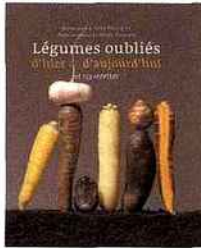


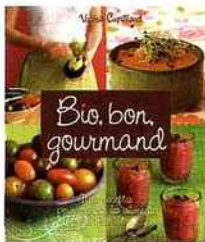
livres

VIVIFIANTE. CETTE SÉLECTION DE LIVRES DE DÉBUT D'ANNÉE REMUE GENTIMENT LES NUAGES DE SAISON. ON SE BOUGE VOLONTIERS LES MÉNINGES, ET ON SE RÉGALE DE TANT DE GÉNÉROSITÉ.



**LÉGUMES OUBLIÉS D'HIER ET D'AUJOURD'HUI**  
K. & Y. Paccalet

Le crosne, le panais, le topinambour, mais aussi la betterave crapaudine, le navet boule d'or, la carotte blanche, la pomme de terre vitelotte... Ces légumes ne sont pas prêts de ressortir de notre mémoire. Superbement photographiés par Marc Dantan, présentés avec goût par le naturaliste Yves Paccalet, ils se dévoilent tels qu'ils sont. Étranges, biscornus, colorés, poétiques, attendrissants, les uns et les autres témoignent des richesses et des nuances de la biodiversité avec une élégance naturelle. Comment dire autrement qu'ils sont beaux? Que la douceur des choses s'écrit dans ce patrimoine tactile, gustatif, visuel... qui ne demande qu'à s'épanouir près de nous, dessine nos terroirs, et fait de nous des rois. La subtilité de leurs saveurs n'a d'égale que la délicatesse de leurs intentions: maintenir à flots nos meilleurs souvenirs culinaires, soutenus par les 125 recettes de l'ouvrage.  
Editions Hoëbeke. 144 p. 30 €



**BIO, BON, GOURMAND**  
Valérie Cupillard

Voilà que Valérie a produit une somme! 448 pages de recettes, de conseils, de trucs et astuces, d'explications

nutritionnelles, d'orientations santé, de lexique... Un gros gros livre, un pilier de la famille, en quelque sorte. Vous y trouverez naturellement ce que vous avez eu l'idée de chercher. Valérie Cupillard a pensé à tout. Comme toujours, ses recettes fleurissent bon la connaissance des ingrédients, l'inventivité des papilles, un savant et savoureux mélange d'expérience et d'intuition: la signature, magistrale et discrète, de la reine de la cuisine BiO dont nous nous plaisions à saluer la joie de vivre et la simplicité.  
Editions Prat. 448 p. 24,90 €



**LES BIENFAITS DE L'APITHÉRAPIE**

Catherine Ballot-Flurin  
Ce n'est pas seulement d'apithérapie qu'il s'agit dans ce livre au titre réducteur. Mais d'apithérapie douce, issue de l'apiculture douce, elle-même inspirée par une pensée douce. Et tant de bienveillance à l'égard de l'homme comme des abeilles, mérite d'être soulignée, valorisée, portée jusqu'au lecteur. Car l'apithérapie peut s'avérer brutale lorsqu'elle n'est pas inspirée par un travail comme celui de Catherine Ballot-Flurin (cf. TOP NATURE n° 90). Nourris par son approche vibratoire solidement ancrée dans la connaissance et la connivence, les bienfaits s'en trouvent démultipliés. Alimentation, beauté, santé: les remèdes tels que miel, pollen, gelée royale, propolis, cire ou venin d'abeille... dévoilent alors les facettes de leurs capacités thérapeutiques dont vous allez apprendre à bénéficier durablement au fil des pages de cet ouvrage de sage.  
Editions Eyrolles. 157 p. 12,90 €



**UNE SEULE TERRE POUR NOURRIR LES HOMMES**  
Florence Thinard

Attention, denrée rare... Des livres "pour enfants" comme celui-là, il en existe peu. Et les adultes feraient bien de le lire! Il n'y a pas mieux pour eux. Textes courts, denses d'informations essentielles accessibles à tous, syntaxe rigoureuse et fluide: d'une générosité immédiate, le style de Florence Thinard appuyé sur des photos efficaces, conduit, en quelques mots, la conscience jusqu'au cœur du sujet. Voir, comprendre, agir: trois temps pour trois étapes sensorielle, intellectuelle, active, trois temps pour l'exploration du lien profond, nourricier, vital, entre l'agriculture et l'alimentation, la Terre et notre assiette. Nous n'avons qu'une seule Terre et il serait salutaire de ressentir sa force et sa fragilité conjuguées, de voir sa splendide réalité offerte et bafouée par l'homme. De comprendre qu'il s'agit là d'une histoire d'amour, et d'agir pour qu'elle dure grâce au Terrien, modeste et solidaire, que nous nous faisons fort d'incarner.  
Editions Gallimard Jeunesse. 125 p. 19,95 €



**LA GUERRE DES OGM**  
M. Le Galli. Mike. X. Basset.

Très fort. Cette BD tape fort. Toute simple au niveau du graphisme (un souci évident d'efficacité visuelle), ultra concise au niveau des textes: la première bande dessinée consacrée à la question des OGM va droit au but, et dans le détail. Dès les premières pages, on se sent directement interpellé, et carrément secoué. Par quel processus invisible les auteurs parviennent-ils à prendre le lecteur au collet et à ne plus le lâcher? Le talent, sans aucun doute. La force de persuasion est ici proportionnelle à la qualité pédagogique du propos. On a beau se dire, a priori, que l'on connaît bien assez le problème des organismes génétiquement modifiés destinés à l'agro-alimentaire, on en prend plein la figure, d'un coup d'un seul, et on ressort de la lecture historique un peu hagard, informé à mort, ou plutôt à vie. Indispensable cette BD tout public? Vitale. A l'intelligence et la conscience.  
Editions Delcourt. 156 p. 17,50 €



**UN NOUVEL ART DE MILITER**  
S. Porte. C. Cavalie.

Ce livre-là, c'est LE cadeau à faire à ceux qui ont un cerveau et qui s'en servent. Le cadeau, c'est l'horizon qui s'ouvre. L'avenir qui chante. Le présent qui s'active. Le frémissement de la contestation, le bonheur à portée de cœur. Happenings, luttes festives et actions directes, les Jeudi noirs, Déboulonneurs, Sauvons les riches, Désobéissants et autres réseaux "poils à gratter" qui mettent du baume au cœur répondent présents à l'appel de la résistance positive qui nous anime et nous réjouit pour un bon bout de temps. Ce nouvel art de militer se voit ici décrit en mots et en photos colorées et vivantes, contacts à l'appui, mettant en perspective un modèle de société qu'il est temps de remettre à l'heure des hommes, de tous les hommes, à coups d'interventions toniques, parfois spectaculaires, souvent pleines d'humour. Précarité, pollution, publicité, contrôle sécuritaire: il y a du pain sur la planche et ce livre très sympathique vous convie à vous atteler à la tâche.  
Editions Alternatives. 141 p. 25 €