

*consultation  
UNIQUEMENT  
sur place*



# NOUVEAUTÉS

## DOCUMENTAIRES

Mai 2025

Bibliothèque  
francophone  
multimédia  
[bfm.limoges.fr](http://bfm.limoges.fr)

**Bfm Aurence**





## Managers toxiques : mode d'emploi : les clés pour les apprivoiser

**Adeline Perez**

Hachette pratique, août 2024

Après avoir défini la toxicité et le rôle des RH, l'auteure propose des outils pour mieux comprendre les interactions en entreprise et créer des relations saines et harmonieuses dans le monde du travail. Des anecdotes ainsi que des interviews de professionnels complètent l'ensemble.

**Cote : 158.7 PER**



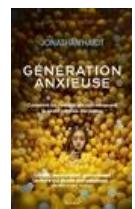
## Les démarches administratives, impôts, sécu, CAF... : j'y comprends rien : ce livre va vous sauver

**Yun J. Inada**

Hachette pratique, mars 2025

Des réponses simples et détaillées en infographie pour faciliter les démarches administratives organisées en six thèmes : la santé, le logement, la voiture, le travail, les impôts et la banque.

**Cote : 352.7 INA**



## Génération anxieuse : comment les réseaux sociaux menacent la santé mentale des jeunes

**Jonathan Haidt**

Les Arènes, janvier 2025



A l'heure où les adolescents subissent une grave crise de santé mentale, l'auteur s'appuie sur de nombreuses études pour montrer comment le smartphone perturbe le développement de l'enfant : privation de sommeil, privation sociale, fragmentation de l'attention, baisse de l'estime de soi, etc. Il explore les mesures que peuvent prendre les gouvernements pour remédier à ce problème.

**Cote : 302.2 HAI**



## Vivre avec les hommes : réflexions sur le procès Pelicot

**Manon Garcia**

Flammarion, mars 2025

La philosophe féministe a assisté au procès de Mazan. Elle analyse son impact, ce qu'il dit des angles morts du combat féministe, de la conception du viol et de la sexualité, mais plus largement, de la cohabitation entre les hommes et les femmes.

**Cote : 364 GRA**



## Les juges et l'assassin

**Gérard Davet, Fabrice Lhomme**

Flammarion, janvier 2025

Présentation de l'enquête judiciaire menée par trois juges français et de ses révélations, dans le cadre de la recherche de responsables pour les victimes de la crise sanitaire liée à l'épidémie de Covid-19 en France. Pendant cinq ans, les magistrats ont rassemblé des documents secrets, convoqué des centaines de personnes et mis en cause trois ministres.

**Cote : 320.944 DAV**



## L'eau

**Frédéric Hoffmann, Teddy Auly et Anne-Marie Meyer**

Confluences, mars 2014

Les définitions des termes liés à l'eau, à ses usages, aux modifications et aux perturbations de son cycle.

**Cote : 551.48 EAU**



## Accueillir les animaux dans mon jardin

**Gérard Sasias**

Artémis, février 2025

Un ensemble de méthodes variées et efficaces pour accueillir oiseaux, insectes pollinisateurs, hérissons ou crapauds chez soi et les observer de près. Avec des portraits de différentes espèces ainsi que des conseils afin d'organiser et d'adapter son jardin à la faune locale.

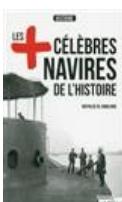
**Cote : 591.7 SAS**



## Le petit Larousse de la taille : savoir tailler 800 arbres, arbustes, rosiers, fruitiers...

**Christopher Brickell, David Joyce**

Larousse, février 2024



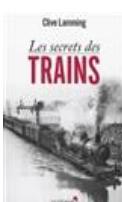
## Les + célèbres navires de l'histoire

**Mathilde de Jamblinne**

La boîte à Pandore, mai 2016

Présentation chronologique de différents navires emblématiques ayant marqué l'histoire : les bateaux des conquêtes de Jules César et des découvertes de Magellan, le Kon-Tiki, le Bellerophon, le Potemkine, le Bounty, le Bismarck, le Titanic, les caravelles de Christophe Colomb, la Pérouse, le Calypso, etc.

**Cote : 623.82 JAM**



## Les secrets des trains

**Clive Lamming**

La librairie Vuibert, janvier 2012

Des histoires insolites, des anecdotes, des informations techniques et historiques sur les chemins de fer et les trains.

