

**Zeitschrift:** Générations plus : bien vivre son âge  
**Herausgeber:** Générations  
**Band:** - (2010)  
**Heft:** 13

**Buchbesprechung:** Découvrir : livres  
**Autor:** J.-M.R. / Kranck, Fabienne

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 03.05.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

Livres de poche  
**Les sorties  
du mois**

*Corniche Kennedy*  
de Maylis de Kerangal  
Folio

*Amours: histoire  
des relations entre les  
hommes et les femmes*  
de Jacques Attali  
Livre de Poche

*Le ciel sur la tête*  
de Nan Arousseau  
Livre de Poche

*Le contraire de la mort*  
de Roberto Saviano  
Robert Laffont

*L'art de l'improvisation  
aux échecs*  
d'Alexandre Dobrinine  
Payot

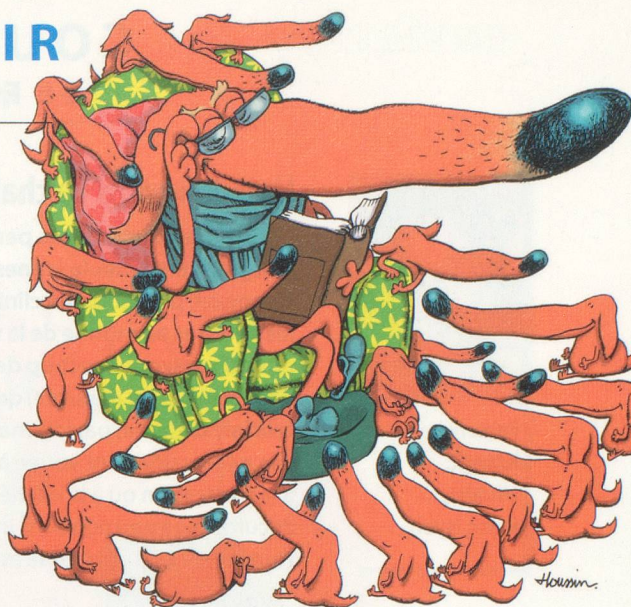
*Un don*  
de Toni Morrison/10-18

*Qu'est-ce que  
Greenpeace?*  
Collectif/Archipel

*Retour au pays*  
de Rose Tremain  
J'ai Lu

*L'infant de Parme*  
d'Élisabeth Badinter  
Livre de Poche

Stephan Valentin  
**«Je veux aider  
les enfants  
à mieux vivre»**



**L**a BD peut être amusante et pédagogique. Avec son compère illustrateur Laurent Houssin, le psychologue Stephan Valentin a décidé de relever ce défi. Ils viennent de sortir les quatre premiers albums d'une série sympa comme tout, destinée aux enfants de 6 à 11 ans. Tout en narrant les aventures de *La bande à Loulou*, le scénariste – qui a exercé dans les hôpitaux parisiens, mais aussi aux Indes et en Côte-d'Ivoire – profite de chaque livre pour répondre à une préoccupation des plus jeunes tout en rappelant les valeurs fondamentales que sont la tolérance, la solidarité, le dialogue ou encore la non-violence. En clair, une lecture intelligente que les grands-parents peuvent offrir les yeux fermés à leurs petits-enfants.

**Qu'est-ce qui vous a motivé à vous lancer dans cette série?**

Depuis quelque temps, j'avais envie d'écrire pour les en-

fants afin de les aider à trouver des réponses à leur multitude de questions. Sur eux-mêmes, sur leurs rapports avec les autres, sur leur vie... Ils sont confrontés à beaucoup de problèmes, que ce soit à la maison ou à l'école. Cette série a pour ambition de donner des pistes pour savoir comment réagir et se comporter dans certaines situations. Par exemple «quand on est amoureux» ou «quand on a peur de l'autre parce qu'il est différent de nous». Je veux aider les enfants à mieux vivre leur vie.

**Les jeunes d'aujourd'hui ont-ils perdu de vue les valeurs que vous mettez en avant?**

Il est très difficile de répondre sans tomber dans les clichés. Je pense que toutes les générations ont et auront toujours tendance à dire que les jeunes sont de plus en plus éloignés des valeurs. Peut-être parce qu'ils ne partagent plus forcément les mêmes valeurs.

**Pourquoi avoir choisi un chien, Loulou, comme héros principal d'une série pour les enfants?**

Dès l'âge de 3 ans, l'enfant s'identifie à ses amis animaux. Freud note que «les enfants n'ont aucun scrupule à considérer les animaux comme leurs égaux à part entière». L'animal devient vite le complice de ses peines et de ses joies et aussi le confident de ses secrets. Cette relation particulière, je voulais la recréer pour que les enfants l'écoutent bien quand il leur donne des conseils... Et d'après les premiers échos, la magie de *Loulou* opère déjà. Nos jeunes lecteurs (dès 3 ans) l'adorent. Par ailleurs et c'est vraiment intéressant, même les ados et les adultes s'amuse à lire les aventures de *La Bande à Loulou*. Finalement, on est tous resté un peu enfant... J.- M. R.

*La Bande à Loulou,*  
collection jeunesse aux éditions  
Jouvence. 9 fr. 90  
48 pages



*L'homme qui voulait  
être heureux,*  
MP3, Laurent Gounelle,  
Audiolib.

