

ERMITAGES D'UN JOUR

À pied dans les Préalpes d'Azur

SANDRA MATHIEU

Points forts :

- le carnet de marche journalier d'une voyageuse sur la région la moins fréquentée des Alpes-Maritimes ;
- une réflexion sur le besoin de solitude et le sens de l'aventure aux portes de chez soi ;
- l'immersion dans une nature préservée comme mode d'épanouissement ;
- la découverte du patrimoine naturel et culturel d'un terroir peu connu à portée de vue de la Côte d'Azur.

Sandra Mathieu s'est accordé un an pour parcourir à pied les Préalpes de Grasse et d'Azur, qui plongent lentement vers la Méditerranée. Là, de Séranon à Vence et de Grasse à la cime du Cheiron, les vallées sont amples et les plateaux partagent généreusement une lumière somptueuse. Dans cette cathédrale de silence, la marche se fait lente, contemplative. Loin du tourisme de masse de la Riviera, la randonneuse foule avec émotion les traces d'un passé multiséculaire ; les sens en éveil, elle jubile et avance légère dans les fragrances de résine et de thym. Au fil des saisons, elle apprend à côtoyer ces terres avec patience, désertant les itinéraires balisés pour inventer son propre chemin. Pas à pas, elle s'inscrit dans cette région et redécouvre des sensations oubliées. Au terme de cette initiation : la solitude qui rend humble, la liberté qu'offre l'aventure et, au cœur de la nature, un émoi sacré...

À propos de l'auteur :

Sandra Mathieu est enseignante auprès d'enfants en difficulté à Grasse où elle s'est établie, renonçant pour un temps aux voyages lointains au profit de la découverte de l'arrière-pays grassois.

Pour en savoir plus sur l'auteur, lire des extraits et des critiques ou consulter la table des matières de l'ouvrage.



Transboréal
23, rue Berthollet ~ 75005 Paris
tél. 01 55 43 00 37

contact@transboreal.fr
www.transboreal.fr



Parution : juin 2017
Format : 12 x 18 cm
Pages : 224
Photographies : 10
Carte : 1
ISBN : 978-2-36157-206-8
Prix : 10,90 €