**Cote : 625 LAM**

Une présentation des grands principes et des techniques spécifiques de la taille de formation et d'entretien pour plus de 800 plantes : arbres et arbustes d'ornement, arbres fruitiers, plantes grimpantes et rosiers. Les auteurs fournissent une méthode geste par geste, tout en images.

**Cote : 634 BRI**



## Les légumes insolites, rares et méconnus

**Gérard Sasias**

Artémis, février 2025

Une sélection de près de cent légumes originaux et peu connus, adaptés au climat français, présentés sous forme de fiches avec des conseils de culture détaillés : ail des ours, basilic chinois, cardon, épinard sauvage, folette, génotte, jicama, margose, onogre, physalis, pois sabre, quinoa, entre autres.

**Cote : 635 SAS**



## Potagers surélevés : faciles et productifs

**Sébastien Chazal**

Rustica, février 2024

Des conseils pour cultiver en potager surélevé, de la fabrication à la récolte. Dix plantes parmi les plus adaptées à ce mode de culture sont présentées : basilic, épinard, fraisier, entre autres. Avec un calendrier des semis.

**Cote : 635 CHA**



## Mon jardin autosuffisant : se nourrir et économiser

**Huw Richards & Sam Cooper**

First editions, février 2025



Un guide pour mettre en place un potager autonome et autosuffisant tout au long de l'année, quel que soit l'espace. Des recettes ainsi que des astuces pour conserver ses légumes, éviter le gaspillage ou ne pas produire de déchets complètent l'ouvrage.

**Cote : 635 RIC**



## Multiplication des plantes

**Miranda Smith**

Artémis, février 2019

Présentation illustrée pour se perfectionner en semis, bouturage, marcottage ou greffage, avec des informations sur l'outillage et le matériel nécessaire.

**Cote : 635.9 SMI**



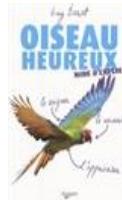
## Le petit Larousse du cheval et du poney

**Emilie Gillet, photographies Bob Langrish**

Larousse, octobre 2023

Un panorama sur l'univers du cheval, du poney et de l'équitation : comprendre l'animal, les activités équestres, l'entretien et les soins de l'animal, la présentation de cinquante races et des métiers liés au cheval.

**Cote : 636.1 GIL**



## Oiseau heureux : mode d'emploi

**Guy Barat**

De Vecchi, septembre 2009

De nombreux conseils pour apprendre à reconnaître les différentes espèces, comprendre le comportement de son oiseau. Les règles de base concernant sa cage, son alimentation ou les soins nécessaires.

**Cote : 636.6 BAR**



## Le meilleur vétérinaire c'est vous !

**Docteur Jean Cuvelier**

Larousse, mars 2024

Les conseils d'un vétérinaire pour prendre soin de son chien au quotidien : alimentation, hygiène de vie, blessures, santé mentale.

**Cote : 636.7 CUV**



## Les chiens : fidèles et affectueux

**Tom Jackson**

Editions de l'Imprévu, janvier 2025

Des huskies aux bergers allemands en passant par les collies, les chihuahuas, les Shih Tzu, les Jack Russell ou les labradors, un panorama des races de chiens du monde entier, sauvages ou domestiques, explorant les caractéristiques physiques, le comportement et les relations qui lient cet animal aux hommes.

**Cote : 636.7 JAC**



**A la découverte de la fermentation : apprendre à réaliser konbucha, kéfir, légumes lacto-fermentés...**

**Irène Banas, Jean-Baptiste Liscic**

Editions Marie-Claire, novembre 2021

Une présentation des bienfaits de la fermentation accompagnée de conseils pour réussir ses aliments fermentés.

**Cote : 641.4 BAN**



**Végétlicieux : 100 recettes végan pour une alimentation santé**

**Michèle Schmitt-Remark**

**Ecce, juin 2024**

Des principes nutritionnels mettant en avant les bienfaits d'une alimentation biologique accompagnés de recettes véganes destinées à les mettre en pratique.

**Cote : 641.56 SCH**



**Régime méditerranéen : Le plaisir de manger santé**

**Nathalie Verret**

Modus Vivendi, février 2025

Osez cuisiner pour bien manger. Le régime méditerranéen vous interpelle ? Grâce à ce livre, sachez quoi manger et cuisinez - c'est facile - pour prendre le contrôle de votre alimentation et de votre santé. Découvrez 53 recettes.

**Cote : 641.56 VER**

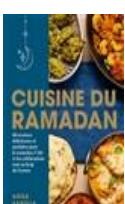


**100 recettes du monde**

Webedia books, mars 2025

Cent recettes pour découvrir la cuisine internationale : ramen, tacos, ceviche, tajine, entre autres.

