

UNE MÈRE AU SOMMET DE L'EVEREST

De la naissance du rêve de l'Everest jusqu'à sa réalisation, l'alpiniste Sylvie Fréchette nous entraîne vers les plus hauts sommets, ceux de l'Everest et de soi-même. Ce livre, profondément humain, raconte le parcours peu commun emprunté par cette mère de trois filles.



L'alpiniste relate toute l'organisation de son expédition: de l'entraînement à la recherche de commanditaires, en passant par le déchirement de laisser sa famille.

Parallèlement au récit de son ascension, Sylvie nous raconte son cheminement personnel. Un parcours enrichissant qui lui a appris à s'aimer, à se comprendre, à se faire confiance et à s'accepter telle qu'elle est. Un cheminement qui lui a permis d'évoluer, de grandir, pour devenir celle qui allait atteindre le sommet... son sommet.

En toute simplicité, l'auteure partage avec le public sa grande passion de la vie. Elle espère que son témoignage aidera les gens à croire en eux et en leurs rêves. Et surtout à les réaliser.



PREMIÈRE MÈRE CANADIENNE À RÉUSSIR L'ASCENSION DE L'EVEREST

Sylvie Fréchette est détentrice d'une maîtrise en biologie et d'un certificat en pédagogie de l'enseignement au secondaire. Elle est également spécialiste de la relation d'aide psychologique et psychothérapeute. Elle pratique plusieurs sports et elle a escaladé de nombreuses montagnes un peu partout dans le monde, avant d'atteindre le sommet de l'Everest.

ISBN 978-2-923501-79-6



9 782923 501796

26,95 \$

ÉDITIONS
LA SEMAINE

SYLVIE FRÉCHETTE

UNE MÈRE AU SOMMET DE L'EVEREST

SYLVIE
FRÉCHETTE

UNE MÈRE AU SOMMET DE L'EVEREST

Plus qu'une histoire
d'escalade

ÉDITIONS
LA SEMAINE

