

Sinnlich-keit und Lebenslust Abendreihe nur für Frauen

Zu viele Frauen sind mit ihrer Sexualität unzufrieden, bemerken wir bei unserer Arbeit immer wieder. Woran kann das liegen? An der Aufklärung? An unseren eigenen Erwartungen? An den Männern? Mittlerweile finden sich abermillionen Tipps in allen Medien, ob online oder in der Zeitung. Aber wann gibt es im realen Leben die intime Sicherheit sich unter Frauen offen und ehrlich auszutauschen und die eigene Erotik weiter zu entwickeln?



Ich, Nicole Siller, muss gestehen, dass mich die wirkliche Lust am Lesen erst gepackt hat als mir im Alter von elf Jahren die erste erotische Geschichte in die Hände fiel. Ich bin **Beziehungscoach** und habe auf dem Weg dorthin Judith Anhammer-Sauer kennen gelernt. In unseren Gesprächen ging es immer wieder um Sexualität und die **oft unergründlichen Wege zu Genuss und Hingabe**, sexuellem Selbstwert und weiblichem Selbstbewusstsein.



Judith ist **Psychotherapeutin i.A.u.S.** (Integrative Gestalttherapie), und bemerkt in ihrer Arbeit genau wie ich, wie befreiend und erleichternd ein ehrlicher, offener Austausch sein kann, wie viel Druck oft abfällt und welche neuen Perspektiven sich dadurch eröffnen.

Abendreihe zu Sinnlichkeit, Erotik und Lebenslust, nur für Frauen. Wir haben eine lang gehegte Idee realisiert: eine intime Abendreihe für Frauen. Wir gestalten einen geschützten Raum, in dem Sie

- eine **offene Gesprächsbasis** vorfinden, um Erfahrungen und Erkenntnisse auszutauschen
- ein **Füllhorn von Anregungen** zur Entfaltung Ihrer Sinne und Ihrer Sinnlichkeit erleben
- **Phantasie Reisen** und **Achtsamkeitsübungen** ausprobieren
- Ihren **sexuellen Selbstwert** nähren und Ihr **Selbstbewusstsein** stärken
- und vieles mehr

Wichtig ist uns, dass Sie stets frei entscheiden können, wie viel Sie geben oder annehmen wollen – genau wie bei wohlthuender, lebendiger Sexualität. Um Missverständnisse von vornherein auszuräumen, es wird keine sexuellen Handlungen geben und es geht nicht um Dessous und Vibratoren.

6 Abende mit maximal 8 Frauen

Angeleitet von Nicole Siller und Mag. Judith Anhammer-Sauer

Verabredungen: 21.01., 28.01., 11.2., 28.2., 25.2. und 4.3.2015

Ort und Zeit: jeweils von 18.00 - 20.00 Uhr in der Krakauer Straße 14/203, 1020 Wien,
Kosten: 240,- € p. P. (inkl. MwSt.)

Anmeldung und Anfragen: nicole.siller@lebendich.at und anhammer@praxis-sterne.at

SCHNUPPERABEND: 07. JÄNNER 2015, 18.00-20.00 H (20,- € p.P.)

Damit Sie Ihre weibliche Erotik lustvoller genießen können. Damit Sie sich als sinnliche Frau zeigen, wann immer Sie dazu Lust haben. **Für ein lustvolles, aufregendes, sattes Leben.**