**Cote : 641.59 MON**



**Cuisine du ramadan : 80 recettes délicieuses et parfaites pour le ramadan, l'Aïd et les célébrations tout au long de l'année**

**Anisa Karolia**

Hachette pratique, janvier 2025

80 recettes faciles à réaliser pour fêter le ramadan et l'Aïd en famille ou avec ses amis en dégustant les plats les plus populaires accompagnés de chutneys, de salades, de pains, de boissons ou encore de desserts.

**Cote : 641.56 KAR**



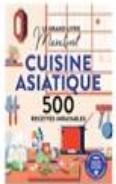
**Algérie : 60 recettes saines et savoureuses**

**Sherazade Laoudedj**

T. Souccar, juin 2024

Soixante recettes traditionnelles algériennes faibles en glucides : rechta, kemia, couscous, tajines, soupes, chorba, karantita, dolma, entre autres.

**Cote : 641.59 ALG**



## Le grand livre Marabout cuisine asiatique : 500 recettes inratables

**Jody Vassallo, Emily Ezekiel, Tom Kime et al.**

Marabout, janvier 2025

Ce tour d'Asie présente les recettes de plats japonais, chinois, coréens, thaïs, vietnamiens et cambodgiens les plus emblématiques : yakiudon, laksa de poulet, dim sum au poulet et aux shiitakés, bossam, etc. Avec un guide des aliments spécifiques de ces cuisines.

**Cote : 641.59 ASI**



## Simplissime : risottos et riz sautés les + faciles du monde

**J.-F. Mallet**

Hachette pratique , mars 2025

Des recettes simples de risottos et riz sautés : risotto aux artichauts, aux champignons ou à la betterave, riz au safran et amandes, à l'indienne ou au paprika et au cumin, biryani de crevettes, riz sauté à la saucisse chinoise, paella à l'encre, entre autres.

**Cote : 641.6 MAL**



## Cuisinez comme un vrai Italien : super facile, super bon, super sexy !

**Angelo Coassin**

Mango, février 2025

70 recettes italiennes présentées par le cuisinier suivi par des millions d'abonnés sur les réseaux sociaux : carbonara, focaccia, tiramisu, glaces, pizzas, cocktails, entre autres.

**Cote : 641.59 ITA**



## Les dimanches à la plancha : la meilleure alliée de l'été

**Pierre Manas**

First Editions, mars 2025



Des recettes de viandes, de légumes, de poissons et de desserts à réaliser à la plancha : barbecue coréen, poulet yassa, rösti, tomates provençales, dorade au piment, camembert pané, brioche grillée à l'orange, pêches rôties, entre autres.

**Cote : 641.7 MAN**



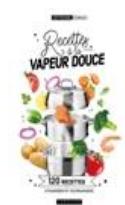
## Cuisiner les plantes sauvages des chemins

**Titiane Haton**

Ulmer, février 2025

Un guide pour cuisiner, mais aussi identifier et cueillir, 22 plantes sauvages comestibles qui poussent dans les prairies, en lisière de forêt ou au bord des chemins.

**Cote : 641.6 HAT**



## Recettes à la vapeur douce : 120 recettes vitaminées et gourmandes

**Elisabeth Guedes, Noémie Strouk**

Larousse, mars 2025

Des recettes pour préparer des plats sains et gourmands à l'aide du vitaliseur, afin de cuire les légumes, les viandes, les poissons ou encore les céréales à la vapeur douce en conservant la valeur nutritionnelle des aliments tout en éliminant les toxines, les pesticides ainsi que les mauvaises graisses.

**Cote : 641.7 GUE**



## Créer son entreprise : 2025

**Carine Sfez**

Prat, septembre 2024

Toutes les étapes de la création d'entreprise sont détaillées : étude de marché, élaboration et réalisation du projet, choix de la structure juridique et des modes de financement, démarrage de l'activité. Avec des cas pratiques, des conseils, de nombreux modèles de lettres et des coordonnées d'organismes utiles.

**Cote : 658 SFE**

## L'invincible papier

**Camille Palandjian**

Ed. du Palio, juillet 2021

Un tour d'horizon des raisons de la résilience du papier comme matériau versatile et résistant à travers les siècles. Son caractère recyclable, son prix, la rupture historique qu'il a engendrée et ses diverses propriétés sont cités comme les atouts d'une endurance hors norme même à l'ère du numérique.

