

Edition : **Juin 2025 - Juillet 2025 P.40**
 Famille du média : **Médias spécialisés grand public**
 Périodicité : **Bimestrielle**
 Audience : **322000**
 Sujet du média : **Lifestyle**



Journaliste : -

Nombre de mots : **202**

LIVRES - INSPIRATION - BEAUTÉ - LECTURE - SENS - PERCEPTION - IMAGINATION - RÉJOUISSANCE



Féminin sacré

Et si l'âge mûr annonçait seulement le début d'une nouvelle vie ? Pour Loumitea, thérapeute et enseignante initiée à la spiritualité amérindienne depuis sa plus tendre enfance et cofondatrice de l'École de chamanisme transculturel du Québec, le "passage de la grand-mère" est une période de grande transformation chez la femme, lui révélant enfin son pouvoir intérieur. Dans son nouvel ouvrage *Le Chant de la grand-mère* et à travers un voyage de treize lunes, Loumitea invite toutes les femmes ménopausées, qui ont eu un enfant ou non, à se rassembler en cercles et à échanger autour de leur vécu, la notion de corps, de vie, de beauté, de vieillesse ou encore de vie et de mort. Nous sont ici transmises des clés pour plonger au cœur de notre féminin sacré à travers des cérémonies, rituels, techniques de chant et de méditation inspirés du savoir des Premières Nations.

***Le Chant de la grand-mère, 13 lunes pour découvrir son pouvoir de femme mature*, Loumitea, éditions Le Jour, mars 2025.**

TEXTES SANDRINE DAMIE ET LUCIE SANSONNET