

Allergies au quotidien !, guide des premiers secours pour toute la famille

Livre

Olivier, Véronique (1972?-....). Auteur | Auriol, Philippe (1966-....). Auteur

Edité par [Scrinéo. Paris](#) - 2013

Les allergies n'ont de cesse de vous compliquer la vie ? Il faut bien constater qu'elles s'invitent partout : dans l'assiette, sous la couette, à l'école et même en vacances. à tel point que vous ne savez plus par où commencer ni comment faire ! Soyez optimiste et découvrez que si l'allergie semble être une fatalité, c'est aussi une maladie évolutive dont on guérit et, avec des habitudes de vie adaptée, que l'on peut apprivoiser. Une maman écrivain et un médecin allergologue ont uni leurs compétences et leur expérience pour vous dispenser des conseils efficaces, un éclairage concret et des réponses adaptées aux nombreuses allergies qui émaillent votre quotidien. Ils vous apportent des solutions pratiques pour gérer les allergies alimentaires, anticiper les allergies de contact, comprendre les allergies croisées, se préparer à l'arrivée d'un bébé potentiellement allergique, vivre avec son asthme, aménager son habitat pour en réduire la pollution intérieure, appréhender la période des pollens, choisir ses cosmétiques, . Des tableaux récapitulatifs, des encadrés scientifiques, des témoignages et un glossaire vous aident à trouver rapidement la bonne information.

[Voir la collection «Guides de premiers se...](#)

[Autres documents dans la collection «Gu...](#)

Note

- Bibliogr. p. 315-317. Webliogr. p. 317. Glossaire. Index

Type de document

Livre

Langue

français

Description physique

1 vol. (317 p.) ; ill. en coul., couv. ill. en coul. ; 22 cm

Date de publication

2013

Collection

[Guides de premiers secours](#)

Cotes

- 211 OLI

Sections

Santé, psycho & éducation

ISBN

978-2-36740-046-4

EAN

9782367400464

Popularité

Document emprunté 1 fois ces 6 derniers mois

Sujets

- [Allergie](#) □
- [Allergiques](#) -- [Vie pratique](#) -- [Guides](#) □

Classification

Allergies

[Plus d'informations...](#)

Site	Emplacement	Cote
Médiathèque l'Echo	Santé, psycho & éducation	211 OLI



Maquillage, 50 leçons pour un make-up frais et tendance en 10 minutes

Livre

[Entrup, Boris. Auteur](#)

Edité par [Vigot. Paris](#) - 2014

B. Entrup, maquilleur professionnel spécialiste, propose cinquante tendances de maquillage rapides à réaliser, du plus naturel au plus sophistiqué. Electre 2014

Type de document

Livre

Langue

français

Description physique

1 vol. (144 p.) ; ill. en noir et en coul., couv. ill. en coul. ; 24 cm

Date de publication

2014

Liens

- Est une traduction de : 10 minute make-up

Cotes

- 235 ENT

Sections

Santé, psycho & éducation

ISBN

978-2-7114-2300-2

EAN

9782711423002

Sujets

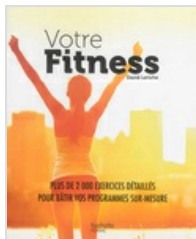
- [Maquillage](#) ☐
- [cosmétique](#)

Classification

[Soins à la personne](#)

[Plus d'informations...](#)

Site	Emplacement	Cote
Médiathèque l'Echo	Santé, psycho & éducation	235 ENT



Votre fitness

Livre

[Leriche, David.](#) Auteur

Édité par [Hachette forme.](#) Paris - 2014

Note

- La couv. porte en plus : "plus de 2000 exercices détaillés pour bâtir vos programmes sur-mesure"
- Bibliogr. p. 222

Type de document

Livre

Langue

français

Description physique

1 vol. (223 p.) ; ill. en coul., couv. ill. en coul. ; 24 cm

Date de publication

2014

Contributeurs

[Juillard, Valérie.](#) Illustrateur

Cotes

- 869 FOR

Sections

Loisirs, langues & formation

ISBN

978-2-01-231239-5

EAN

9782012312395

Sujets

- [Exercices physiques](#) □

Classification

[SPORTS](#)

[Plus d'informations...](#)

Site	Emplacement	Cote
Médiathèque l'Echo	Loisirs, langues & formation	869 FOR



50 façons de faire le tour du monde avec un titi bien tonique

Livre

[Deny, Madeleine. Auteur](#)

Édité par [Tourbillon. Paris](#) - 2013

Des idées et des activités simples à réaliser avec son enfant pour l'occuper durant les voyages ou n'importe où à l'extérieur de la maison (musée, restaurant, etc.). Electre 2014

[Voir la collection «50 façons»](#)

[Autres documents dans la collection «50...](#)

Type de document

Livre

Langue

français

Description physique

1 vol. (141 p.) ; illustrations en couleur ; 10 x 11 cm

Date de publication

2013

Collection

[50 façons](#)

