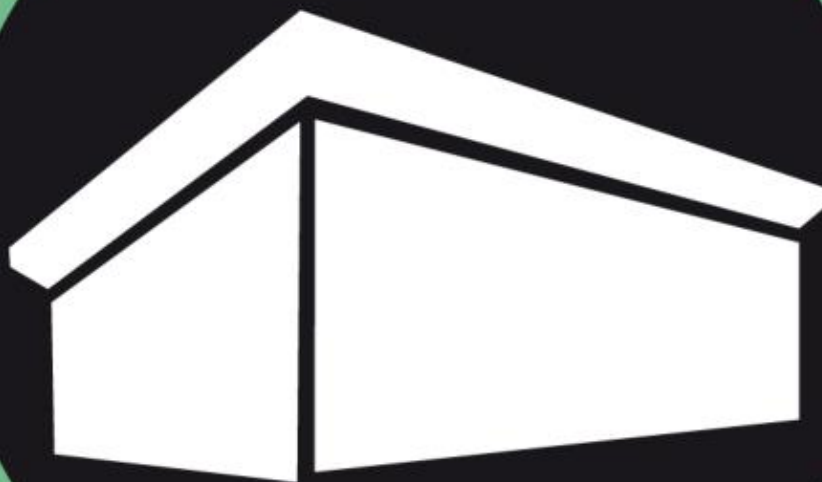


consultation
UNIQUEMENT
sur place



NOUVEAUTÉS

documentaires

Juin 2024

Bibliothèque
francophone
multimédia

bfm.limoges.fr

Bfm Beaubreuil



LIMOGES

ARTS DU FEU
ET INNOVATION





Collin, Rémi

[Balades célestes : 30 observations pour découvrir le ciel à l'oeil nu et en toute saison](#)

Delachaux et Niestlé

05/04/2024

Cote : 522 COL

Résumé : Trente balades thématiques pour observer le ciel nocturne, comprendre son fonctionnement et savoir se repérer : admirer la lumière cendrée et la Lune, regarder une pluie d'étoiles filantes, observer des galaxies à l'oeil nu, suivre le mouvement du Soleil au gré des saisons, déterminer l'heure avec un cadran solaire, trouver le nord et s'orienter dans la nuit, entre autres.



Kremer, Annabelle (professeur de SVT)

[Curie \(presque\) facile ! : tout savoir sur les travaux de Marie et d'Irène](#)

Delachaux et Niestlé

12/04/2024

Cote : 539 KRE

Résumé : Biographies illustrées de ces deux scientifiques françaises, mère et fille toutes deux nobélisées, qui ont révolutionné la science de leur époque grâce à leurs recherches dans les domaines de la physique et de la chimie nucléaire ainsi qu'à leurs travaux sur la radioactivité naturelle et artificielle. Avec des quiz à la fin de chaque chapitre.



Brun, Audrey

[Pilates au mur pour une silhouette tonifiée : ventre plat, fesses et bras sculptés, dos soulagé](#)

Marabout

27/03/2024

Cote : 613.7 BRU

Résumé : Des exercices ciblés de Pilates à effectuer en appui sur un mur pour améliorer sa mobilité, corriger sa posture et gagner en force. Un programme de trois semaines en quinze séances de difficulté progressive est proposé afin de travailler successivement les bras, les jambes, le dos, les fessiers et les abdos.



Krebs, Geneviève

Addictions et dépendance affective : alcool, tabac, jeux, réseaux sociaux, relations toxiques... : quand le vide en soi nous rend dépendants

Eyrolles

18/04/2024

Cote : 616.86 KRE

Résumé : L'autrice analyse ce qu'est une addiction, en donnant différents types d'exemples, tels que l'achat compulsif, la surconnectivité, l'hyperphagie boulimique et la toxicomanie, et dans quelle mesure celle-ci est souvent liée à la dépendance affective. Elle livre des conseils pour mieux comprendre puis pour agir sur ces troubles.



Meignen, Jean-Yves

Presque pas d'eau au jardin : techniques et plantes dromadaires pour plus de sobriété : s'adapter au changement climatique

Rustica

19/04/2024

Cote : 635 MEI

Résumé : Des conseils pour pallier au manque d'eau (canicules, sécheresses, restrictions) et l'économiser au jardin : pailler les massifs, ombrer les espaces, concevoir un jardin sec méditerranéen, récupérer l'eau de pluie, entre autres.



Tranchant, Jean-Paul

Un jardin d'aromatiques sur mon balcon : guide simple et pratique pour cultiver 25 herbes et fleurs aromatiques en pots

Alternatives

14/03/2024

Cote : 635.9 TRA

Résumé : Des conseils pratiques pour cultiver, entretenir et récolter les 25 plantes aromatiques et fleurs comestibles les mieux adaptées à la culture en pot : lavande, romarin, basilic, entre autres. L'auteur présente le matériel de base puis propose différentes méthodes pour conserver ses récoltes.



