

# Bien vivre sa rentrée



© Brooke Cagle / Unsplash

À partir du 13 septembre 2023, la Bpi vous propose une sélection de ressources pour vous aider à bien commencer l'année universitaire.

Qu'on la redoute ou qu'on l'adore, elle revient inexorablement, chaque année en septembre : la rentrée ! Achats de fournitures, nouvelle garde-robe, nouvelles rencontres, bonnes résolutions et nouveaux objectifs... un cortège de petits rituels accompagne cette étape incontournable.

Synonyme de nouveau départ pour certains, de fin de l'insouciance pour d'autres, elle marque le retour sur les bancs de l'école ou de l'université, ainsi que pour beaucoup, le retour au bureau. Afin de vous accompagner dans ce temps fort de votre année, la BPI vous propose une sélection de ressources pour bien démarrer. Vous y trouverez des conseils méthodologiques pour votre cursus, mais aussi des ouvrages pour vous encourager dans votre organisation quotidienne et votre vie personnelle.

Retrouvez cette sélection au niveau 3 de la bibliothèque, dans le secteur Droit-Economie-Techniques, à partir du 13 septembre 2023.

## Table des matières

<b>1. S'organiser et travailler avec méthode.....</b>	<b>2</b>
<b>2. Cuisine, finances, logement... pour une vie quotidienne bien gérée .....</b>	<b>7</b>
<b>3. Émotions, relations ... trouver son équilibre.....</b>	<b>11</b>
<b>4. Sortie, sport, restaurants ... tirer le meilleur parti de la vie à Paris.....</b>	<b>13</b>
<b>5. Pour aller plus loin .....</b>	<b>17</b>

# 1. S'organiser et travailler avec méthode

## 50 outils pour mieux m'organiser : concours et examens

Rottenfus, Marie-Pierre ; Rottenfus, Loïc

Vuibert

2019

Un guide pour réussir un concours ou un examen en apprenant à s'organiser, avec cinquante outils concrets afin de savoir exploiter son potentiel, se fixer des objectifs, gérer son emploi du temps ou encore être serein au moment de l'épreuve.

A la Bpi, niveau 3 : **EMP A12 ROT**



---

## 7 jours pour tout lire plus rapidement : la méthode simple & efficace !

Gévert, Pierre

L'Etudiant

2021

Une méthode pour apprendre en une semaine à lire vite, sur support papier ou numérique. Avec des conseils pour développer ses capacités de mémorisation, améliorer sa qualité d'assimilation et augmenter son rythme de lecture. Des exercices et des tests sont proposés pour évaluer ses progrès.

A la Bpi, niveau 3 : **EMP A12 GEV**



---

## Bien organiser son temps de travail pour mieux réussir

Agbekoh, Yvonne Akouvi O.

L'Harmattan

2022

Education et médias

Docteure en sciences de l'éducation et de la formation, l'auteure s'adresse aux étudiants, chercheurs et éducateurs pour proposer une méthodologie du travail universitaire. Elle explique comment avoir une bonne motivation personnelle, organiser son entourage et son temps de travail, savoir rechercher, trouver et comprendre l'information utile ou encore la traiter et la mémoriser.

A la Bpi, niveau 3 : **EMP A12 AGB**



---

## Biologie : réussir sa première année de médecine : acquérir les connaissances en biologie cellulaire, biochimie et biologie moléculaire enseignées en première année d'études médicales

Nogret, Jean-Yves

Ellipses

2019

A destination des étudiants en première année de médecine, ce manuel offre les cours complets du programme de biologie ainsi que des astuces, des bilans synthétiques ou encore des exercices corrigés.

A la Bpi, niveau 3 : **611.4 NOG**





### **Choisir et réussir sa première année de droit : 2024**

Boyer, Pierre-Louis

Bruylant-Collection Paradigme

2023

Méthode

Un guide à destination des reçus au baccalauréat souhaitant s'orienter dans des études de droit.

L'auteur présente le contexte universitaire en droit, le fonctionnement des facultés, l'organisation des enseignements, la méthodologie, le travail par groupe, les fondamentaux de la discipline et l'esprit de la recherche ainsi que les exigences attendues de la part des étudiants.