**Cote : 676 PAL**

## Rénovation : lancez-vous ! : si on l'a fait, vous pouvez le faire aussi...

**Lilian & Valentin Gougeon-Richard**

Larousse, octobre 2024



Des techniques et des conseils pour élaborer son projet, rénover son bien puis l'aménager : travaux de structure, d'isolation, de chauffage, d'électricité, de plomberie et de décoration. Pour chaque pièce d'un logement, des recommandations sont proposées.

**Cote : 684 GOU**



## Ecosse : 2025-2026

**Philippe Gloaguen**

Hachette tourisme, mars 2025

Des informations culturelles et historiques, un choix d'adresses mises à jour, des renseignements pratiques et des circuits touristiques par région et par ville, pour visiter Edimbourg, Glasgow, les Highlands ou encore les îles Shetland. Avec des idées d'itinéraires selon la durée du séjour.

**Cote : 914.1 ECO**



## Jersey, Guernesey : îles Anglo-Normandes

**Marie-Hélène Chaplain**

Hachette tourisme, mai 2023

Un guide pour découvrir les îles Anglo-Normandes : Jersey, Guernesey, Herm, Sark et Alderney. Avec des suggestions d'activités et de sorties ainsi qu'une sélection d'adresses de cafés, de restaurants ou de boutiques de produits locaux.

**Cote : 914.1 JER**



## Vienne et ses environs : 2025-2026

**Philippe Gloaguen**

Hachette tourisme, mars 2025

Guide pour découvrir la capitale autrichienne regroupant des informations historiques et culturelles, des renseignements pratiques, des circuits de visite et une sélection d'adresses : hôtels, restaurants ou commerces. Avec des QR codes pour accéder à des photographies de Vienne.

**Cote : 914.36 VIE**





## Pays de la Loire : Nantes, Noirmoutier, île d'Yeu, Val de Loire : 2025-2026

Philippe Gloaguen

Hachette tourisme, mars 2025

Des informations culturelles et des renseignements pratiques mis à jour sur la région, les départements de la Loire-Atlantique, du Maine-et-Loire, de la Mayenne, de la Sarthe, de la Vendée et sur le Parc naturel régional du Marais poitevin. Avec une sélection d'adresses d'hébergements, de visites, des descriptions de circuits et un plan de Nantes.

Cote : 914.41 PAY



## Algérie

Dominique Auzias, Jean-Paul Labourdette

Nouv. Ed. de l'Université, janvier 2025

Des renseignements pratiques comme le logement, la restauration ainsi que le transport, avec des informations culturelles ou touristiques (histoire, économie, art et culture, spectacles ou encore visites) pour préparer son voyage et organiser son séjour. Un code permet d'accéder à la version numérique gratuite.

Cote : 916.5 ALG



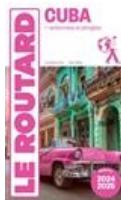
## Bruxelles et ses environs : 2025-2026

Philippe Gloaguen

Hachette tourisme, mars 2025

Des renseignements pratiques pour organiser son séjour, des informations historiques, culturelles et touristiques, des itinéraires de visite ainsi qu'une sélection d'adresses pour se loger, se restaurer ou encore sortir.

Cote : 914.93 BRU



## Cuba : + randonnées et plongées : 2024-2025

Philippe Gloaguen

Hachette tourisme, juillet 2024

Pour organiser son séjour, des renseignements pratiques, des informations sur la culture, l'histoire, le patrimoine de l'île et des idées de circuits touristiques.

Cote : 917.29 CUB



## Oui, cheffe ! : du Bénin à l'étoile Michelin, itinéraire d'une battante

Georgiana Viou

M. Lafon, mars 2025



## Crète : et nos meilleurs spots de randonnées : 2025-2026

Philippe Gloaguen

Hachette tourisme, mars 2025

Des renseignements pratiques afin d'organiser son séjour et se déplacer dans l'île, des informations historiques, culturelles et touristiques, des itinéraires de visite ainsi que des sélections d'adresses : hôtels, restaurants, cafés, loisirs, etc.

Cote : 914.95 CRE

La cheffe raconte son parcours de jeune Béninoise devenue la première femme noire étoilée au guide Michelin. Elle grandit au Bénin où sa mère l'initie à la cuisine traditionnelle. Violée à 14 ans, elle se construit dans le secret puis part étudier à Paris où elle affronte la précarité et le racisme ordinaire. Son départ pour Marseille est le début de son éveil à la cuisine professionnelle.

Cote : 920.9 VIO