

## De quoi s'agit-il ?

Les week-ends « Vivre en Amour » s'adressent aux femmes et aux hommes, qu'ils soient en couple ou seuls, intéressés à relever le défi de vivre une vie sexuelle et amoureuse enrichissante et harmonieuse

Ces séminaires apportent des outils précieux pour comprendre et améliorer le vécu érotique et relationnel à tout âge

## Thèmes et dates des séminaires

Un cycle « Vivre en Amour » propose cinq thèmes sur deux ans dont chacun peut être suivi indépendamment des autres :

- 🌸 **Érotisme au Féminin**
  - ☐ 24 et 25 mars 2012
- 🌸 **Érotisme au Masculin**
  - ☐ 1<sup>er</sup> et 2 septembre 2012
- 🌸 **Désir Sexuel et Sentiment Amoureux**
  - ☐ Printemps 2013
- 🌸 **Séduction et Communication**
  - ☐ Été 2013
- 🌸 **Les Habiletés Érotiques**
  - ☐ Automne 2013

## Le sexocorporel

A été développé par le Prof. Jean-Yves Desjardins, fondateur du département de sexologie de l'UQUAM au Canada  
Sa vision est globale et se base sur un modèle de santé sexuelle  
Cette approche intègre les différentes composantes physiologiques, corporelles et psychiques de la sexualité humaine  
Elle propose l'apprentissage d'habiletés corporelles et érotiques facilitant l'accès à une plus grande volupté et au plaisir sexuel

*« Dans tes yeux d'homme, tu m'as regardée  
Je suis une femme pour moi  
Je suis une femme pour toi  
M'ouvrir à la femme érotique qui est en moi  
Me laisser habiter par ma puissance de femme »*

## Renseignements et inscriptions

- Anne-Marie Lando Wacker  
Pré Nagé 122 E, 2915 Bure  
Tél : 078 / 723 48 13
- Mireille Baumgartner  
Tél : 032 / 325 12 36

[info@sex-o-log.ch](mailto:info@sex-o-log.ch)



INSTITUT  
SexoCorporel

SÉMINAIRE  
« VIVRE EN AMOUR »

## ÉROTISME AU FÉMININ



Percevoir l'érotisme à la fois dans ses richesses, sa puissance, ses limites et ses carences

Développer sa sexualité

Devenir érotiquement compétente

## Objectifs poursuivis

La femme aujourd'hui est confrontée à trois défis dans son projet de croissance sexuelle, érotique et amoureuse

### 1<sup>er</sup> Défi : Savoir

Les premiers défis de la femme sont l'ignorance et les préjugés qui entourent l'exercice de sa sexualité

*Des informations importantes pour les femmes mais aussi pour les hommes qui les aiment !*

### 2<sup>ème</sup> Défi : Savoir être

Comment arriver comme femme à occuper tout l'espace de sa féminité ?

Comment renouer avec toute la plénitude de sa puissance féminine, non seulement comme mère, mais aussi comme femme sexuellement désirée, désirante et désirable ?

*Comment développer sa fierté et trouver sa voie dans ce clivage ?*

### 3<sup>ème</sup> Défi : Savoir-faire et savoir devenir

Un grand nombre de femmes vivent dans un registre sexuel comportant des limites qui peuvent entraver leur jouissance dans leur vie sexuelle et amoureuse

*Comment développer sa fonction excitatrice ?*

*Comment avoir accès au plaisir et au désir sexuel ?*

*Comment développer leur excitabilité vaginale et parvenir à l'orgasme coïtal ?*

## Pour répondre à ce triple défi

Le week-end sur l'érotisme au féminin comprendra

### 1 Des informations

Pour éclairer les participant(e)s sur la véritable nature de la sexualité féminine

### 2 Des moyens

Pour permettre à chacune de faire l'évaluation de son état de santé sexuelle

### 3 Des ateliers

Pour fournir à chacune des moyens de base tant dans l'affirmation de sa féminité que dans ses apprentissages érotiques, personnels et relationnels

*Dans un esprit ludique, les ateliers visent à fournir une meilleure conscience aux femmes et aux hommes de leur posture, de leur démarche, de leur agir dans leur vie affective et sexuelle*

### Horaire :

Samedi 9.00- 12.00 et 13.30-17.30  
Dimanche 9.00- 12.00 et 13.30 -17.00

**Coût** : Individuel : CHF : 335.-  
En couple : CHF : 520.-

**Incluant les pauses et les repas de midi**

**Lieu** : Vaumarcus : « Le Camp »

## Qui peut participer ?

- 🍷 Toute femme, seule ou en couple, de tout âge, qui désire améliorer sa vie sexuelle, érotique et amoureuse
- 🍷 Tout homme, seul ou en couple pour partager ce week-end et devenir complice des femmes qu'ils aiment
- 🍷 Tout professionnel de la santé qui souhaite approfondir ses connaissances en matière de sexualité

## Qui sommes-nous ?



Anne-Marie  
Lando Wacker

- sexologue  
clinicienne en  
sexocorporel  
- formatrice en santé  
sexuelle



Mireille  
Baumgartner

- sexologue  
clinicienne en  
sexocorporel  
- formatrice en santé  
sexuelle  
- formatrice d'adultes