

## Organise, pour la première fois en Suisse, pour vous, Mesdames :

Week-end "A fleur de peau", 19-21/09/2014

En première suisse, [www.masexualite.ch](http://www.masexualite.ch) organise un week-end de développement personnel au féminin, avec **Sophia Lessard**, la célèbre sexologue québécoise. Sous le thème "A fleur de peau", venez passer deux jours réservés à vous, les femmes.



Sophia Lessard

À l'intérieur d'un cocon féminin, je prends le temps de regarder ce que représentent pour moi le monde affectif, l'intimité et la sexualité. Quels sont les difficultés, les blessures et les apprentissages qui limitent ma capacité à être bien. Venez aussi apprendre à générer et à faire circuler l'énergie sexuelle.

Informations détaillées et inscriptions sur  
[www.masexualite.ch](http://www.masexualite.ch) - rubrique «Formations, séminaires»

Entre ce que l'on voudrait vivre et ce que l'on vit vraiment, il y a parfois un monde qui peut sembler infranchissable! Pour certaines femmes la sexualité représente un fardeau, une obligation, quelque chose qui appartient aux autres. Pour d'autres, la sexualité est un moment de plaisir qu'elles s'offrent lorsque toutes les tâches du quotidien sont réglées!

Vous voulez vous sentir mieux dans votre vie affective, amoureuse et sexuelle? Vous voulez comprendre comment générer et faire circuler l'énergie sexuelle dans votre corps? Offrez-vous ce week-end! !

Voici les principaux thèmes abordés :

- Les croyances face à l'amour, au couple et à la sexualité.
- L'histoire amoureuse, affective et sexuelle.
- Qui suis-je comme amoureuse?
- Les entraves à l'épanouissement.
- La capacité à dire pleinement oui et non.
- Comment communiquer mes besoins.
- Vie sexuelle actuelle et désirée.
- Le plaisir sexuel et l'orgasme.
- L'énergie sexuelle; la générer, la faire circuler et y goûter!

**Sophia Lessard** est sexologue, hypnothérapeute ericksonnienne, maître praticienne en programmation neuro linguistique (PNL), formatrice et conférencière. Elle est aussi l'auteure de plusieurs livres (en français et en anglais) sur l'éveil sexuel des enfants et la prévention des abus, domaine dans lequel elle a commencé à se faire connaître. Elle a également participé à la création du premier groupe thérapeutique canadien pour les 7 à 12 ans aux comportements sexuels inappropriés envers d'autres enfants, en collaboration notamment avec les Universités de Montréal et du Québec.

Aujourd'hui, Sophia continue à écrire des livres, à former des parents et des professionnels sur la sexualité des enfants et des adolescents. Cela dans le cadre d'un certain nombre d'organismes, associations, crèches, écoles, hôpitaux, etc. Elle reçoit aussi en consultation des enfants, des adultes et des couples, et organise des séminaires sur la sexualité pour femmes et couples.

Ses connaissances approfondies, ainsi que son authenticité, sa spontanéité, sa chaleur humaine et son humour lui ont valu de devenir également une chroniqueuse réputée et populaire sur plusieurs chaînes de radio et télévision locales.

Ellen Weigand