

Réduire sa facture domestique

Bilan énergétique, isolation par l'extérieur, installation d'une VMC à double flux, amélioration des ouvertures, adoption du chauffage au bois, récupération des eaux de douche... Étape par étape, l'auteur explique comment il a transformé sa maison passoire en maison basse consommation. Un guide de chantier instructif.

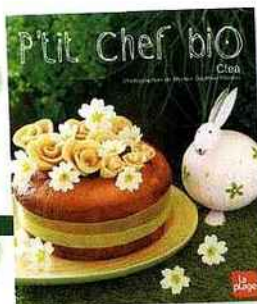
Rénovation basse consommation, Roland Dutrey, Terre Vivante, 160 p., 19 €.

Douceurs de l'hiver

Deux ouvrages sur les petits plaisirs à se concocter l'hiver... si joliment mis en page par La Plage : un délice. Fonds de tartes originaux réalisés avec des céréales, des fruits, des légumes... et une pléiade de petites merveilles acidulées, à base de citron pour les inconditionnels de cet agrume vitaminé.

C'est pas de la tarte, Fannie Denault, Éditions La Plage, 72 p., 9,90 €.

Douceurs citron bio, recettes et astuces de Cléa, La Plage, 71 p., 9,90 €.



Les enfants à la cuisine

Zoé sucré, Max acide, Léon salé et Lili amer sont les 4 héros de cet album, qui guident les enfants dans l'aventure de la cuisine. Ils proposent 20 recettes amusantes et poétiques, pour l'apéro, les goûters de fêtes et anniversaires, mais aussi pour tous les jours, avec des ingrédients simples et naturels.

P'tit chef bio, Cléa, Éditions La Plage, 96 p., 19,90 €.

Bien vivre grâce aux abeilles

Pionnière de l'apiculture bio, Catherine Ballot-Flurin expérimente, depuis 30 ans, un mode d'élevage qui respecte la ruche, l'environnement et l'homme. Dans cet ouvrage, elle passe en revue tous les produits apicoles : miel, pollen, gelée royale, propolis ou venin... et nous fait découvrir toutes leurs vertus. Des recettes dans les domaines de l'alimentation, de l'hygiène, de la beauté et de la santé complètent les explications.

Les bienfaits de l'apithérapie, Catherine Ballot-Flurin, Éditions Eyrolles, 158 p., 12,90 €, nov. 2009.



À découvrir également

- Comprendre le réchauffement climatique. Raphaël Trotignon, Éditions Pearson, 110 p., 9,95 €, oct. 2009.
- La spiruline, saveurs et vertus. Belda Sisso, Éditions Grancher, 160 p., 16 €, nov. 2009.
- Le sel, saveurs et vertus. Laura Panaïte, Éditions Grancher, 160 p., 15 €, nov. 2009.
- Les plantes aphrodisiaques. Alain Tardif, Anagramme Éditions, 127 p., 16,90 €.
- Thés verts, cuisine, santé, beauté. Jeanne Nguyen, Éditions Nouvel angle, 96 p., 8,90 €.

