

Offrez-vous un quart d'heure d'évasion : lisez !

Olivia de Lamberterie, Leïla Slimani, Julien Neel, Violette Dorange,
Christophe André, Sylvie Chokron, Aurélie Valognes,
Brigitte Lecordier et Agnès Ledig, premiers ambassadeurs
du Quart d'heure de lecture national,
le 10 mars 2026

Le Centre national du livre (CNL), en lien avec le ministère de l'Éducation nationale et l'ensemble de ses partenaires, invite, pour la cinquième édition, toutes les Françaises et tous les Français à célébrer collectivement la lecture à travers un Quart d'heure de lecture national, le mardi 10 mars 2026. Le CNL remercie les premiers ambassadeurs de cette 5^e édition du Quart d'heure de lecture national : Olivia de Lamberterie, Leïla Slimani, Julien Neel, Violette Dorange, Christophe André, Sylvie Chokron, Aurélie Valognes, Brigitte Lecordier et Agnès Ledig, qui ont accepté de partager leur goût pour le livre et la lecture avec le grand public.

L'objectif de cet événement est de sensibiliser l'ensemble des citoyens à l'importance de la lecture dans un contexte de recul de cette pratique, notamment chez les plus jeunes.

Le CNL invite d'ores et déjà les structures souhaitant rejoindre l'événement à s'inscrire sur son site Internet (<http://centrenationaldulivre.fr/quartdheurelecture>) où sont également mis à disposition un guide pratique et des premiers outils de communication (kit de communication et compilations de premiers chapitres).

Que nous soyons non-lecteurs, lecteurs occasionnels, habituels ou inconditionnels, ce dispositif a pour but de remettre la lecture au cœur de notre quotidien, en nous donnant envie de lire 15 minutes par jour... ou plus ! Le mardi 10 mars 2026, Françaises et Français sont invités à célébrer collectivement la lecture et à partager leur initiative *via* les réseaux sociaux avec le **#10marsjelis**.

9 ambassadeurs d'ores et déjà engagés pour le livre et la lecture appellent à participer au Quart d'heure de lecture national

Le Centre national du livre a fait appel à des personnalités, toutes convaincues du rôle primordial que peut jouer la lecture dans nos vies quotidiennes. Olivia de Lamberterie, Leïla Slimani, Julien Neel, Violette Dorange, Christophe André, Sylvie Chokron, Aurélie Valognes, Brigitte Lecordier et Agnès Ledig vous invitent à participer au Quart d'heure de lecture national, le 10 mars prochain.

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Le 26 février 2026



© Astrid di Crollalanza

Olivia de Lamberterie

Journaliste et autrice

france.tv

Journaliste, elle dirige le service livres de *ELLE*, magazine où elle est également éditorialiste et grand reporter. Elle chronique les livres à « Télématin » sur France 2 et sur france.tv depuis vingt et un ans, le mardi et vendredi à 8h50. Elle est l'autrice d'un récit *Avec toutes mes sympathies*, prix Renaudot essai 2018, et d'un roman *Comment font les gens ?*, tous deux publiés aux Éditions Stock. Elle aime lire, écrire et rire !



© Francesca Mantovani

Leïla Slimani

Autrice

Leïla Slimani est l'autrice de cinq romans parus aux Éditions Gallimard, *Dans le jardin de l'ogre*, *Chanson douce* (prix Goncourt 2016, Grand Prix des lectrices de *ELLE* 2017), *Le pays des autres* (Grand Prix de l'héroïne *Madame Figaro* 2020), *Regardez-nous danser* et *J'emporterai le feu*. Elle est aussi l'autrice de récits, d'essais et de bandes dessinées.



© Francesca Mantovani

Julien Neel

Auteur de bande dessinée

Julien Neel crée dans *Tchô !* la série *Lou !*, le premier tome lui apporte en 2005 le Prix Jeunesse des 9-12 ans au FIBD d'Angoulême. En 2010, c'est le tome 5, *Laser Ninja*, qui est récompensé par le Fauve Jeunesse au même festival. Il réalise lui-même l'adaptation cinéma de *Lou ! - Journal infime* (2014). En 2019, il lance chez Glénat Jeunesse « Le Petit monde de Lou ! », une nouvelle collection d'albums déclinant les aventures de son héroïne en format jeunesse. En 2020, débute l'aventure *Lou Sonata* en 3 albums qui ancrent Lou dans l'âge adulte.

Julien Neel a également publié en 2006 *Chaque Chose* et *Le Viandier de Polpette* chez Gallimard.



