



## Mon parcours d'Avent au féminin

Mathilde Hallot-Charmasson

- **Le premier parcours spécialement conçu pour les femmes d'aujourd'hui**
- **Des propositions riches et variées : méditations, exercices spi, activités...**
- **Tout pour vivre un Avent spirituel sans délaissier le matériel**

**P**our toutes les femmes qui veulent **préparer leur cœur et leur âme à Noël, sans délaissier pour autant les cadeaux et la fête.**

Chaque semaine offre des propositions à vivre à son rythme : découvrir une sainte du temps liturgique ; méditer un passage biblique pour se ressourcer dans l'amour de Dieu ; réaliser un exercice spirituel qui déploie les richesses des traditions de l'Avent ; préparer un cadeau en priant pour son destinataire.

Dans le sillage de **figures féminines inspirantes**, ce parcours invite chacune à **approfondir la compréhension de son appel personnel.**

Nourrie par la spiritualité ignatienne, **Mathilde Hallot-Charmasson** est la créatrice du podcast « Des femmes et un Dieu » et la présidente de l'association éponyme.



Office du 20 septembre 2023

15 x 21 - 96 pages - **11,90 €**

Code AVM : CDR0710