**Audio livre** La sélection des livres qui s'écoutent

**E**n vacances à Bali, le héros de ce conte initiatique fait une rencontre qui va bouleverser sa vie. Alors que, par curiosité, il prend conseil auprès d'un vieux guérisseur local, il nous entraîne dans la plus grande aventure qui soit: la découverte de soi. Pendant sept jours, le lecteur pourra assister à son cheminement spirituel. Le bonheur n'est pas toujours là où l'on croit... mais il est accessible à tous!

**Ê**tre optimiste est un état d'esprit qui se travaille. Pour se faire, Sylvie Roucoules nous propose d'utiliser la sophrologie, une méthode de relaxation qui permet de se soulager des idées négatives, de se concentrer sur soi et sur la pensée positive. En 52 minutes de sophro-relaxation, elle nous guide jusqu'à la détente et nous invite à reconnaître et développer les mécanismes de l'optimisme.



*Optimiste!,*  
1 CD, Sylvie Roucoules,  
Audiolib.

# COUPS DE CŒUR

## DE FABIENNE KRANCK\*



Fabienne Kranck,  
Libraire,  
Payot Nyon

### Marie de Hennezel **La chaleur du cœur empêche nos corps de rouiller**

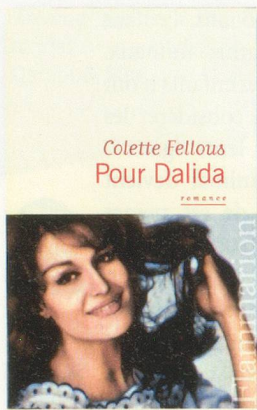
**A** contre-courant de la pensée commune et glorifiant la seule jeunesse, Marie de Hennezel, psychologue clinicienne, ouvre les fenêtres au monde de la vieillesse! Pour nous dire, avec beaucoup de sensibilité, d'émotion et de réalisme, que cette étape cruciale de la vie, parfois mal vécue, n'est pas nécessairement vouée à la souffrance, à la frustration ou à la déchéance. Sans occulter les interrogations incontournables, l'auteur de *La mort intime* et du *Souci*

de l'autre sonde l'énergie du cœur qui peut, lui, ne pas vieillir et promettre des sensations nouvelles de libération. Riche de nombreux témoignages recueillis au cours de sa grande expérience de dix ans en soins palliatifs, et de séminaires donnés aux seniors sur l'art de bien vieillir, ces textes constituent un merveilleux livre de chevet qui donne l'optimisme et l'harmonie nécessaires pour se délecter d'une vieillesse pleinement épanouie.



DR

### Colette Fellous **Pour Dalida, romance**



DR

**C**olette Fellous nous brosse un portrait croisé de Dalida et de sa propre mère. Il respire la tendresse de l'auteur envers l'interprète de *Ciao, ciao bambina*, *Il venait d'avoir 18 ans* et *Gigi l'amoroso*, qui ont bercé son enfance, illuminé la maison familiale, et résonnent

encore au profond de son cœur. On retrouve dans cette *Romance* un parfum méditerranéen, des émotions simples et nostalgiques, comme les réminiscences d'un temps révolu qui, pourtant, aux heures mélancoliques, nous habite toujours.

### Winston Churchill **Mon voyage en Afrique: 1907**



DR

**D**ans ce récit de voyage, Churchill, alors jeune secrétaire d'État aux Colonies, nous livre d'une plume alerte ses réflexions tant touristiques que politiques ou anthropologiques. Et nous voilà embarqués à découvrir l'Ouganda, Nairobi, Khartoum, Le Caire et Alexandrie, ou encore à partir en safari. Un véritable «document de voyage» digne d'un roman d'aventures!

### Valérie Zenatti **Les âmes sœurs**

**U**n beau matin Emmanuelle, épouse d'Elias, mère de famille, consciente de s'enfoncer dans la routine et l'ennui, décide de prendre un jour de liberté, afin de stimuler ce besoin d'exister qu'elle nourrissait au temps de sa jeunesse. Ce moment unique, elle le consacre pour l'essentiel à la lecture d'un livre qui dévoile la confession de Lila, reporter de guerre, une photographe illuminée par sa passion pour Malik – victime d'un accident mortel – et que le deuil prive de repères. Avant que le temps, imperceptiblement, ne l'invite à se construire une nouvelle vie, où les ombres du passé s'estomperont peu à peu, sans trahison ni mensonge. Autant Lila incarne un personnage fort, qui a mordu la vie à pleines dents, autant Emmanuelle peine à se consoler de la disparition de sa meilleure amie, Héloïse, emportée par un cancer. Son plaisir de lecture, ainsi que la fascination qu'exerce Lila sur elle, vont raviver ces douleurs, mais aussi lui permettre de se réconcilier avec elle-même, et envisager l'avenir avec davantage de sérénité. Une histoire délicate qui appartient à tout le monde, car tous, un

jour, nous franchissons la porte d'une librairie ou d'une bibliothèque pour nous approprier un roman, rêver une autre vie avec ses personnages, qui déposent dans notre fragile espace intérieur de ces fleurs rares qui transfigurent le quotidien, et l'envahissent parfois d'une odeur si particulière.



DR

### Rosette Poletti, Barbara Nobbs **Petites fleurs du cœur pour grandir au fil des jours**

**V**oici un petit recueil de pensées pour nous rappeler que la vie est un cadeau magnifique qu'il faut enrichir et partager, pour nous aider à voir le bon côté des choses, avoir confiance en soi et ne pas se laisser engouffrer par les difficultés que nous devons appréhender. Je vous souhaite beaucoup de bonheur avec la découverte de ce petit bijou!

