

Sexualität nach der Geburt



So wie sich mit der Geburt eines Kindes vieles im Leben verändert und neu gefunden werden darf, verändert sich auch die Sexualität. Mit jedem Kind wird eine Mutter, werden Eltern geboren. Der Körper hat sich verändert. Zeit, Aufmerksamkeit und Körperkontakt fließen zu einem (weiteren) kleinen Neuankömmling in der Familie. Wo bleibt hier Raum für Selbstfürsorge, Zweisamkeit, Genuss und Lust, für Begehren und begehrt werden? Wie findest/fandest Du den richtigen Zeitpunkt für „das erste Mal“? Wie (er)lebst und gestaltest Du eine für Dich stimmige Sexualität?

In diesem Workshop hast Du die Möglichkeit, Informationen über mögliche Veränderungen in der Sexualität nach einer Geburt zu erhalten und Dich in einem sicheren Raum mit anderen Frauen über Gelingendes, Neues, Heraus- oder auch Überforderndes auszutauschen.

Dabei bist Du mit allen Erfahrungen, Gedanken und Emotionen herzlich willkommen – come as you are!

Was: Dieser Workshop bietet

- einen geschützten, vertrauensvollen Raum
- Informationen zur Sexualität nach der Geburt und
- die Möglichkeit für Austausch mit anderen Frauen

Wer: Frauen, die bereits ein oder mehrere Kinder geboren haben und Lust haben, sich über ihr Erleben der Sexualität nach der Geburt auszutauschen. Die Anzahl ist auf max. zehn Teilnehmende begrenzt.

Wann: Donnerstag, 30.11.2023 16:00 – 18:00
Donnerstag, 07.12.2023 16:00 – 18:00

Wo: Hebammenpraxis BellaDonna, Kaiserstraße 94, 69115 HD

Wie viel: 50€. Die Rechnung erhältst du am Ende des Workshops

Anmeldung: per E-Mail an theresia.collmer@hebammenpraxis-belladonna.com

Über mich: Theresia Collmer, als Hebamme tätig in der Hebammenpraxis BellaDonna. Diaphragma-Beraterin. Sensiplan®-Beraterin. Aktuell im Studium „Sexologie – sexuelle Gesundheit und Sexualberatung“ (M.A.) an der Hochschule Merseburg. Es ist mir ein Herzensanliegen, Menschen zu ermächtigen, eine sie erfüllende Sexualität zu finden.

