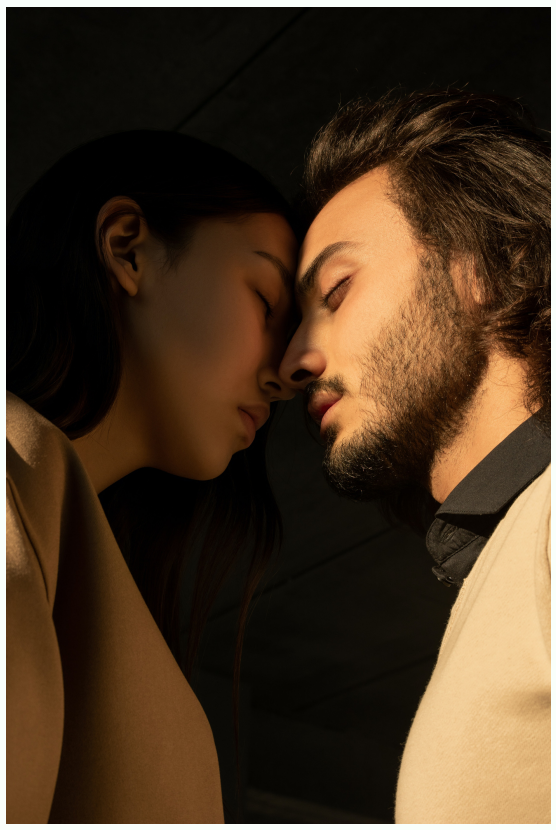
L’épanouissement sexuel

Stage de Développement Personnel (Niveau 1)



Une sexualité saine est une sexualité où la personne se sent suffisamment sécure pour s’autoriser à être ludique. L’harmonie sexuelle reflète notre manière d'être en relation. Parler de notre sexualité, c’est s’autoriser à explorer nos modes d’attachements. L’attachement est un besoin vital. Pour exister, il est précieux de se sentir entendu(e)s, compris(e)s et soutenu(e)s.

Pendant ces trois jours, nous vous proposons au travers d’exercices d’explorer vos limites, votre imaginaire érotique, votre corps en relation, votre liberté à parler du sexuel. Ainsi, vous entraînerez votre capacité à co-construire un lien sécure et donner libre cours au jeu.

Dans ce stage de premier niveau, pas de nudité. Nous soutenons une expression authentique, bienveillante et respectueuse de soi et du groupe. Nous vous invitons à être vous-même, tel que vous êtes.

Animateurs

Catherine Hubert est sexothérapeute, psychopraticienne de couple et individuel. Également formée à l’Hypnose relationnelle Eriksonienne, l’analyse transactionnelle, la psychogénéalogie, le psychodrame et la méthode “Périnée et Mouvement”. Ancienne professeure de Shiatsu, elle travaille depuis plus de 20 ans au rétablissement de l’harmonie entre le corps et l’esprit. Elle exerce en cabinet à Niort.

www.catherine-hubert.fr 06 86 99 80 03. contact@catherine-hubert.fr

Jean-Louis Lamouille est psychologue. Formé en Psychologie Relationnelle du Travail, Sophrologie Analysante, EMDR, Thérapie des Schémas et Gestalt-thérapie. Il exerce sur Grenoble, en cabinet, en entreprise et à l’hôpital.

psychologie-durable.fr 06 08 00 37 47. jllamouille@free.fr

Dates : **Vendredi 5 Avril** de 17H à 20H,
Samedi 6 Avril de 9H à 18H (Prévoir un repas tiré du sac).
Dimanche 7 Avril de 9H à 17H (Prévoir un repas tiré du sac).

Prix du stage : 290€ par personne. (490€ pour le couple).
Lieu : L'atelier du Mieux Etre. 5, Rue de la Scie, Seyssinet Village
Possibilité de logements en gîtes à proximité.

Pour toute personne non engagée dans une démarche psychothérapeutique avec l'un des 2 animateurs, une consultation préalable (en cabinet ou en visio) sera exigée avant l’inscription. tarif : 60 €