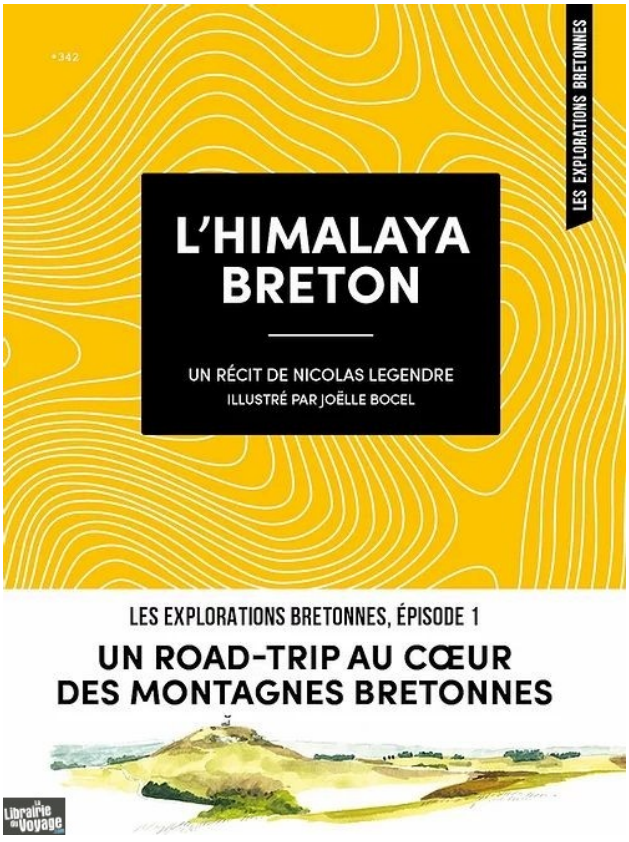
Notre sélection éco-bretonne de livres à glisser sous votre sapin écolo

Noël approche à grands pas…si vous êtes en panne d'idées cadeaux, nous vous proposons une sélection de livres consacrés , bretons ou non, que nous avons chroniqués sur notre site tout au long de cette année 2020. Biodiversité marine, zéro déchet, paysages bretons…sont à l'honneur.

L'Himalaya breton, de Nicolas Legendre, illustré par Joëlle Bocel, 223 pages, Les Editions du Coin de la Rue, collection Les Explorations Bretonnes, 17 euros.



Avec « L'Himalaya breton », écrit par le journaliste, auteur et documentariste Nicolas Legendre, on part en « road trip » sur les routes secondaires à la découverte des sommets bretons. Un ouvrage qui donne envie de voyager à côté de chez soi.

Grâce à cet ouvrage un peu décalé à la fois documentaire, journalistique, mais aussi poétique, on a envie de prendre le volant, le guidon, ou encore le bâton de marche et de partir nous aussi escalader les hauteurs bretonnes.

Ecoalmanach, de Laëtitia Crnkovic, éditions Ouest France, 208 pages, 19,90 euros

La Trégoroise Laëtitia Crnkovic anime des ateliers, des conférences, des animations, des accompagnements… autour du zéro déchet, pour « prendre de soi et de notre Terre ». Elle est également auteure de livres.. Ce qui l'anime, c'est la transition écologique joyeuse et bienveillante. Passer à l'action pas à pas et sans culpabiliser, c'est le message qu'elle veut transmettre à travers ses livres. Agréable à lire, l'écoalmanach de Laetitia Crnkovic sera particulièrement utile pour celles et ceux qui souhaitent se faire du bien et faire du bien à la planète au quotidien, pas à pas.

« Faites l'autopsie de votre poubelle », de Laëtitia Crnkovic, collection Les Cahiers du Consomm'acteur, Editions Larousse,

79 pages, 7,95 euros.

Changer ses habitudes pour réduire ses déchets, tout en partant à la découverte des différentes poubelles de son habitation. C'est l'objectif du livre « Faîtes l'autopsie de votre poubelle ! ». En 79 pages, Laëtitia nous guide pas à pas et nous propose à chaque fois des solutions pour chaque déchet. Des check-lists, conseils et outils de bilan jalonnent l'ouvrage, dont le ton déculpabilisateur et bienveillant rend la lecture particulièrement agréable.

« Anaïs s'en va-t-en guerre », édition Equateurs, 170 pages, 16 euros

Six ans après le documentaire « Anaïs s'en-va-t-en guerre » qui a marqué de nombreux spectateurs, on retrouve la jeune bretonne dans un livre, qui vient de paraître aux éditions Equateurs. Elle y raconte son parcours de cultivatrice de plantes aromatiques et médicinales, son cheminement pour atteindre son rêve, mais aussi ses doutes, ses espoirs, et ses réflexions sur le monde actuel. Un bel auto-portrait, qui, outre le fait qu'il nous permette de prendre des nouvelles d'Anaïs quelques années après le tournage du film, nous fait comprendre aussi comment la jeune femme s'est accrochée afin de réaliser son souhait. On perçoit son énergie combative, sa résistance, son espérance. L'écriture est agréable et on embarque bien volontiers dans le sillage d'Anaïs, à la découverte de son univers et des plantes qu'elle aime tant.

En route vers le zéro déchet au quotidien, de Régine Quéva, Larousse, 126 pages, 14,90 euros.

Régine Quéva est bien connue dans le monde des algues, mais aussi du « faire soi-même » et des produits naturels. La bretonne propose ainsi régulièrement des conférences sur le sujet, ainsi que des ateliers lors desquelles elle dispense aux participant.e.s des recettes naturelles pour les cosmétiques ou l'entretien de la maison. Elle écrit aussi des ouvrages, dont le dernier en date est paru aux éditions Larousse. Baptisé « En route vers le zéro déchet au quotidien », il propose de nombreux conseils et astuces pour entamer une démarche de réduction des déchets dans sa maison. Avec plus de 60 recettes à découvrir, le livre sera très utile à tous ceux qui veulent s'engager dans une démarche zéro déchet, mais aussi pour tous ceux qui voudraient des conseils et astuces supplémentaires. La présentation agréable et pratique permet d'en faire un livre à utiliser quotidiennement et à garder à portée de mains.

« Pourquoi les cochons d'inde vont-ils sauver la planète », de Christof Drexel, 207 pages, éditions Marabout, 16 euros

« Pourquoi les cochons d'indes vont-ils sauver la planète ? ». Une drôle de question à laquelle Christof Drexel, expert reconnu du climat, répond dans un livre du même nom. Il y évoque l'impact de nos gestes sur l'environnement et la manière dont on peut faire évoluer nos pratiques au quotidien afin de rejeter moins de Co2. Dense mais bien présenté, l'ouvrage s'adresse avant tout aux personnes ayant déjà entamé une démarche de réflexion sur leur empreinte carbone et voulant la réduire. Il y trouveront de nombreuses informations et des conseils pour mettre en œuvre ce qu'on pourrait appeler un « agenda 21 » dans son quotidien.

La nature en bord de mer, Marc Giraud, Editions Delachaux et Niestlé, 256 pages, 24,90 euros.

Le nouvel ouvrage de Marc Giraud, « La nature en bord de mer », est paru aux éditions Delachaux et Niestlé. Avec pas moins de 700 photos, il nous embarque à la découverte du bord de mer et de sa biodiversité, de la mer du Nord à la Méditerranée, en passant par la Bretagne. Très agréable à lire et très riche en informations, le livre permettra aux petits comme aux grands de regarder la mer, la plage, et le littoral d'un autre œil, en encourageant sans aucun doute à la protection de ses milieux. A emporter avec soi pour les vacances au bord de mer !