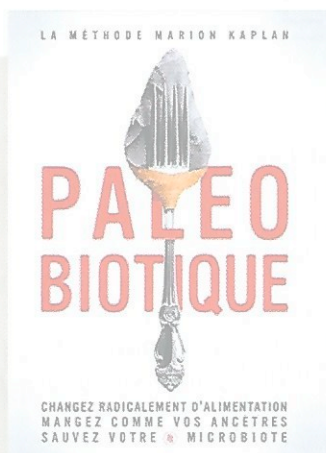




## Livres

# La sélection d'*Inexploré*



## NOTRE VENTRE NOU

MARION KAPLAN

### Paléobiotique

Notre santé, physique comme mentale, dép qui est fragilisé au cours de notre vie par no les médicaments et bien d'autres facteurs. M programme nutritionnel inédit basé sur l'al progressivement cet équilibre en nous et air et la joie de vivre. ■

Éd. Thierry Souccar, 2015, 19,90 €



VALÉRIE MOTTÉ ET STÉPHANIE ROZE

### Douceurs angéliques

Cet ouvrage, empreint de douceur et de poésie, a le pouvoir mystérieux d'éveiller la spiritualité et

d'illuminer les cœurs. Au fil des pages, rencontrez de magnifiques chérubins qui vous feront évoluer : les anges du renouveau, de l'amour, du lâcher-prise, du pardon, des signes, de l'abondance, de la joie, de la bienveillance, de la lumière, de la tendresse et de la gratitude. Magnifiquement illustré, notamment par des mandalas, ce livre donnera une touche colorée à votre fin d'année. ■

Éd. Pygmalion, 2015, 13,90 €



NATHALIE LANCELIN-HUIN

### Grossesse interrompue : quand la mort nous dit la vie

Perdre un bébé à venir est une blessure de vie particulièrement déchirante pour une famille.

Riche de son expérience en tant que psychologue spécialisée en périnatalité, Nathalie Lancelin-Huin aborde avec réalisme et délicatesse, sans tabou ni théorie, cette thématique complexe. À travers ces lignes, elle détaille ici la traversée de cette épreuve, sans occulter les questions de fond. Elle consacre aussi un chapitre à la place de l'homme et du père dans ces moments difficiles, et à son rôle majeur. Cet ouvrage invite ainsi à entrer dans l'épreuve au lieu de la subir, et nous y accompagne en douceur. ■

Éd. Mon Petit Éditeur, 2014, 19,95 €



LINDA LOUIS

### L'Appel gourmand de la forêt

Marquée par la lecture de *L'Appel de la forêt*, de Jack London, Linda Louis aime les bois. Installée au cœur de la forêt de l'Allier, elle a appris à en cuisiner les produits. Velouté d'asperges des bois, quiche aux orties, blinis aux cynorhodons, pannacotta de fleurs d'acacia... « En faisant découvrir la forêt sous l'angle culinaire à votre entourage, vous devenez indirectement un acteur de sa préservation », écrit-elle. Étayé de conseils sur la cueillette, ce livre propose des recettes composées avec 32 plantes herbacées, arbustes, arbrisseaux, arbres et champignons typiques des forêts hexagonales, sélectionnés pour leurs qualités gustatives et leur simplicité de reconnaissance. Un livre gourmand et joliment illustré, résolument amoureux de la nature. ■

Éd. La Plage, 2015, 24,95 €