



DE VIAJE POR LOS MAPAS DE MI CUERPO

Y ESTE TALLER ¿DE QUÉ VA?

En este taller nos acercaremos a las temáticas del placer, del deseo y del erotismo enfocándolo a mejorar la relación que tenemos con nosotras mismas, pasando por el cuerpo y las emociones.

Reconoceremos nuestra autenticidad, conoceremos algunas de las fronteras que nosotras mismas nos creamos, aprenderemos a escucharnos y a contactar con nuestros deseos eligiendo los caminos que más nos plazcan para llegar a ellos. Trabajaremos la forma de gustarnos a nosotras mismas y nos haremos conscientes del poder de nuestra sexualidad.

Analizaremos con perspectiva de género el por qué de los tabúes sexuales y las manipulaciones que se hacen de la sexualidad en el sistema patriarcal, descubriendo de forma personal cómo hemos ido registrando esa información en nuestro cuerpo y su propia memoria emocional.

Nos empoderaremos, crearemos espacios de seguridad y de confianza para disfrutar, gozar y en definitiva, para ser nosotras mismas.

¿PARA QUIÉN ES?

Para mujeres de todas las edades que quieran aprender a quererse más y mejor.

¿QUIÉN LO IMPARTE?

Flavia Anconetani – Terapeuta Gestalt y Antropóloga.

Bea A. Herranz – Máster en "Autoconocimiento, sexualidad y relaciones humanas en terapia de reencuentro" y facilitadora de grupos de autodefensa para mujeres.



¿CÓMO VAMOS A TRABAJAR?



Utilizaremos una metodología integral que incluya la dimensión emocional, corporal y teórica.

Basándonos en herramientas gestálticas y encaminándolas hacia el terreno de la sexualidad con un enfoque de género, combinaremos las vivencias espontáneas del cuerpo y de las emociones con la esfera más consciente de la teoría y de la reflexión grupal.

El método de trabajo será vivencial e inclusivo, fomentando a su vez la participación, las relaciones horizontales, el apoyo mutuo y el aprendizaje colectivo.

Cada participante trabajará desde la propia memoria emocional y el propio cuerpo, efectuando una experiencia de auto-observación y auto-conocimiento, y todo esto lo haremos desde una posición cómoda, positiva y de disfrute.

Se trabajará de manera individual, por parejas, pequeños grupos y con la totalidad del grupo; las dinámicas propuestas tienen el objetivo de llevar al cuerpo y a las emociones las reflexiones teóricas que iremos abordando.

¿CUÁNDO ES Y CÓMO APUNTARSE?

El domingo **17 de Abril** de 2016

Horario: de 10h a 14h y de 15h a 18h

Lugar: Espacio B.
C/ Buenavista 39. Lavapiés. Madrid

Precio: 55€ (si te apuntas a los dos son 100€ en total)

Si deseas apuntarte o solicitar información puedes escribirnos a:
cartografiadelasemociones@gmail.com

Para mayor información puedes visitar nuestra página web:
www.cartografiadelasemociones.com

o seguirnos en Facebook:
www.facebook.com/CartografiadelasEmociones

