



Mon année slow : Almanach perpétuel

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Mon année slow : Almanach perpétuel

De Editions Plume de Carotte

Mon année slow : Almanach perpétuel De Editions Plume de Carotte

 [Télécharger Mon année slow : Almanach perpétuel ...pdf](#)

 [Lire en ligne Mon année slow : Almanach perpétuel ...pdf](#)

Téléchargez et lisez en ligne Mon année slow : Almanach perpétuel De Editions Plume de Carotte

Reliure: Relié

Présentation de l'éditeur

Slow food, slow art, slow économie, slow fashion... Mon Année Slow vous propose, pour chaque semaine de l'année, des citations qui font grandir, des gestes éco-responsables, des astuces pour renforcer son bien-être, des recettes simples et saines, des tests de connaissances sur la nature... Ralentir le rythme et améliorer sa qualité de vie jour après jour... Le mouvement Slow, la Slow-life, cet art de vivre qui prône un retour à la nature, vous invite à renouer avec la terre, à vivre l'instant, à manger sain et à partager avec ses proches tout en prenant du temps pour soi. Mon Année Slow vous propose une année pour prendre le temps de vivre : des citations qui font grandir, des gestes éco-responsables, des astuces pour renforcer son bien-être, des recettes simples et saines, des tests de connaissances sur la nature, des tutoriels pour développer sa créativité... Le mouvement Slow ne date pas d'hier. Quand Carlo Petrini, journaliste gastronomique, a lancé le Slow Food en Italie en 1986, il voulait seulement réagir contre l'envahissement des fast-food. L'opération s'est ensuite élargie autour de la mise en valeur des produits et du patrimoine gastronomiques, de l'écologie et du plaisir des papilles. Slow art, slow management, slow tourism... De nouveaux concepts se développent à l'instar du mouvement Slow Food. Un but commun : lutter contre l'accélération générale en prenant du recul et le temps de vivre. Le propos du Slow n'est pas de ralentir par principe, mais de goûter plus pleinement ce que Cioran nommait "la saveur des jours". En termes plus philosophiques, on dirait aujourd'hui : "vivre en conscience". Cette approche semble de plus en plus nécessaire, voire vitale, face à l'accélération contemporaine. Elle explique l'essor récent de mouvements qui se revendiquent d'un label Slow pour signifier notre nouveau besoin de reconsidérer presque toutes nos activités habituelles. Biographie de l'auteur

Cindy Chapelle, toulonnaise d'une trentaine d'années, est sophrologue depuis bientôt dix ans. Elle est l'auteure d'ouvrages sur la sophrologie et plus largement sur le bien-être, notamment *La Sophrologie pour les Nuls* et *7 jours pour être zen* (éditions First). Elle anime des ateliers autour de l'écoute du corps, de la gestion du stress, de la confiance en soi et des valeurs de vie. Elle s'intéresse également aux techniques de maraîchage et à la récolte de graines. Cécile Hudrisier vit à Toulouse. Elle travaille pour la presse et illustre de nombreux albums pour Milan, Didier Jeunesse, Thierry Magnier... Plasticienne, elle fabrique des objets en argile, en papier, en carton, et fait parfois des expositions. Bricoleuse, elle dit elle-même qu'elle "pistocolle et rafistole" tout ce qui lui tombe sous la main !

Download and Read Online Mon année slow : Almanach perpétuel De Editions Plume de Carotte

#5UAF6COIDBH

Lire Mon année slow : Almanach perpétuel par De Editions Plume de Carotte pour ebook en ligne Mon année slow : Almanach perpétuel par De Editions Plume de Carotte Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres Mon année slow : Almanach perpétuel par De Editions Plume de Carotte à lire en ligne. Online Mon année slow : Almanach perpétuel par De Editions Plume de Carotte ebook Téléchargement PDF Mon année slow : Almanach perpétuel par De Editions Plume de Carotte Doc Mon année slow : Almanach perpétuel par De Editions Plume de Carotte Mobipocket Mon année slow : Almanach perpétuel par De Editions Plume de Carotte EPub

5UAF6COIDBH5UAF6COIDBH5UAF6COIDBH