A la Bpi, niveau 3 : **340(07) BOY**



### **En route pour ma 1re année de droit : préparez votre rentrée 2023**

Mouncif-Moungache, Mouna

Gualino

2023

Une initiation aux notions juridiques de base et aux exercices de la première année de droit : dissertation, fiche d'arrêt ou de décision, commentaire de texte juridique ou cas pratique. Avec des conseils pour organiser son travail, des encarts pour prendre des notes et des entraînements corrigés. Des quiz sont disponibles en téléchargement.

A la Bpi, niveau 3 : **340(07) COU**



### **L'étudiant stratège : comment surmonter les difficultés d'apprentissage grâce à la thérapie brève stratégique**

Bartoletti, Alessandro

Enrick B. éditions

2022

Pour surmonter les blocages et le sentiment de panique qui peuvent survenir lors d'un examen scolaire, l'auteur propose d'appliquer les principes de la thérapie brève stratégique.

A la Bpi, niveau 3 : **PRA D2 BAR**



### **Etudiants, boostez vos résultats avec les mind maps !**

Buzan, Tony

Eyrolles

2023

Les guides Buzan

Présentation des techniques de mémorisation, de mind mapping et de lecture rapide pour développer ses capacités d'apprentissage et améliorer ses résultats. Avec des exercices et des témoignages.

A la Bpi, niveau 3 : **EMP A12 BUZ**



### **Le guide de l'alternant**

Gloaguen, Philippe

Hachette Tourisme

2023

Le guide du routard

Présentation de ce système de formation proposant une synthèse des droits et des devoirs des alternants et de leur employeur, une liste des organismes dédiés classés par région ainsi que des conseils pour faciliter le quotidien des jeunes salariés.

A la Bpi, niveau 3 : **EMP A13 GLO**

---



### **Help ! Je veux réussir mes études : guide pratique pour réussir ses examens et concours**

Briand, Damien

JDH éditions

2021

Case blanche

Des conseils et des outils pour faire face à la surcharge de travail que représentent les examens et les concours en apprenant à planifier, à se motiver, à mémoriser ou encore à gérer son stress.

A la Bpi, niveau 3 : **EMP A12 BRI**

---



### **Préparer son entrée en fac de droit : une réponse claire et synthétique à chacune des questions que peut se poser l'étudiant**

Henocq, Kevin ; Galeran, Benjamin

Gualino

2023

En poche

37 fiches pour les nouveaux bacheliers afin de préparer leur entrée en faculté de droit autour de trois thématiques : la découverte de l'université, celle des premières semaines d'enseignement puis une ouverture proposant aux étudiants de renforcer leurs compétences en dehors des cours.

A la Bpi, niveau 3 : **DR BUR PFD**

---



### **Réussir l'expertise comptable : DCG, DSCG**

Laniaud, Julie

Vuibert

2023

Expertise comptable

Une méthode pour réussir les études d'expertise comptable et des pistes sur les parcours professionnels possibles une fois son diplôme obtenu.

A la Bpi, niveau 3 : **656.7(07) LAN**

---



### **Réussir sa licence d'histoire**

Galvez-Behar, Gabriel ; Gautier, Alban

Studyrama

2022

Principes. Méthodologie

Une présentation de l'enseignement de l'histoire pendant les trois années de licence, des conseils méthodologiques, des bibliographies commentées et une introduction aux exercices écrits et oraux : dissertation, commentaire composé et exposé.

A la Bpi, niveau 3 : **92(07) SUP**

---



### **Réussir sa première année de droit**

Contini, Raphaël ; Geninet, Béatrice ; Mouré, Stéphane

Studyrama

2023

Principes. Méthodologie

Les trois grands domaines du droit enseignés en première année de licence sont synthétisés : histoire du droit et des institutions, droit constitutionnel et droit civil. Des conseils méthodologiques permettent d'organiser son travail au cours de l'année universitaire et de se préparer aux partiels.

A la Bpi, niveau 3 : **340(07) REU**

---



### **Réussir ses études universitaires en France : guide pour les étudiants étrangers**

#### **How to succeed in your university studies in France : guide for international students**

Chanel, Armand ; Plauchu, Vincent

Campus ouvert

2021

Les auteurs présentent les principales méthodes du travail universitaire français, les modalités d'examen ainsi que les particularités de la vie en France. Ils évoquent notamment la prise de note, la fiche de lecture, l'exposé oral, le commentaire de texte, le logement ou encore les règles de politesse.

A la Bpi, niveau 3 : **EMP A12 CHA**

---



### **Réussir ses études, ça s'apprend : trois mois pour réussir : la méthode qui marche vraiment**

Bonnet, Bénédicte

IDEO

2021

Destiné aux élèves du lycée et aux étudiants en début de cycle universitaire, ce guide présente une méthode pour apprendre en trois mois à se fixer des objectifs, à reprendre confiance et à mieux mobiliser ses ressources grâce à des exercices quotidiens et à la méditation ou visualisation positive.

A la Bpi, niveau 3 : **EMP A12 BON**

---





### **Réussir ses examens et ses entretiens en ayant confiance en soi**

Dovero, Marc

Sully

2018

Des techniques pour modifier les causes profondes de l'anxiété, gérer son état émotionnel et reprendre confiance en soi face à une épreuve d'évaluation ou un entretien.

A la Bpi, niveau 3 : **EMP A12 DOV**

---



### **Savoir apprendre pour réussir : Les meilleures stratégies validées par la science Guide (imprimé et numérique) + MonLab + Multimédia (60 mois)**

Frédérique Escudier ; Karen Debas ; Simon Bourgoin-Castonguay

ERPI

2021

Savoir apprendre pour réussir - Les meilleures stratégies validées par la science , est un guide pratique qui présente les méthodes de travail et les stratégies pour mieux réussir à l'école en étudiant plus efficacement. Cet outil complet deviendra un coach, qui aidera l'étudiant à développer ses potentiels et à adopter de saines habitudes de vie pour atteindre ses objectifs.

A la Bpi, niveau 3 : **PRA D ESC**

---



### **Technique de l'apprentissage : tout pour réussir son cycle universitaire**

Tounkara, Sadjo

Harmattan Guinée

2019

Guide destiné aux étudiants pour améliorer son style d'apprentissage, sa motivation, son organisation personnelle et sa mémorisation, la maîtrise des outils numériques ou encore comment choisir son projet professionnel.

A la Bpi, niveau 3 : **EMP A12 TOU**

---



### **Trouver facilement un stage, un premier emploi : conseils & témoignages, les erreurs à éviter : un guide complet & efficace**

Sauvayre, Romy

L'Etudiant

2021

Des conseils et des astuces pour décrocher un stage ou un premier travail, destinés aux jeunes diplômés. Avec des témoignages et des quiz pour comprendre les besoins et les attentes des recruteurs.

A la Bpi, niveau 3 : **EMP B24 SAU**

---

## 2. Cuisine, finances, logement... pour une vie quotidienne bien gérée



### **1 repas 1 euro ou presque ! : 100 plats de la vraie vie à tout petit prix**

Sba, Marina

Solar

2022

Des recettes simples et peu chères, de l'entrée au dessert en passant par l'apéro : omelette normande, curry de pois chiche, cookie, tiramisu, entre autres. Avec des conseils pour optimiser ses courses tout en respectant son budget.

A la Bpi, niveau 3 : **641.4(076) SBA**

---



### **50 euros la semaine pour 4 personnes : 5 plats du soir pour 4 personnes pour moins de 50 euros !**

Thomann, Sandra

Larousse

2023

Cuisine pratique

Dix menus avec des plats du soir et des encas pour nourrir une famille de quatre personnes avec un budget en-dessous de 50 euros. Des astuces pour faire ses achats sans se ruiner sont également données.

A la Bpi, niveau 3 : **641.4 THO**

---



### **La colocation : 50 questions essentielles**

Laval, David

Bréal

2023

Les essentiels de l'immo

Ce guide pratique rappelle les principes juridiques de la colocation et cartographie les avantages et les inconvénients aussi bien pour les locataires que pour le propriétaire, occupant ou non, du logement loué.

A la Bpi, niveau 3 : **PRA F1 LAV**

---





### **Consommez moins pour vivre mieux : méthode et outils pour gérer son budget**

Alexandre, Marie-Ange

Eyrolles

2019

Eyrolles pratique. Vie quotidienne

Ce guide permet de maîtriser et de réduire ses dépenses. Il invite à prendre conscience de ses habitudes, développer des stratégies en fonction de sa situation personnelle et adopter un mode de vie plus vertueux.

A la Bpi, niveau 3 : **PRA G1 ALE**

---



### **Cuisine du quotidien pour étudiantes et étudiants : 60 recettes végétariennes pour petits budgets : simple, bon et durable**

Djeddi, Lila

Tana

2022

Soixante recettes végétariennes salées ou sucrées, peu chères et faciles à réaliser : velouté de butternut, houmous, galette à l'indienne, tarte, cookie, sorbet melon, entre autres. Avec des conseils pour aménager une cuisine adaptée à ses besoins, optimiser la qualité, le goût et la satiété des aliments ainsi que maîtriser son budget.

A la Bpi, niveau 3 : **641.4(076) DJE**

---



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

Inada, Yun

Hachette Pratique

2019

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.

A la Bpi, niveau 3 : **PRA B INA**

---



### **Faire des économies au quotidien : astuces et bons plans pour prendre soin de ses finances**

Louet, Isabelle

Ed. Massin

2021

Adoptez la green attitude !

Des conseils pour économiser : détecter les bonnes affaires, devenir un professionnel de l'anti-gaspillage, covoturer, fabriquer ses cosmétiques et ses produits d'entretien, apprendre à négocier, entre autres

A la Bpi, niveau 3 : **PRA G1 LOU**

---



### **Festin de restes : 200 recettes anti-gaspi**

Ezgulian, Sonia

Flammarion

2023

Près de 200 recettes de cuisine pour éviter le gaspillage alimentaire en accommodant les restes : amaretti aux amandes d'abricots, bouillon de pelures d'asperges, risotto de pâtes cassées ou encore velouté de cosses de petits pois.

A la Bpi, niveau 3 : **641.4 EZG**

---



### **Financer ses études : trouver les aides adaptées à sa situation, concilier travail et études, acquérir son autonomie**

Capo-Chichi, Christelle

Studyrama

2019

Guides J. Orientation

Un guide destiné aux étudiants qui doivent travailler pour payer leurs études. Un panorama des aides (bourses, prêts, aides européennes, etc.) et des emplois accessibles en cours d'étude est proposé, ainsi que des conseils pour financer le logement et les loisirs.

A la Bpi, niveau 3 : **EMP A12 CAP**

---



### **Guide de survie en milieu adulte : #lostinadministration**

Deschodt, Charles-Henri

Hachette Pratique

2021

La maison Hachette

Destiné aux jeunes adultes étudiants ou se lançant dans la vie active, ce guide contient des informations pratiques et légales pour comprendre ses droits et ses devoirs afin de mener à bien ses démarches dans les divers domaines de la vie active : état civil et citoyenneté, santé, banque, logement, transports, voyages, études, emploi et vie quotidienne.

A la Bpi, niveau 3 : **PRA B DES**

---



### **Location, mode d'emploi : 2020**

Rouquet, Yves

Delmas

2020

Encyclopédie Delmas pour la vie des affaires. Delmas express

Un point sur la réglementation en vigueur en matière de location immobilière, des obligations du bailleur à celles du locataire : impayé de loyer ou de charges, dépôt de garantie non restitué, congé mal délivré ou encore état des lieux de sortie contesté. A jour de la loi sur l'évolution du logement, de l'aménagement et du numérique (loi Elan) et des derniers développements contentieux.

A la Bpi, niveau 3 : **PRA F1 ROU**

---



### **Mon guide écolo au quotidien : mobilité, énergie, logement, consommation, loisirs**

Bouvet, Stéphanie

Artémis

2021

Des conseils pour adopter des solutions écologiques dans les différents domaines de la vie quotidienne afin de préserver l'environnement et la santé tout en réalisant des économies.

A la Bpi, niveau 3 : **PRA G1 BOU**



### **Se régaler sans se ruiner : 75+ recettes vide-frigo pour économiser temps et argent**

Bordeleau, Nancy

Éditions Du Trécarré

2023

Soucieuse du coût du panier d'épicerie qui ne cesse de grimper en flèche, Nancy Bordeleau propose plus de 75 recettes savoureuses pour nous aider à fuir la routine, éviter le gaspillage et réaliser des économies au passage. Un ouvrage en deux parties Des recettes deux en un Une recette principale suivie d'une recette secondaire. Transformez vos soupers en dîners ou optimisez--en le temps de préparation : Boulettes de bœuf passe-partout Sous-marins aux boulettes Des recettes parfaitement récupérées Des recettes conçues pour que les restes soient déclinés en collations, en desserts ou en sauces : Crème de citron (lemon curd), pastilles de yogourt Touski, pain perdu aux croissants choco-pistaches...

A la Bpi, niveau 3 : **641.4 BOR**



### **Simplissime 100 recettes : recettes venues d'ailleurs**

Mallet, Jean-François

Hachette Pratique

2021

Simplissime. 100 recettes

Hachette cuisine

Cent recettes pour découvrir les spécialités culinaires du monde entier. Avec des plats tels que le chili con carne, le curry d'agneau à la menthe, le bortsch de poulet, la salade d'oranges à la marocaine, la pizza hawaïenne ou encore la paëlla à l'encre.

A la Bpi, niveau 3 : **641.5(076) MAL**



### **Vos recettes petits prix ! : 200 recettes de 1 € à 5 €**

Marmiton.org

Play Bac

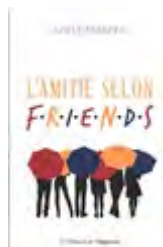
2020

Marmiton

Sélection de 200 recettes bon marché, dont la majorité revient à 1 ou 2 euros par personne et les autres n'excèdent pas 5 euros : bricks poulet-curry, tartes légères à la moutarde, suprêmes de volaille à la crème citronnée ou encore mousse mascarpone au chocolat.

A la Bpi, niveau 3 : **641.4 MAR**

### 3. Émotions, relations ... trouver son équilibre



#### **L'amitié selon Friends**

Foucher, Gisèle

L'Opportun

2022

Une réflexion sur le concept d'amitié fondée sur l'analyse des relations des six personnages de la série Friends.

A la Bpi, niveau 3 : **PRA D5 FOU**



#### **Gérer son stress et ses émotions**

Lafay, Fabien

L'Étudiant

2020

Des méthodes simples et des conseils afin de combattre le stress du quotidien et de gérer les diverses émotions auxquelles font face les étudiants : examens, prise de parole, journées d'orientation, entre autres.

A la Bpi, niveau 3 : **EMP A12 LAF**



#### **J'arrête de courir après le temps : équilibre de vie, charge mentale, procrastination... : je prends mon temps en main !**

Bataille, Nina

ESF sciences humaines

2023

Coach en entreprise, l'auteure invite le lecteur à s'interroger sur son rapport au temps et ses comportements. Elle fournit ensuite des outils pour arrêter de procrastiner, faire baisser sa charge mentale et équilibrer ses vies professionnelle et personnelle. Avec des exercices et des témoignages.

A la Bpi, niveau 3 : **PRA D6 BAT**



### **Méditer dans le métro, le bus et le tram : + 10 méditations en ligne**

Chapelle, Cindy

Jouvence

2019

Pratiques Jouvence, n° 246

Développement personnel

Une invitation à profiter des trajets en transports en commun pour instaurer des séances de méditation en pleine conscience. Des exercices sont accessibles en ligne.

A la Bpi, niveau 3 : **PRA D5 CHA**

---



### **Petit guide de survie pour éco-anxieux**

Schmerber, Charline

P. Rey

2022

Document

Les changements climatiques peuvent provoquer inquiétude, sentiment d'impuissance, culpabilité ou colère et affecter la santé mentale. La thérapeute propose des outils et des exercices pratiques pour apprivoiser cette éco-anxiété ainsi que ses manifestations conscientes ou inconscientes.

A la Bpi, niveau 3 : **PRA D3 SCH**

---



### **Power pauses : 120 pauses pour vous ressourcer**

Roux-Fouillet, Laurence

Leduc.s éditions

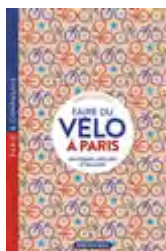
2019

Développement personnel

Sophrologue, l'auteure a mis au point un programme modulable et adaptable pour faire face au stress quotidien et relâcher la pression rapidement afin de minimiser les sensations de fatigue et de rester performant tout au long de la journée. Il comprend plus de 120 pauses simples à appliquer, fondées sur la respiration, la relaxation, la méditation et la visualisation.

A la Bpi, niveau 3 : **PRA D7 ROU**

## 4. Sortie, sport, restaurants ... tirer le meilleur parti de la vie à Paris



### **Faire du vélo à Paris : boutiques, ateliers et balades**

Matesco, Laura

Parigramme

2022

Paris & compagnie

Un guide pour se déplacer dans Paris en vélo : choix de balades, acheter et entretenir son matériel, rouler en sécurité, etc. Avec des QR codes à flasher pour avoir les itinéraires détaillés des balades.

A la Bpi, niveau 3 : **PRA H3 MAT**

---



### **Guide du Paris alternatif : cantines locavores, boutiques solidaires, hôtels écolo, ateliers participatifs : + de 200 adresses pour vivre la ville autrement**

Bruschi, Marie-Anne

Alternatives

2019

Guides de Paris

Plus de 200 adresses réparties sur huit quartiers parisiens pour vivre autrement : ateliers DIY, cantines bio, boutiques solidaires et équitables ou encore lieux de partage et de culture alternatifs.

A la Bpi, niveau 3 : **PRA H4 BRU**

---



### **Guide du Paris boui-boui : évasions gourmandes à moins de 15 euros !**

Vasselin, Chloé

Alternatives

2022

Guides de Paris

Sélection de cent restaurants parisiens à petits prix, présentés par arrondissement. Avec un agenda des festivals, des focus thématiques sur la cuisine du monde, trois itinéraires gourmands, un guide des épiceries exotiques et dix adresses en banlieue parisienne.

A la Bpi, niveau 3 : **PRA H2 VAS**





### **Le guide ultime de Paris : un peu de street, beaucoup de food**

Hachby, Victor

Barault, Nora

Hachette Tourisme

2021

Ce guide de street food propose cent adresses de restaurants et d'artisans parisiens proposant des plats vraiment économiques. Des QR codes permettent d'accéder à du contenu complémentaire : vidéos, informations, cartes, etc.

A la Bpi, niveau 3 : **PRA H2 HAB**



### **Où s'embrasser à Paris : bancs publics, jardins secrets, salles obscures... les plus beaux écrins de vos baisers**

Soufflard, Thierry

Parigramme

2023

Paris & compagnie

Un guide des lieux originaux ou insolites pour s'embrasser à Paris : baisers de cinéma sur les lieux des grands classiques du genre, baisers à la carte dans les restaurants les plus romantiques, baisers discrets dans les endroits paisibles ou encore baisers dérangeants là où il n'est pas d'usage de les pratiquer.

A la Bpi, niveau 3 : **PRA H1 SOU**



### **Où trouver le calme à Paris : refuges insolites, jardins cachés, villas secrètes**

Napias, Jean-Christophe

Parigramme

2023

Paris & compagnie

Ce guide propose diverses pistes au Parisien avide de tranquillité : jardins, hammams, bars d'hôtels, galeries d'art, retraites dans des institutions religieuses, cours de yoga, musicothérapie, etc.

A la Bpi, niveau 3 : **PRA H1 NAP**



### **Paris : 100 restos insolites... pour surprendre et être surpris**

Besnard, Vanessa

Parigramme

2023

Paris & compagnie

Cent adresses de restaurants insolites à Paris (en altitude, dans la pénombre, les pieds dans le sable, sur une balançoire, etc.), classées par arrondissements.

A la Bpi, niveau 3 : **PRA H2 BES**



---

### **Paris : 20 jeux de piste insolites : énigmes, rébus, jeux de lettres, devinettes, jeux d'observation**

Lesbros, Dominique

Parigramme

2022

Une découverte ludique des vingt arrondissements parisiens, dont des quartiers et des sites peu connus, à travers des énigmes à résoudre et des parcours à déduire en endossant diverses professions : journaliste, détective, lexicographe, compositeur, architecte ou encore moniteur de centre de loisirs.

A la Bpi, niveau 3 : **PRA H6 LES**

---



### **Paris à la nage : guide des piscines parisiennes**

Sneck, Colombe

Allary éditions

My little Paris

2022

Une immersion originale dans la capitale française à travers la présentation de 42 piscines parisiennes et de leurs particularités. L'esthétique de chacun de ces lieux est explorée, du carrelage à la longueur du bassin. Avec une liste d'adresses proches auxquelles se rendre après la natation.

A la Bpi, niveau 3 : **PRA H3 SCH**

---



### **Paris geek : 120 adresses et activités pour fans de pop culture**

Mistry, Rémi

Parigramme

2022

Paris & compagnie

Une sélection d'adresses et de rendez-vous parisiens pour les passionnés de jeux vidéo, de mangas, de jeux de rôle, d'e-sport ou encore de jeux de société.

A la Bpi, niveau 3 : **PRA H6 LES**

---



### **Paris super good street food : les meilleures adresses pour se régaler**

Goetz, Amandine

Parigramme

2023

Paris & compagnie

Cent adresses qui réinventent la cuisine de rue à partir de produits frais, locaux, bio et de saison : baos chinois, sabichs de Tel-Aviv, burgers et hot-dogs new-yorkais, etc.

A la Bpi, niveau 3 : **PRA H2 GOE**

---



### **Paris, ville des sports : un patrimoine culturel méconnu**

Lavigne, Chantal

éditions Christine Bonneton

2022

Une présentation du patrimoine architectural et artistique parisien associé à la pratique du sport sous toutes ses formes. Chaque lieu décrit est accompagné d'anecdotes, d'extraits de revues sportives ou encore d'informations sur les prouesses techniques accomplies par les architectes.

A la Bpi, niveau 3 : **PRA H3 LAV**

---



### **Petites cantines de Paris : 100 restos pas chers pour bien manger au quotidien**

Besse, Antoine

Parigramme

2022

Paris & compagnie

Cent adresses pour se restaurer à moindre coût à Paris, avec des produits de qualité et une cuisine maison.

A la Bpi, niveau 3 : **PRA H2 BES**

---



### **La Seine à vélo : de Paris à la mer**

Couval-Grima, Didier

Chamina édition

2021

Grands itinéraires. A vélo

22 étapes détaillées sur une double page, avec carte et texte descriptif, pour rallier la côte normande depuis Paris en vélo. Trois variantes sont proposées pour découvrir le Parc naturel régional du Vexin ainsi que deux circuits de découverte des sites Unesco. Avec, pour chacune des étapes, des informations touristiques et des adresses pour la restauration, l'hébergement et les réparations.

A la Bpi, niveau 3 : **PRA H3 COU**

---

## 5. Pour aller plus loin

### Ressources en ligne

Une sélection de ressources numériques vous attend sur notre site web, dans la rubrique « *Les sélections numériques de nos bibliothécaires* » :

<https://www.bpi.fr/bpi-numerique/actualites-numeriques/les-selections-numeriques-de-nos-bibliothe-caires/>

### Ateliers « Bons plans à Paris »

Comment se restaurer, se déplacer, se soigner, découvrir les bibliothèques, se promener ou se cultiver à Paris sans se ruiner ? Lors de cet **atelier mensuel**, nos bibliothécaires vous accompagnent dans votre vie quotidienne et vous donnent des pistes indispensables à la survie en milieu parisien. Venez découvrir nos ressources et nos bons plans pour bien vivre dans la capitale et partager vos bonnes adresses.

**Lieu** : Atelier 1, Bibliothèque publique d'information, Niveau 2

**Sur inscription**, dans la limite des places disponibles. Inscription 15 min avant le début de l'atelier au bureau Autoformation (niveau 2)

**Retrouvez toutes les dates sur** : <https://agenda.bpi.fr/cycle/bons-plans-a-paris/>

### Permanence d'écrivain public

Trouver le mot juste ou la bonne formule de politesse, être à l'aise dans la rédaction de lettres, écrire plus facilement un courrier administratif, professionnel ou tout autre écrit personnel ou public, sans faute d'orthographe ou de français : cela vous semble difficile ?

Pour vous y aider, la bibliothèque met à votre disposition une permanence d'écrivain public. Ce professionnel rompu aux techniques de l'écriture sera à votre écoute pour vous relire et vous aider à finaliser vos courriers.

**Lieu** : Atelier 3, Bibliothèque Publique d'information, niveau 3.

**Sur inscription**, dans la limite des places disponible. Inscription sur place, 30 minutes avant le début de la permanence, au bureau Droit, économie, techniques (niveau 3)

**Retrouvez toutes les dates sur** : <https://agenda.bpi.fr/cycle/permanence-decrivain-public/>