© Allison Marotta / @all_theotherone

Violette Dorange

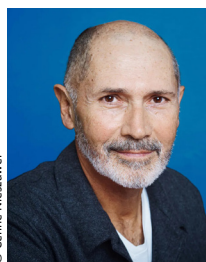
Navigatrice

Née le 17 avril 2001 à Rochefort, Violette Dorange est une navigatrice et skippeuse française qui a marqué le monde de la voile par son parcours exceptionnel.

Dès 2016, elle enchaîne les premières performances. À seulement 15 ans, elle devient la première jeune fille à traverser la Manche en Optimist en solitaire. L'année suivante, en 2017, elle franchit le détroit de Gibraltar. Sa progression fulgurante la mène ensuite à la Mini Transat en solo, puis à La Solitaire du Figaro, où elle devient la plus jeune femme à participer à cette prestigieuse course au large.

Violette Dorange est surtout connue pour sa participation au Vendée Globe 2024-2025. À bord de son IMOCA, elle devient l'une des plus jeunes concurrentes à boucler ce tour du monde à la voile en solitaire, un exploit qui a captivé le public et fait d'elle l'une des grandes révélations de cette édition.

Au-delà de ses prouesses sportives, Violette est également engagée dans des projets associatifs, notamment aux côtés de la Fondation Apprentis d'Auteuil. Son authenticité, sa combativité et son parcours inspirant ont touché un large public, faisant d'elle une figure emblématique de la voile française et une source d'inspiration pour de nombreux jeunes.



© Céline Nieszawer

Christophe André

Médecin

Christophe André est un médecin dont la voix suffit à vous faire du bien. Psychiatre spécialiste des troubles émotionnels, anxieux et dépressifs, et pionnier de la méditation en France, il a longtemps exercé à l'hôpital Sainte-Anne, où il a mêlé science et pleine conscience, un temps avant tout le monde. Ses livres sont devenus de grandes respirations pour des centaines de milliers de lecteurs. Avec empathie, expertise et humour, Christophe André nous aide à apprivoiser nos tempêtes intérieures. En lisant quelques pages, on se sent déjà mieux.

Centre national du livre

Olivier Couderc

olivier.couderc@centrenationaldulivre.fr
01 49 54 68 66 / 06 98 83 14 59

Lou-Lise Vucic

lou-lise.vucic@centrenationaldulivre.fr
01 49 54 68 18 / 06 48 49 13 19

Agence Façon de penser

Corinne Lapébie

corinne@facondepenser.com
01 55 33 15 83 / 06 99 26 60 30

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Le 26 février 2026



© DR

Sylvie Chokron
*Neuropsychologue et directrice
de recherches au CNRS*

Neuropsychologue et directrice de Recherches 1ère classe au CNRS, Sylvie Chokron est la fondatrice et la directrice de l'Institut de Neuropsychologie, Neurovision et NeuroCognition (I3N) à la Fondation Ophtalmologique Rothschild, à Paris. Elle est enseignante dans plusieurs masters et assure des chroniques sur le cerveau dans l'émission « Bel et Bien » (France 2) ainsi qu'au « Mag de la Santé » (France 5). Elle publie également un article mensuel autour des Neurosciences dans le journal *Le Monde*.

Très impliquée dans la compréhension de l'activité de notre cerveau au quotidien, elle a publié en 2020 *Une journée dans le cerveau d'Anna* aux Editions Eyrolles, et plus récemment, en 2024, *Dans le cerveau de...* aux éditions Presses de la Cité. En janvier 2025 est paru *Plongez dans votre cerveau* aux éditions Presses de la Cité.



© Marie Rouge

Aurélie Valognes
Autrice

Avec plus de 5 millions de livres vendus, Aurélie Valognes est une figure incontournable de la littérature contemporaine. Née en 1983 à Châtenay-Malabry, l'écrivaine a publié plus de dix romans, dont *Mémé dans les orties*, *Au petit bonheur la chance*, *Né sous une bonne étoile*, ou encore *L'Envol*, qui ont tous connu un succès retentissant et sont traduits dans plus de quinze langues. *La Fugue*, publié en 2025 chez JC Lattès, a conquis lecteurs et critiques.



© fabmwp/photography

Brigitte Lecordier
Comédienne

Brigitte Lecordier, comédienne française, notamment connue dans le doublage pour avoir prêté sa voix à de nombreux personnages de *Dragon Ball* comme Goku, Gohan, Goten, C18, Zéno... et beaucoup d'autres tels que *Oui-Oui*, *Petite Mort*, Peepoodo, Nobita dans *Doraemon*...

Elle est aussi la directrice artistique, depuis les années 80, de *Conan le Fils du Futur* de Hayao Miyazaki, *Touch (Théo ou la batte de la victoire)* de Mitsuru Adachi ainsi que de *Le Tombeau des Lucioles* de Isao Takahata. Aujourd'hui, elle dirige des animés, tels que *Frieren* pour Crunchyroll, *Blue Box* pour Netflix, *Ishura* pour Disney+...

