

## **L'année de mes peurs**

Type de contenu : Texte

Type de médiation : sans médiation

Titre(s) : L'année de mes peurs [Texte imprimé] : chronique / Noelle Hancock ; traduit de l'anglais (états-Unis) par Simone Arous

Est une traduction de : My year with Eleanor

Auteur(s) : Hancock, Noelle

Autre(s) responsabilité(s) : Arous, Simone (Traducteur)

Editeur, producteur : Paris : P. Rey, impr. 2012  
(61-Lonrai; Normandie roto impr.)

Description matérielle : 347 p.

ISBN : 978-2-84876-204-3

EAN : 9782848762043

Autres classifications : 920

Résumé ou extrait : Le récit autobiographique par Noelle Hancock de sa crise existentielle aux approches de la trentaine a les couleurs de la génération internet : en 2008 - comme beaucoup cette année-là -, elle perd brutalement son poste de blogueuse people sur un site qu'elle a alimenté toutes les demi-heures en ragots divers pendant un peu plus de trois ans. Trois ans durant lesquels la jeune femme, autrefois joyeuse boute-en-train, a vécu de façon virtuelle (le contact avec les autres se faisant par mail, textos et autres twitter et facebook), se refermant complètement sur elle-même. Désespérée, face à son écran désormais libéré des potins, elle ouvre, au lendemain de ses 29 ans, un dossier : Mon plan d'action pour l'année . Dossier qui menace de rester vide. Toujours par cette crainte que Noelle a de la confrontation avec l'extérieur. Mais, un matin, sur le tableau noir d'un bistro, elle découvre les mots destinés à changer sa vie. Signés d'Eleanor Roosevelt : Fais chaque jour une chose qui te terrifie. Décidée à vivre ce précepte, Noelle établit alors sa liste de phobies, finalement assez classiques, mais qui vont la mener à des entreprises peu banales. Et souvent musclées : du trapèze au saut libre en parachute, du combat aérien à la plongée chez les requins. Ou plus recueillies, quoique pas moins exigeantes : retraite zen, semaine de stage dans un funérarium. Sans oublier des sprints totalement nue dans l'escalier de son immeuble... Tout cela sous la figure protectrice et stimulante d'Eleanor Roosevelt que Noelle découvre avec enthousiasme et dont elle fait, en parallèle, un portrait fascinant et chaleureux. Eleanor, la femme sans peur... Noelle ne pouvait trouver meilleur mentor pour la mener sur le chemin de la liberté et nous offrir le plus divertissant des récits.