Cotes

- 245 DEN

Sections

Santé, psycho & éducation

ISBN

978-2-84801-879-9

EAN

9782848018799

EAN Papier

9782848018799

Sujets

- [Enfants -- Loisirs -- Guides, manuels, etc.](#)
- [jeu](#)

Classification

[Bien-être et loisirs des bébés](#)

[Plus d'informations...](#)

Site

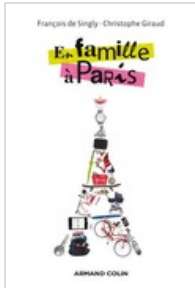
Emplacement

Cote

Médiathèque l'Echo

Santé, psycho & éducation

245 DEN



En famille à Paris

Livre

Singly, François de (1948-....). Auteur | Giraud, Christophe (1970-....). Auteur

Édité par A. Colin. Paris - 2012

[Voir la collection «Sociétales \(Paris\)»](#)

[Autres documents dans la collection «So...](#)

Note

- Bibliogr. 193-196. Filmogr. p. 196

Type de document

Livre

Langue

français

Description physique

1 vol. (211 p.) ; graph., couv. ill. en coul. ; 24 cm

Date de publication

2012

Collection

[Collection Sociétales](#)

Contributeurs

[Caridade, Guillaume.](#) Collaborateur

Cotes

- 112 SIN

Sections

Santé, psycho & éducation

ISBN

978-2-200-28418-3

EAN

9782200284183

Sujets

- [Famille -- Sociologie -- France -- Paris \(France\) -- 1990-.... -- Enquêtes](#)□
- [Paris \(France\) -- Conditions sociales -- 1990-.... -- Enquêtes](#)□

Lieux

- [Paris \(France\) -- Conditions sociales -- 1990-.... -- Enquêtes](#)□

Classification

[Psychologie sociologie de la famille](#)

[Plus d'informations...](#)

Site

Emplacement

Cote

Médiathèque l'Echo

Santé, psycho & éducation

112 SIN



Pleine forme

Livre

Kersimon, Isabelle. Auteur | Pasquier, Annick. Auteur | Tingherian, Catherine. Auteur

Édité par Hachette. Paris - 2004

[Voir la collection «Maxi pratiques. Santé»](#)

[Voir la collection «Maxi pratiques»](#)

[Autres documents dans la collection «M...](#)

[Autres documents dans la collection «M...](#)

Note

- La couv. porte en plus : "ventre plat, fessiers toniques, belles jambes, relaxation, équilibre"
- Réunit : "Gym relax" ; "Ventre plat" ; "Abdos-fessiers" / Annick Pasquier. "Anti-cellulite" / Isabelle Kersimon. "Belles jambes" / Catherine Tinghérian

Type de document

Livre

Langue

français

Description physique

255 p. ; ill. en noir et en coul., couv. ill. en coul. ; 20 cm

Date de publication

2004

Collection

[Maxi pratiques](#) ; . Santé-beauté

Contributeurs

[Lafaix, Hélène. Illustrateur](#)

[Parra, Claudine. Illustrateur](#)

Cotes

- 869 FOR

Sections

Loisirs, langues & formation

ISBN

2-01-620932-1

EAN Papier

9782016209325

Sujets

- [Exercices féminins](#) ☐
- [Femmes -- Santé et hygiène](#) ☐

Classification

[SPORTS](#)

[Plus d'informations...](#)

Site

Emplacement

Cote

Médiathèque l'Echo

Loisirs, langues & formation

869 FOR



Tonifiez votre corps après 40 ans

Livre

Schuhr, Jutta. Auteur | Trunz-Carlisi, Elmar. Auteur

Édité par Vigot. Paris - 2006

[Voir la collection «Santé et bien-être»](#)

[Autres documents dans la collection «Sa...](#)

Note

- Bibliogr. Sites Internet. Index

Type de document

Livre

Langue

français

Description physique

1 vol. (127 p.) ; ill. en coul., couv. ill. en coul. ; 22 cm

Date de publication

2006

Collection

[Santé & bien-être, fitness](#)

Liens

- Est une traduction de : Bodystyling ab 40

Cotes

- 869 FOR

Sections

Loisirs, langues & formation

ISBN

2-7114-1796-4

EAN

9782711417964

Sujets

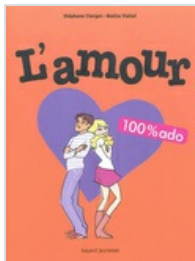
- [Condition physique féminine](#) □
- [Forme : condition physique](#)

Classification

[SPORTS](#)

[Plus d'informations...](#)

Site	Emplacement	Cote
Médiathèque l'Echo	Loisirs, langues & formation	869 FOR



L' amour

Livre

Clerget, Stéphane. Auteur | Viallet, Noémie (1983-....). Auteur

Édité par Bayard jeunesse. Montrouge - 2010

Une journaliste et un pédopsychiatre répondent aux interrogations que se posent les adolescents concernant l'amour et la sexualité.