Berners-Lee, Mike

Peut-on encore manger des bananes ? : l'empreinte carbone de tout

L'arbre qui marche

14/03/2024

Cote : 640 BER

Résumé : Pionnier de la quantification carbone, l'auteur présente les bons gestes à adopter au quotidien afin de réduire efficacement son empreinte carbone, tordant le cou à de nombreuses idées reçues en matière d'alimentation, de transport, de consommation et de logement.



Strouk, Noémie
Recettes light inratables !

Larousse
24/04/2024

Cote : 641.56 REG

Résumé : De l'apéritif au dessert en passant par les plats principaux, 200 recettes légères nécessitant peu d'ingrédients et simples à réaliser, alliant saveur et équilibre.



Lossy, Marie
Cuisine sans allergène

Hugo New Life
06/03/2024

Cote : 641.56 REG

Résumé : Plus de soixante recettes salées et sucrées ne comprenant aucun des quatorze allergènes à déclaration obligatoires, pour le quotidien ou des occasions plus particulières comme des fêtes et des anniversaires.



Chabot, Clément
Martins, Sandra
Installer & utiliser des toilettes sèches

Rustica
26/04/2024

Cote : 643.5 CHA

Résumé : Un guide pour découvrir les différents types de toilettes sèches, leurs avantages et inconvénients, comment les installer et les utiliser au quotidien afin de préserver l'eau potable.



Chabot, Clément
Martins, Sandra
Produire son électricité solaire

Rustica
26/04/2024

Cote : 644 CHA

Résumé : Les auteurs expliquent comment passer le cap de la sobriété énergétique et développer sa propre autonomie en se coupant partiellement ou totalement du réseau électrique. Ils fournissent toutes les informations pratiques pour dimensionner et mettre en place une installation solaire permettant d'assurer ses besoins électriques fondamentaux, sans passer par des panneaux solaires sur le toit.



Maciejak, Véronique

[Ca file good à la maison ! : le livre déculpabilisant qui veut du bien aux enfants mais surtout aux parents](#)

Eyrolles

08/02/2024

Cote : 649 MAC

Résumé : Des informations, des astuces et des témoignages de parents sur les problématiques éducatives à la maison et les relations au sein de la famille, dans une perspective de prise de recul pour y voir plus clair au quotidien.



Miller, Donald

[Faites décoller votre petite entreprise : six étapes pour donner des ailes à votre activité](#)

Pearson

05/04/2024

Cote : 658 MIL

Résumé : Un guide proposant les différentes étapes qui permettent de développer et valoriser sa petite entreprise via l'activation des différents maillons de la chaîne de valeur, sous la métaphore d'un plan de vol. Avec des fiches et des outils sur les thèmes du marketing, du commercial, de la trésorerie, entre autres.



Longechal, Robert

[Le grand livre de la menuiserie et du travail du bois](#)

Dunod

29/03/2023

Cote : 684 LON

Résumé : Un guide pratique pour apprendre à réparer des volets en bois ou une porte, à construire une bibliothèque, à fabriquer des étagères, etc. Cette édition intègre six nouvelles fiches.



Holtz, Gérard
Holtz, Julien
[Légendes des jeux Olympiques](#)

Gründ
23/05/2024

Cote : 796.48 HOL

Résumé : L'histoire des jeux Olympiques est retracée depuis l'Antiquité, évoquant les événements marquants, les records, les parcours des athlètes, les jeux Paralympiques, le dopage, entre autres.



Bazin, Sylvain
[La France à pied au fil de l'eau : 22 randonnées le long des cours d'eau et du littoral](#)

Vagnon
15/03/2024

Cote : 796.51 FRA

Résumé : 22 randonnées sont proposées pour découvrir la France à pied, le long du littoral, des canaux, des fleuves et des rivières : les gorges de l'Allier, les châteaux de la Loire, les villages de Dordogne, entre autres. Chaque itinéraire est accompagné d'une description du circuit, d'informations essentielles et d'un QR code permettant de télécharger le fichier GPX du parcours.



[Sports et histoires de Paris... à pied](#)

Fédération française de la randonnée
02/05/2024

Cote : 796.51 PAR

Résumé : 18 randonnées traversant Paris d'est en ouest ou du nord au sud permettent de découvrir ses quartiers pittoresques (le Quartier latin, la montagne Sainte-Geneviève, la Butte-aux-Cailles, etc.), ses anciens villages, ses parcs et ses espaces verts (Buttes-Chaumont, Montsouris, Monceau, Champ-de-Mars ou Jardin des Plantes), ainsi que les équipements sportifs prévus pour les jeux Olympiques.