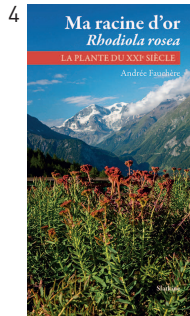


les meilleurs spots français où s'essayer à ce «psicobloc» qui est l'une des facettes les plus ludiques et rafraîchissantes de l'escalade. Cette vingtaine d'endroits sont disséqués par les grimpeurs locaux: accès pédestres ou marins, cotations, tracés, etc. On s'y promène en passant de Toulon aux Alpes en passant par les gorges du Tarn.

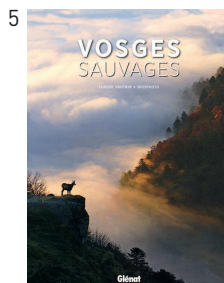
Rédaction



3 Marcel Pérès
James Coultet

La fabuleuse histoire d'une légende du ski français

Editions du Château, 2019,
ISBN 978-2-940637-04-1, 44 francs



Un retour sur la vie de James Coultet, enfant de Chamonix sacré champion du monde de descente à 16 ans et sur la carrière qui s'en suivit. Après ses débuts de jeune prodige qui s'illustra également en saut à skis, James Coultet sera reconnu comme l'un des pères du ski français et deviendra pendant près de 20 ans une figure centrale de l'équipe de France de ski. Richement illustré, l'ouvrage fait redécouvrir une époque où les étoiles mondiales du ski s'élançaient sur des lattes en bois, chandail en laine sous leur dossard, sans casque et avec tout juste un bandeau sur les oreilles, pour décrocher le graal de leur discipline. Délicieusement vintage.

Rédaction

4 Andrée Fauchère
Ma racine d'or, Rhodiola rosea
La plante du XXI^e siècle

Editions Slatkine, 2019,
ISBN 978-2-8321-0907-6, 22 francs

Avec ses vertus déstressantes, énergisantes et antioxydantes, *Rhodiola rosea* ou orpin rose a tout pour devenir l'une des plantes les plus prisées du 21^e siècle. C'est en tout cas la conviction de l'herboriste Andrée Fauchère qui se livre ici à une présentation très détaillée de ce végétal aux

fleurs jaunes ou rosées qui s'épanouit entre 1000 et 4000 mètres. On y apprend que les populations de Sibérie utilisaient déjà ses racines en tisane pour fortifier leur santé il y a 3000 ans, que les Vikings croyaient en ses effets sur la longévité, que la pharmacopée mongole l'utilisait contre la tuberculose et le cancer, et que les athlètes soviétiques en étaient friands. L'auteur s'attarde également sur les procédés de culture en Suisse et sur les usages actuels et potentiels de cette crassulacée qui pousse notamment au Tessin, et dans les vallées valaisannes de Binn et de Saas. Intéressant, que l'on soit ou non adepte de la santé par les plantes.

Rédaction

5 Claude Vautrin
Vosges sauvages

Editions Glénat, 2018,
ISBN 978-2344-02979-4, 62 fr. 50

Qui a dit qu'entre textes et images, il faut choisir? Dans cet ouvrage au format beau livre, les éditions Glénat proposent aux lecteurs de partir à la découverte des Vosges à la fois par le texte (en l'occurrence ceux du journaliste et écrivain Claude Vautrin) et la photo (agence Biosphoto). Si elles constituent le massif français le plus densément peuplé, les Vosges n'en demeurent pas moins un territoire dont la diversité des milieux naturels contribue à préserver une dimension sauvage qui fait partie intégrante de leur attrait pour les amoureux de la nature. Le livre *Vosges sauvages* met en lumière avec élégance cette richesse et cette diversité.

Rédaction