[Voir la collection «100 % ado»](#)

[Autres documents dans la collection «10...](#)

Note

- Index

Type de document

Livre

Langue

français

Description physique

1 vol. (141 p.) ; ill. en coul., couv. ill. en coul. ; 22 cm

Date de publication

2010

Collection

[100 % ado](#)

Contributeurs

[Gomez, Lucile. Illustrateur](#)

Cotes

- 109 CLE

Sections

Santé, psycho & éducation

ISBN

978-2-7470-2067-1

EAN

9782747020671

Sujets

- [Amour -- Ouvrages pour la jeunesse](#)
- [Adolescents -- Psychologie -- Ouvrages pour la jeunesse](#)

Classification

[Psychologie sociologie des adolescents](#)

[Plus d'informations...](#)

Site	Emplacement	Cote
Médiathèque l'Echo	Santé, psycho & éducation	109 CLE



Gym et jeux d'éveil pour les 2-6 ans, à la maison, à l'école, en clubs de sports, en centres de loisirs

Livre

[Choque, Jacques \(1952-....\). Auteur](#)

Edité par [Amphora. Paris](#) - 2000

100 jeux classés en onze thèmes pour offrir à l'enfant un apprentissage concret de l'autonomie, des capacités d'adaptation et de socialisation, de la motricité et des coordinations motrices.

Type de document

Livre

Langue

français

Description physique

191 p. ; ill. en coul., couv. ill. en coul. ; 19 cm

Date de publication

2000

Cotes

- 245 CHO

Sections

Santé, psycho & éducation

ISBN

2-85180-542-8

EAN Papier

9782851805423

Sujets

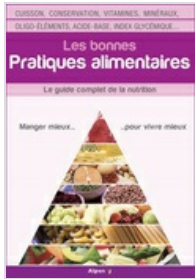
- [Gymnastique pour enfants](#) ☐
- [Exercices pour enfants](#) ☐
- [Gymnastique : enfant](#)
- [Activité d'éveil](#)

Classification

[Bien-être et loisirs des bébés](#)

[Plus d'informations...](#)

Site	Emplacement	Cote
Médiathèque l'Echo	Santé, psycho & éducation	245 CHO



Bien se nourrir pour vivre mieux, le guide complet de la nutrition

Livre

Edité par [Alpen éd.. Monaco](#) - 2012

Note

- La couv. porte en plus : "cuisson, conservation, vitamines, minéraux, oligo-éléments, acide-base, index glycémique..."

Type de document

Livre

Langue

français

Description physique

1 vol. (219 p.) ; ill. en coul., couv. ill. en coul. ; 24 cm

Date de publication

2012

Autre titre

- Les bonnes pratiques alimentaires (Titre de couverture)

Cotes

- 232 BON

Sections

Santé, psycho & éducation

ISBN

978-2-35934-143-0

EAN

9782359341430

Popularité

Document emprunté 1 fois ces 6 derniers mois

Sujets

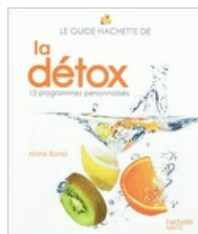
- [Nutrition](#) ☐
- [Aliments -- Composition](#) ☐
- [Equilibre acidobasique \(physiologie\)](#) ☐
- [produit alimentaire](#)

Classification

[Diététique](#)

[Plus d'informations...](#)

Site	Emplacement	Cote
Médiathèque l'Echo	Santé, psycho & éducation	232 BON



Le guide Hachette de la détox, 13 programmes personnalisés

Livre

[Borrel, Marie \(1952-....\). Auteur](#)

Édité par [Hachette santé. Paris](#) - 2012

Ce guide définit la détox et explique ses différents aspects, puis propose 13 programmes pour détoxifier son organisme.

Note

- Index. Bibliogr. Sites Internet

Type de document

Livre

Langue

français

Description physique

1 vol. (287 p.) ; couv. ill. en coul. ; 23 cm

Date de publication

2012

Cotes

- 232 BOR

Sections

Santé, psycho & éducation

ISBN

978-2-01-230591-5

EAN

9782012305915

Sujets

- [Cures détox](#) □
- [produit alimentaire](#)

Classification

[Diététique](#)

[Plus d'informations...](#)

Site	Emplacement	Cote
Médiathèque l'Echo	Santé, psycho & éducation	232 BOR



Coiffure, 80 leçons pour savoir réaliser tresses, chignons, noeuds et coques

Livre

[Butcher, Christina. Auteur](#)

Edité par [Vigot. Paris](#) - 2014

Note

- [Webliogr. p. 186. Glossaire. Index](#)

Type de document

Livre

Langue

français

Description physique

1 vol. (192 p.) ; ill. en noir et en coul., couv. ill. en coul. ; 24 cm

Date de publication

2014

Liens

- Est une traduction de : The hairstyle directory

Cotes

- 235 BUT

Sections

Santé, psycho & éducation

ISBN

978-2-7114-2299-9

EAN

9782711422999

Sujets

- [Coiffures \(cheveux\)](#) ☐

Classification

[Soins à la personne](#)

[Plus d'informations...](#)

Site

Emplacement

Cote

Médiathèque l'Echo

Santé, psycho & éducation

235 BUT