



Frau:sein

Wissen Spüren Geniessen
Workshopreihe rund um Sexualität

Mein Körper & ich

Bern: Donnerstag 2. März 2023, 18:30 – 21:00 Uhr
Zürich: Donnerstag 16. März 2023, 18:30 – 21:00 Uhr

Meine Lust & ich

Bern: Samstag 1. April 2023, 10:30 – 13:00 Uhr
Zürich: Samstag 15. April 2023, 10:30 – 13:00 Uhr

Bern, Praxisgemeinschaft Sexualität*, Hirschengraben 10, 3011 Bern
Zürich, Praxis am Steig, Kilchbergsteig 4, 8038 Zürich

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: Mein Körper & 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.

Teil II: 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.

Die Workshops können einzeln oder in Kombination besucht werden.
Preis pro Workshop: 60.- CHF

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