



Bonheur(s) du mois par Lise Letamec et Jennifer Audrion



Daliene Les savons au lait d'ânesse

Depuis toujours Sylvie voue un véritable culte aux ânes, « ce qui n'amuse que ceux, dit-elle en souriant, qui ne connaissent pas l'intelligence de ces étonnants animaux ». D'abord infirmière, elle se consacre aux enfants dyslexiques avant d'utiliser les ânes (asinothérapie) pour aider des personnes handicapées. Une pratique dont elle mesure chaque jour les bienfaits. Depuis 2010, Sylvie s'est installée en famille dans une jolie ferme en bois posée au sommet du village de Faucigny (Haute-Savoie) et, formée en savonnerie et aromathérapie, elle vient de créer Daliene, marque de cosmétiques qui fabrique des savons issus du lait d'ânesse (42 % du savon) dont elle sublime les vertus par une synergie d'huiles végétales de première pression à froid et d'ingrédients naturels bio. Grâce à ses 20 ânesses, Sylvie a lancé 6 gammes de savons parmi lesquels *Augustine* (karité-coco, peaux délicates et très sèches) ou *Colette* (géranium-bois de rose, peaux normales à sèches). Des produits authentiques à découvrir en magasins bio et pharmacies. Pour la petite histoire, chaque savon porte le nom d'une ânesse. « C'est ma manière, conclut Sylvie, de les remercier pour ce qu'elles m'apportent depuis toutes ces années ».

www.daliene-escalane.com

Jardin et littérature



Le Jardin des Plantes fait le bonheur de ses visiteurs du monde entier depuis plus de 300 ans. Philippe Taquet, professeur au célèbre Muséum national d'Histoire naturelle, propose une anthologie de grands textes commentés qui, de Jean-Jacques Rousseau à Claude Simon en passant par Victor Hugo, rendent hommage à ce jardin vraiment extraordinaire, « alliance subtile de nature et de culture ».

Les bonnes feuilles du Jardin des Plantes, Philippe Taquet, 112 pages, 15 €, Artlys.



La musique d'Hildegarde de Bingen

La mezzo-soprano Dietburg Spohr interprète magnifiquement la musique écrite par Hildegarde de Bingen, cette grande religieuse du 12ème siècle. Objectif de la diva : « Mettre en avant l'œuvre d'une compositrice émancipée, pas simplement d'une femme mystique ». *Hildegard von Bingen, Ordo Virtutum*, Dietburg Spohr, 17 €, ECM.



Le bonheur choisi, par Marie Andersen

« C'est grâce à mes patients, raconte la psychologue Marie Andersen, que j'ai écrit ce livre. En partageant leurs doutes et leurs souhaits, en observant une multitude de succès surprenants ou de décisions volontaires. Ensemble, nous avons ri de leurs mésaventures, ils ont pleuré sur leurs blessures et nous nous sommes réjouis de leurs progrès. » Un grand moment de lecture pour aider à réfléchir à la vie que l'on veut (enfin !) vivre.

Faire le choix du bonheur, Marie Andersen, 320 p, 19 €, Ixelles



Cinéma *La tendresse*, de Marion Hänsel

Un film sensible : tel est *La tendresse*, réalisé par Marion Hänsel qui dévoile les retrouvailles d'un couple séparé depuis 15 ans, Frans et Lisa (interprétés par Olivier Gourmet et l'excellente Marilyne Canto). Le temps d'un voyage de deux jours pour aller chercher leur fils hospitalisé à l'étranger, les anciens amants sont traversés d'une multitude de sentiments qui les mènent de la connivence à l'amitié en passant par une forme d'amour retrouvé.

La tendresse, de Marion Hänsel, actuellement en salles.



Pierre Rabhi, semeur d'espoirs

Agriculteur, poète, écrivain et philosophe, Pierre Rabhi est un militant écologiste à la fois inventif et sérieux. Ses analyses sur l'état de la planète ayant été confirmées par les faits, il est plus qu'urgent d'écouter ses solutions. Ce livre-entretien le montre tel qu'il est : visionnaire, pragmatique, humain, terrien.

Pierre Rabhi, le semeur d'espoirs, Olivier Le Naire, 176 p., 15 €, Actes Sud.

