

## De quoi s'agit-il ?

Les week-ends « Vivre en Amour » s'adressent aux hommes et aux femmes, qu'ils soient en couple ou seuls, intéressés à relever le défi de vivre une vie sexuelle et amoureuse enrichissante et harmonieuse.

Ces séminaires apportent des outils précieux pour comprendre et améliorer le vécu érotique et relationnel à tout âge.

### Cinq Thèmes

Un cycle « Vivre en Amour » propose cinq thèmes dont chacun peut être suivi indépendamment des autres :

- ◆ Érotisme au Féminin
- ◆ Érotisme au Masculin
- ◆ Désir Sexuel et Sentiment Amoureux
- ◆ Séduction et Communication
- ◆ Les Habiletés Érotiques

### Calendrier

Les dates des prochains séminaires sont publiées sur notre site

[www.sex-o-log.ch](http://www.sex-o-log.ch)

## Le sexocorporel

A été développé par le Prof. Jean-Yves Desjardins, fondateur du département de sexologie de l'UQUAM au Canada.

Sa vision est globale et se base sur un modèle de santé sexuelle.

Cette approche intègre les différentes composantes physiologiques, corporelles et psychiques de la sexualité humaine.

Elle propose l'apprentissage d'habiletés corporelles et érotiques facilitant l'accès à une plus grande volupté et au plaisir sexuel.

*Quand l'érotisme et l'amour passe par le corps  
Dans tes espaces, dans mes espaces, je ne sais plus...*

*Nous nous sommes aimés, c'était bon*

*Jean-Yves Desjardins*

*« Son visage est celui que la brume dessine  
quand les yeux se souviennent mal.*

*Son corps est le lieu d'une grande fluidité,  
torrent d'un âge très ancien où l'homme, parce  
qu'il ne s'y voit pas, se jette sans un cri.*

*Jean Orizet*

### Renseignements et inscriptions

- Anne-Marie Lando Wacker  
Pré Nagé 122 E, 2915 Bure  
Tél : 079 / 892 06 25
- Mireille Baumgartner  
Tél : 032 / 325 12 36

[info@sex-o-log.ch](mailto:info@sex-o-log.ch)



INSTITUT  
SexoCorporel  
Arc Jurassien

SÉMINAIRE « VIVRE EN AMOUR »

*22 et 23 septembre 2018*

## Habiletés Érotiques



- ∞ Repérer les différentes étapes de l'agir sexuel et amoureux
- ∞ Améliorer son art érotique et amoureux
- ∞ Élargir sa fonction de plaisir et de volupté
- ∞ Devenir des amants compétents

A mettre en lettres d'or sur la porte d'entrée de notre rêve érotique et amoureux :

« La perfection n'est pas de ce monde, mais l'amélioration est accessible à tous »

On ne fait pas l'amour qu'avec ses rêves et son sentiment amoureux, mais aussi par l'apprentissage de multiples habiletés corporelles : c'est là l'incontournable réalité de nos corps. Faire l'amour est un art comme les arts corporels.

Pour s'approprier cet art d'aimer, trois défis accessibles à chacun nous attendent :

### 1<sup>er</sup> Défi : S'extirper

S'extirper d'un système normatif oppressant pour mieux vivre l'érotisme et l'amour qui sont des valeurs humaines

### 2<sup>ème</sup> Défi : Savoir

Savoir comment y parvenir : à partir de soi, avec l'autre

### 3<sup>ème</sup> Défi : S'approprier

S'approprier des habiletés accessibles à tous pour mieux exprimer ses désirs, ses besoins et son amour pour l'autre

## Pour répondre à ce triple défi

Le week-end comprendra :

### 1 Des informations

Pour élargir notre champ de connaissance sur les habiletés érotiques tant sur le plan personnel que relationnel

### 2 Des moyens

Pour faire le bilan de ses habiletés dans l'expression concrète de sa sexualité

### 3 Des ateliers

Visant à améliorer la qualité des rencontres en s'appropriant certaines habiletés concrètes

Dans un esprit ludique, les ateliers visent à permettre d'expérimenter dans son corps les effets immédiats relatifs à des manières de se tenir et de bouger accessibles à chacun

**Horaire :** Sa 9.00- 12.30 et 14.00-17.30  
Di 9.00- 12.30 et 14.00 -17.00

**Coût :** Individuel : CHF : 300.-  
En couple : CHF : 450.-

**Lieu :** ...effe. Espace de formations  
Rue Sessler 7  
2502 Bienne  
<https://effe.ch/>

## Qui peut participer ?

- ♦ Ces sessions s'adressent à tout couple ou toute personne seule désirant relever le défi d'une vie amoureuse stable et enrichissante
- ♦ Notre souhait est que ces séminaires deviennent un outil précieux pour tous, dans cette quête de bonheur et d'harmonie
- ♦ Tout professionnel de la Santé qui souhaite approfondir ses connaissances en matière de sexualité



Anne-Marie  
Lando Wacker

- Sexologue clinicienne en Sexocorporel
- Educatrice et Formatrice en Santé sexuelle
- Formatrice d'adultes

Mireille  
Baumgartner

- Sexologue clinicienne en Sexocorporel
- Formatrice agréée ISI
- Educatrice et Formatrice en Santé sexuelle
- Formatrice d'adultes