

MÉDIATHÈQUE JOSEPH SCHAEFER

Découvrir les

NOUVEAUTÉS DOCUMENTAIRES



JUIN 2022

©Données Electre



EX.1027937089
641.5 COU

L'alimentation des centenaires : cueillir, cuisiner, savourer : le véritable régime crétois
Couplan, François

Résumé : L'ethnobotaniste présente les principes de ce régime et ses bienfaits. Les Crétois consomment quotidiennement des fruits et des légumes riches en antioxydants, luttant ainsi contre le vieillissement des cellules. L'auteur propose une alimentation légère et équilibrée à base de plantes sauvages. Il donne des conseils pour apprendre à les reconnaître, à les cueillir et à les cuisiner.



EX.1027938089
333.9 BLA

Atlas mondial de l'eau : défendre et protéger notre bien commun
Blanchon, David

Résumé : Le géographe présente une synthèse sur la question de l'eau en cent cartes et infographies : utilisation et gestion des ressources en eau, ainsi que défis sanitaires, sociaux, économiques et environnementaux. Les choix politiques et les scénarios possibles à venir sont également détaillés.



EX.1027933089
641.5 SAL

Endométriose : ma cuisine bienfaisante et naturelle

Salvador, Aurélie

Résumé : 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.

Santé & Bien-être



EX.1027935089
613.7 ANT

Good bye fatigue ! : l'art de ne plus subir sa fatigue et celle des autres

Anthony, Léonard

Overjoy

Résumé : Des solutions simples et concrètes pour se libérer des différentes formes de fatigue qui affectent les gens au quotidien.

Santé & Bien-être



EX.1027940089
914.9 GRE

Grèce

Lonely planet
Guide de voyage

Résumé : Des renseignements pratiques, culturels et historiques sur la Grèce et des informations touristiques région par région.



EX.1027936089
320.9 MON

Les larmes de Kaboul : carnets afghans

Montali, Jean-Marie

Résumé : Grand reporter spécialiste de l'Afghanistan, l'auteur, qui a notamment été intime du commandant Massoud, raconte les malheurs d'un peuple plongé dans la guerre depuis près d'un demi-siècle. Entre le traité de géopolitique, le carnet de voyage et la chronique historique, il rend hommage aux hommes et aux femmes rencontrés au cours de ses déplacements.

Coup de  ! Nacira



EX.1027931089
641.8 KIM

La pâtisserie au levain : nourrir le corps et l'esprit

Kimbell, Vanessa

Résumé : Cinquante recettes de pâtisseries accompagnées d'informations sur le levain et son importance pour la santé. Le processus de fermentation, le matériel et le rôle du microbiome intestinal sont expliqués.



EX.1027934089
914 GUI

Les petites routes : escapades buissonnières en France

Guilloud, Laurence

Résumé : Divisés en six rubriques, ces itinéraires permettent de découvrir les paysages français en ne se déplaçant que sur des petites routes.



EX.1027932089
641.8 BRO

Planches extraordinaires : 50 planches épatantes à grignoter pour toutes les occasions

Brown, Maegan

Artémis

Résumé : Cinquante planches composées d'aliments frais disposés de façon artistique ou originale, à partager en toute occasion : retour de l'école, soirée en amoureux, anniversaire, jour de match, etc.



EX.1027927089
303.4 PLA

Plantu, Reza : regards croisés

Plantu

Reza

Résumé : Témoins privilégiés des bouleversements des dernières décennies, le dessinateur Plantu et le photographe Reza portent un regard bienveillant sur le monde, invitant à la paix et au dialogue. Explorant des thématiques sociétales contemporaines, ils imaginent ici 80 œuvres associant les dessins de l'un aux clichés de l'autre, qu'ils commentent.



EX.1027929089
636 DEN

Les races d'animaux domestiques en France : étude générale et inventaire : plus de 650 races

Denis, Bernard

Vaissaire, Jean-Pierre

Résumé : 650 races d'animaux domestiques, issues d'une quinzaine d'espèces, sont présentées. Consacré à une espèce, chaque chapitre comporte une introduction offrant des informations générales suivie de courtes monographies sur toutes les races existant en France.



EX.1027930089
721 DAR

Ré-habiter : réutiliser, transformer, expérimenter

Darmon, Olivier

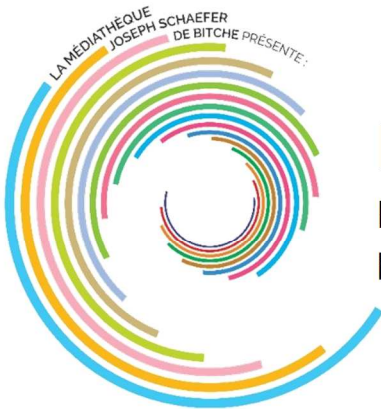
Résumé : Alors que la transition énergétique exhorte à ne plus démolir pour reconstruire, l'auteur présente vingt projets internationaux proposant des alternatives architecturales afin de valoriser des lieux abandonnés : bunker, grotte, garage, église, entre autres.

RETROUVEZ NOUS SUR

<https://www.facebook.com/mediathequedepartementale.josephschaefer/>

<http://www.mediathèque-josephschaefer.fr/>

©Données Electre



POUR RÉSERVER VOS DOCUMENTS

Rendez-vous sur le catalogue en ligne

<https://mediathèque-josephschaefer.c3rb.org/>

 **toutapprendre**
A vous de jouer !

Se divertir, découvrir, s'amuser... Accessible partout depuis votre ordinateur, tablette et smartphone, 24h/24 et 7j/7.

<http://biblio.toutapprendre.com>

Votre identifiant : votre numéro de carte

Votre mot de passe : votre nom de famille (en minuscule)