

Monogràfics 2022

# Enfocament integratiu de la sexualitat

amb Aina Cortés

BARCELONA · 12 DE FEBRER DE 2022 // MANRESA · 22 DE GENER 2022

En aquest taller farem un recorregut per ampliar la mirada respecte què és la sexualitat, explorar com vivim la pròpia sexualitat i revisar els introjectes rebuts del nostre entorn. Mobilitzarem i desbloquejarem el cos, l'energia sexual i la celebració de la vida. Tot això en un ambient delicat i acurat respectant el ritme de cadascun/a.

## Beneficis

- Ampliar la mirada heteropatriarcal i coitocentrista de la Sexualitat.
- Traspassar el vel del tabú de la Sexualitat i deixar anar càrregues, introjectes limitants, vergonya, confusions ... per a comprendre i resignificar la Sexualitat.
- Entrar en contacte i prendre consciència de com visc la pròpia Sexualitat.
- Dignificar la pròpia biografia sexual sigui la que sigui.
- Contactar amb el propi cos, la pròpia energia sexual i vital, el permís i nodrir-se d'ella.
- Celebrar la sexualitat com una cosa sana, nutritiu, ric, ple de goig, gratificant i poderós.

## Continguts:

- . Enfocament integratiu de la sexualitat
- . Què és la sexualitat.
- . Perspectives, la repressió sexual, la ferida col·lectiva i sistèmica heretada, cultura heteropatriarcal i coitocentrista.
- . Els introjectes limitants explícits, implícits rebuts de l'entorn.
- . Abordatge corporal i emocional de la pròpia sexualitat.
- . Autoamor i autoerotisme, límits i pactes, desitjos i necessitats.
- . L'energia sexual com a font de salut, connexió i celebració de la vida.
- . La teràpia corporal com a mitjà per a mobilitzar i desbloquejar l'energia sexual estancada.



Imatge: Angela Roma (Pexels)

**A qui va dirigit:** A professionals que treballen en l'àmbit educatiu, social, sanitari o terapèutic, especialment a aquelles persones vinculades a la relació d'ajuda i l'acompanyament emocional d'adolescents i joves. També per a mares i pares.

## Formadora: Aina Cortés.

Terapeuta Gestalt i Corporal Integrativa. Programa SAT de Claudio Naranjo. Terapeuta ROAF i Sexualitat Sagrada. Especialització en Sexualitat Femenina.

**Dia:** dissabte 12 de febrer de 2022 (Barcelona) i 22 de gener de 2022 (Manresa)

**Horari:** De 09.30 a 14 h i de 16 a 20.30 h. **Durada:** 10 hores

**Preu:** 135 € (1 taller) i 370 € (3 tallers)

**Lloc:** Col·legi Martí Codolar, Av. del Cardenal Vidal i Barraquer, 15, Barcelona // Escola Joviat, C. Rubió i Ors, 3, Manresa

**Informació:** [bibi.calvera@institutgestalt.com](mailto:bibi.calvera@institutgestalt.com)

**Inscripcions a Barcelona:** <https://bit.ly/3CWwAtI>

**Inscripcions a Manresa:** <https://bit.ly/2XYyjiA>

Organitzat i dirigit per:

A Manresa  
hi col·labora:

