



Marcher à Kerguelen / François Garde

Livre | Garde, François (1959-....). Auteur | 2018

Pendant vingt-cinq jours, dans la pluie, le vent et le froid, en l'absence de tout sentier, François Garde et ses compagnons ont réalisé la traversée intégrale de Kerguelen à pied en autonomie totale. Une aventure unique, tant son...

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



À contre-courant / Antoine Choplin

Livre | Choplin, Antoine (1962-....). Auteur | 2018

En remontant sa rivière, à pied, il progresse à contre-courant dans l'espace, mais aussi dans le temps, parcourant le chemin en quatre étapes, au fil des saisons. Ou comment confronter les coins familiers qu'il fréquente aujourd'h...

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



Sérénité : 25 histoires d'équilibre intérieur...

Livre | André, Christophe (1956-....). Auteur | 2012

Dans ce Petit Livre de la sérénité, Christophe André nous invite à découvrir, apprécier et maîtriser nos humeurs, ces courants sans cesse changeants qui font lécho en nous de ce que nous sommes en train de vivre, de ce que nous av...

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



Méditer avec Namatata : explorez votre jungle...

Livre | Gerlier, Antoine. Auteur | 2019

Explorez votre jungle intérieure ! Et si la méditation était un voyage ? Nous passons une grande partie de notre temps absorbés par des pensées parasites. La méditation permet de se recentrer sur le présent et d'être pleinement co...

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





Le temps de méditer / Christophe André

Livre | André, Christophe (1956-....). Auteur | 2019

Un été 2019 avec Christophe André, une émission phare de France InterAprès l'incroyable succès de l'émission spéciale sur la méditation dans « Grand Bien vous fasse » d'Ali Rebeihi en décembre 2018, France Inter propose une ...

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



Lâcher prise : comment se reconnecter à soi-m...

Livre | Aymonier, Benoît. Auteur | 2017

Spécialiste en intelligence émotionnelle, Benoît Aymonier propose une démarche simple pour aider chacun à être chaque jour un peu plus ce qu'il est. En 2012, Benoît Aymonier vit une expérience de lâcher-prise total qui provoque en...

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



La panthère des neiges / Sylvain Tesson

Livre | Tesson, Sylvain (1972-....). Auteur | 2020

"-Tesson ! Je poursuis une bête depuis six ans, dit Munier. Elle se cache sur les plateaux du Tibet. J'y retourne cet hiver, je t'emmène. - Qui est-ce ? - La panthère des neiges. Une ombre magique ! - Je pensais qu'elle avait disp...

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



Il est grand temps de rallumer les étoiles / ...

Livre | Grimaldi, Virginie (1977-....). Auteur | 2018

Anna, 37 ans, croule sous le travail et les relances des huissiers. Ses filles, elle ne fait que les croiser au petit déjeuner. Sa vie défile, et elle l'observe depuis la bulle dans laquelle elle s'est enfermée. À 17 ans, Chloé a ...

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





Le moine de Moka : récit / Dave Eggers

Livre | Eggers, Dave (1970-....). Auteur | 2019

L'histoire vraie de Mokhtar Alkhanshali, jeune Américano-Yéménite, qui va tenter l'impossible pour redonner ses lettres de noblesse au café du Yémen. Mokhtar a vingt-quatre ans et travaille comme portier dans un prestigieux immeub...

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



La vieille qui conduisait des motos / Anne-Fr...

Livre | Dautheville, Anne-France (1944-....). Auteur | 2019

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



Petit éloge du Tour de France / Éric Fottorin...

Livre | Fottorino, Éric (1960-....). Auteur | 2013

Je fonce tête baissée, poursuivi par un cortège de champions. Ils sont tous là, ceux d'hier, Anquetil, Bahamontes, Merckx, Hinault, Fignon. Ils mènent la chasse derrière moi. Je suis encore en tête, mais pour combien de temps? Un ...

