



CÔTÉ LIVRES
Par Sophie Dubois-Collet

Des ouvrages

De bons conseils, des inspirations, des idées neuves... Voilà tout ce que vous allez pouvoir glaner dans ces manuels pratiques!



GAIN DE TEMPS ET D'ARGENT

Faire les bons choix pour économiser plusieurs euros par jour et savoir mieux s'organiser afin d'avoir du temps pour soi. Ces rêves peuvent devenir réalité avec ce guide qui apprend à transformer le quotidien. En appliquant quelques astuces dans notre vie personnelle et professionnelle, on se rend rapidement compte qu'il est facile de reprendre le contrôle sur notre budget et notre emploi du temps. *Je (re) prends le contrôle, la méthode simple pour organiser sa vie, alléger le quotidien et enfin respirer*, de Mariel @leblogdeneroli, Hachette, 14,99 €.



DÉLICIEUX ET PAS CHER

Manger sainement en dépensant un minimum d'argent, tels sont les deux objectifs de Chloée Mussler, alias La Petite Chef Mumu, suivie par plus de 600 K followers sur Instagram. Dans son livre, elle propose une centaine de recettes gourmandes, de l'entrée au dessert, inspirées de la tradition familiale ou de ses voyages à travers le monde. Toutes se préparent avec des ingrédients peu coûteux, en 20 minutes, et sont originales à l'instar des nouilles sautées au beurre de cacahuète et coriandre ou de la pizza à la poêle champignons et olives. *L'Art de bien manger sans se ruiner*, de La Petite Chef Mumu, Marabout, 19,95 €.



DÉCORATION HARMONIEUSE

Et si vous profitez des beaux jours pour refaire votre décoration ? Stella Noula, architecte d'intérieur, décoratrice et créatrice de contenu, nous explique comment cerner ce qui correspond le mieux à notre personnalité, notre espace et nos envies. À travers des conseils concrets et des cas pratiques, elle révèle les façons d'harmoniser son intérieur, grâce à des associations de couleurs et au

placement du mobilier selon la luminosité, pour un logement à notre image où l'on se sentira bien. *Réussir sa déco pour être bien chez soi*, de Stella Noula, Jouvence, 19,95 €.



PRODUITS D'ENTRETIEN NATURELS

Outre coûter cher, les produits d'entretien industriels contiennent souvent des substances chimiques qui ajoutent des polluants dans la maison. Alors, pourquoi ne pas réaliser ses produits nettoyants soi-même ? Cet ouvrage propose plus de 100 recettes économiques, écologiques et efficaces pour une cuisine, une salle de bains, du linge et des meubles propres comme neufs. *Produits d'entretien maison*, d'Alice Delvaille, Artémis, 6 €.

MAXI-MALINS



MAISON APAISÉE

Vous aimeriez que votre intérieur soit aussi paisible qu'un petit cocon ? Grâce à de précieux conseils, Athénaïs Boge, magnétiseuse, nous aide à neutraliser les pollutions invisibles et à purifier notre intérieur. Pièce par pièce, elle nous dévoile les bonnes pratiques à mettre en place et les mauvaises habitudes à éviter pour obtenir une maison saine, se protéger des influences négatives et équilibrer les énergies de façon durable.

Ma Bible des énergies de la maison, d'Athénaïs Boge, Leduc, 24 €.

POTAGER MALIN

Vous voulez organiser votre potager ? Véritable outil pratique, facile à utiliser, ce coffret est composé de 40 cartes présentant chacune un légume, ses principes de culture, ses périodes optimales de semis, de plantations et de récoltes. Il suffit de les associer entre elles, en tenant compte des compagnonnages favorables et défavorables, pour visualiser immédiatement le plan de son futur potager. *Le petit potager*, de Céline Roland, Terre vivante, 19 €.



L'ÉCOLOGIE SANS PRISE DE TÊTE

Nous ignorons souvent que certains gestes simples peuvent avoir un impact positif pour la planète. C'est le constat que fait Mehdi Coly, co-fondateur de Team for the Planet, dans un livre aussi pragmatique qu'humoristique. Il explore tous les domaines du quotidien, des transports à la high-tech en passant par l'alimentation et la gestion de nos déchets, en nous donnant des astuces pour adopter les bonnes attitudes, sans faire de l'écologie une obsession. *Écolo mais pas relou*, de Mehdi Coly, Leduc, 18 €.