Depuis 2019, Brigitte Lecordier est présente sur des réseaux tels que YouTube, Twitch, Instagram et TikTok, sur lesquels elle publie du contenu sur son travail de comédienne.

Elle sort sa BD *La Réalité est Énorme* aux éditions Dupuis le 24 avril 2026.



© Pascal Ito

Agnès Ledig
Autrice

Agnès Ledig est née en 1972 à Strasbourg. Après une expérience en agronomie, elle intègre l'école de sage-femmes de Strasbourg, où elle obtient son diplôme. Elle exerce comme sage-femme libérale en Alsace jusqu'en 2015. Elle est l'autrice de neuf romans, dont *Marie d'en haut* (prix « coup de cœur des lectrices » du roman *Femme Actuelle* 2011), *Juste avant le bonheur* (prix *Maison de la presse* 2013), *La toute petite reine* (Flammarion, 2021) et *Un abri de fortune* (Albin Michel, 2023). Ses ouvrages sont traduits dans dix-neuf langues. Elle écrit également des livres pour enfants.

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Le 26 février 2026



© Pauline Gouablin

Manon Fleury *Cheffe étoilée*

Passée par les cuisines d'Alexandre Couillon, de Pascal Barbot ou encore celles de Dan Barber, le choix de Manon Fleury reflète son engagement pour des pratiques vertueuses tout autant que son ambition de l'excellence.

Après une première expérience comme cheffe à l'âge de 27ans au *Mermoz* à Paris, et une série de résidences au *Elsa* à Monte-Carlo et au *Perchoir* à Paris, elle ouvre en septembre 2023 son premier restaurant, *Datil* – 13 rue des Gravilliers à Paris Centre.

Six mois après l'ouverture, sa cuisine de convictions, responsable, saisonnière et d'inspiration végétale, est récompensée d'1 étoile Michelin.

En 2021, Manon Fleury a cofondé avec une dizaine de cheffes l'association *Bondir.e* qui intervient dans les écoles hôtelières pour rappeler que la violence n'est pas inhérente à l'excellence.

La même année, Manon Fleury publie *Céréales*, aux éditions Flammarion, un premier livre qui s'intéresse à la base de l'alimentation humaine depuis leur sédentarisation. Le livre a reçu le Prix Livres & Savoirs de l'Académie nationale de cuisine.

En mai 2025 est sorti *Amuse-bouche*, un cahier de vacances consacré à la gastronomie imaginé par Manon Fleury et la journaliste Zazie Tavitian, aux éditions Denoël.

Centre national du livre

Olivier Couderc

olivier.couderc@centrenationaldulivre.fr
01 49 54 68 66 / 06 98 83 14 59

Lou-Lise Vucic

lou-lise.vucic@centrenationaldulivre.fr
01 49 54 68 18 / 06 48 49 13 19

Agence Façon de penser

Corinne Lapébie

corinne@facondepenser.com
01 55 33 15 83 / 06 99 26 60 30

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Le 26 février 2026

#10marsjelis : un Quart d'heure de lecture national pour remettre le livre et la lecture au cœur de notre vie quotidienne

En partenariat avec l'Éducation nationale pour les écoles, le CNL mobilise aussi les entreprises, les administrations, les associations, les centres sociaux, les EHPAD, et bien sûr les bibliothèques et les librairies... En manifestant notre attachement collectif aux livres, cette opération nationale symbolique vise à **sensibiliser l'ensemble des citoyens à l'importance de la lecture, et à encourager toutes les organisations, publiques et privées, à mettre en place, en leur sein, des projets réguliers autour du livre et de la lecture.**

En 2019, l'Éducation nationale a généralisé un « quart d'heure de lecture » dans toutes les écoles. De réels effets ont été constatés après sa mise en place : au niveau collectif, cette pratique offre un temps de silence apprécié par tous, suscite l'enthousiasme et renforce le sentiment d'appartenance au groupe. Ce temps culturel partagé permet également à chacun, une fois le temps de lecture passé, de reprendre son travail dans un état d'esprit plus serein, plus apaisé et plus concentré.

Ces bienfaits s'appliquent également aux adultes. **Quinze minutes de lecture au quotidien sont suffisantes pour bénéficier de tous les bienfaits de la lecture. Autant d'occasions de se détendre, de s'évader, de s'étonner et de continuer chaque jour à s'enrichir. La pratique de la lecture a notamment été identifiée comme un des moyens privilégiés pour prendre soin de sa santé mentale – Grande cause nationale 2025 – et cela tout au long de la vie.**

Ils soutiennent le Quart d'heure de lecture national 2026