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



Le vent nous portera / Jojo Moyes

Livre | Moyes, Jojo (1969-....). Auteur | 2019

"Je crois que vous aimez ces montagnes autant que moi. Là-haut, vous pouvez respirer. Vous n'entendez pas l'incessant bavardage de la ville. Aucun regard sur vous. Il n'y a rien que vous, les arbres, les oiseaux, la rivière, le ci...

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





La vie en chantier : roman / Pete Fromm

Livre | Fromm, Pete (1958-....). Auteur | 2019

Marnie et Taz ont tout pour être heureux. Jeunes et énergiques, ils s'aiment, rient et travaillent ensemble. Lorsque Marnie apprend qu'elle est enceinte, leur vie s'en trouve bouleversée, mais le couple est prêt à relever le défi....

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



L'ombre de ce que nous avons été / Luis Sepúl...

Livre | Sepúlveda, Luis (1949-2020). Auteur | 2010

Dans un vieil entrepôt d'un quartier populaire de Santiago, trois sexagénaires attendent avec impatience l'arrivée d'un homme, le Spécialiste. Il a convoqué ces trois anciens militants de gauche, de retour d'exil trente-cinq ans a...

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



Et toujours les forêts : roman / Sandrine Col...

Livre | Collette, Sandrine (1970-....). Auteur | 2019

Corentin, personne n'en voulait. Ni son père envolé, ni les commères dont les rumeurs abreuvent le village, ni surtout sa mère, qui rêve de s'en débarrasser. Traîné de foyer en foyer, son enfance est une errance. Jusqu'au jour où ...

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



Berta Isla : roman / Javier Marías

Livre | Marías, Javier (1951-2022). Auteur | 2019

Ils étaient si jeunes, quand ils se sont rencontrés, qu'ils ne pouvaient imaginer leur destin. La Madrilène Berta Isla et l'Hispano-Britannique Tomás Nevinson pensaient que leur histoire serait celle de beaucoup de couples de leur...

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





Au soleil redouté : roman / Michel Bussi

Livre | Bussi, Michel (1965-....). Auteur | 2020

Au coeur des Marquises, l'archipel le plus isolé du monde, où planent les âmes de Brel et de Gauguin, cinq lectrices participent à un atelier d'écriture animé par un célèbre auteur de best-sellers. Le rêve de leur vie serait-il, p...

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



Embruns / Louise Mey

Livre | Mey, Louise. Auteur | 2017

Béa, Chris et leurs deux rejetons de presque vingt ans sont charmants, sportifs, talentueux et, surtout, ils forment une équipe complice. Voilà une famille qui a le bon goût dans le sang, chérit les matières nobles, les fruits du...

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



Femme sauvage / un récit écrit et dessiné par...

Livre | Tirabosco, Tom (1966-....). Auteur | 2019

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



Ne ramenez jamais une fille du futur chez vou...

Livre | Stragier, Nathalie (1971-....). Auteur | 2015

Ne ramenez jamais une fille du futur chez vous... Parce que pour elle, votre monde ressemble au Moyen Age. ... Parce qu'elle sera envahissante, agaçante, imprévisible. ... Mais surtout, parce qu'elle détient un secret terrible. Et...

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





Changer l'eau des fleurs : roman / Valérie Pe...

Livre | Perrin, Valérie (1967-....). Auteur | 2018

Violette Toussaint est garde-cimetière dans une petite ville de Bourgogne. Les gens de passage et les habitués viennent se réchauffer dans sa loge où rires et larmes se mélangent au café qu'elle leur offre. Son quotidien est rythm...

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



La Peste / Albert Camus

Livre | Camus, Albert (1913-1960). Auteur | 1980

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



Macha : ou l'évasion / Jérôme Leroy

Livre | Leroy, Jérôme (1964-....). Auteur | 2016

Le monde de la Douceur vient d'entrer dans sa quatrième génération. Dans la Douceur, il n'y a plus de téléphones portables, plus de pollution, la course au profit a disparu. Macha-des-Oyats, qui a cent sept ans, est née au tout dé...

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

