

Cycle Yaphah Sexualité féminine*



Et si vous partiez à la rencontre de votre sexe ? Approfondir la découverte de votre corps, c'est aussi vous découvrir **désirée et désirante**. En novembre-décembre, Yaphah vous propose un **cycle Sexo. Une exploration intime, curieuse et bienveillante de votre sexualité**, tant sur le plan physiologique que psychologique. L'occasion de faire grandir votre relation à votre propre corps, au plaisir, et à la rencontre des corps ! – 6 Etapes !

- ✓ Etape 1 : La sexualité dans ma propre histoire
- ✓ Etape 2 : Connaître mon corps et mon sexe
- ✓ Etape 3 : Amour, désir, excitation : comment s'y retrouver ?
- ✓ Etape 4 : Voyage au cœur du plaisir
- ✓ Etape 5 : A la rencontre de la sexualité masculine
- ✓ Etape 6 : La sexualité dans le couple

Avec [Hélène Dumont](#), chroniqueuse, conseillère-conjugale et familiale et **sexothérapeute**, auteure de *Terre Eclose* (Emmanuel, 2022) & Hélène Milcent – *une pédagogie créée par Claire de Saint Lager*
Découvrir la vidéo du cycle : <https://www.youtube.com/watch?v=1mn8z56Thxw>
Prix du cycle : 320 euros

Vivre une sexualité épanouie ne doit pas être une pression, mais une exploration. Partir à la rencontre de nos sensations corporelles, de nos émotions, de nos pensées, les observer, les interroger, les laisser passer, ne rien forcer... s'ouvrir ! Avec bienveillance, patience et persévérance découvrir son corps désirant et désiré, en étant attentive aux signes du désir, à la puissance du plaisir !

