



Frau:sein

Wissen Spüren Geniessen
Workshopreihe rund um Sexualität

Meine Lust & ich

Donnerstag, 7. März 2024, 18:30 – 21:00 Uhr

Meine Vulva & ich

Samstag, 6. April 2024, 10:30 – 13:00 Uhr

Preis pro Workshop: CHF 70.–

Die Workshops können einzeln oder in Kombination besucht werden.

Ort: Bern, Praxisgemeinschaft Sexualität*, Hirschengraben 10, 3011 Bern

Wir bieten einen sicheren Raum, um sich mit Aspekten der eigenen Sexualität auseinanderzusetzen. Es besteht die Möglichkeit eigene Erfahrungen zu teilen genauso wie die Workshops still zu geniessen. Wir bleiben dabei alle angezogen.

Teil I: Meine Lust & ich

Was beeinflusst das Erleben von sexueller Lust? Wann erlebe ich sexuelles Begehren und wann verabschiedet sich dieses?
Über Inputs, Austausch, eine imaginative Reise und Körperübungen nähern wir uns unserer Lust und unserem sexuellen Begehren an.

Teil II: Meine Vulva & ich

Wie prägt die Beziehung zur eigenen Vulva und Vagina die eigene Sexualität? Wie kann ich diese beeinflussen?
Wir setzen uns mit den weiblichen Genitalien auseinander, lernen Neues, tauschen Erfahrungen aus, üben uns in unserer Körperwahrnehmung und nähern uns kreativ unserer Vulva und Vagina an.

Für das leibliche Wohl ist gesorgt. Es gibt eine Pause mit feiner Verpflegung.

Anmeldung und weitere Infos:

Selina Killer, Sexologin M.A. & Sozialarbeiterin FH
www.aboutsex.ch | selina.killer@aboutsex.ch | 078 893 01 84

Mirjam Wenger, Sexologin i.A. & Systemtherapeutin
www.mirjamwenger.ch | wenger.lob@hin.ch | 076 529 29 85