



# Stage couple

Un stage court pour se retrouver, prendre le temps d'être proche de soi et de l'autre et en apprendre davantage sur la sexualité consciente, en couple.

Ce stage, uniquement à destination des couples, a été spécialement conçu pour ceux qui souhaitent en savoir davantage sur ce qu'on appelle communément le «slow sex». Il est animé par Anick & Olivier Brauneisen-Bastin.

Notre approche consiste à proposer une alternance de temps d'enseignement autour des principes de la sexualité consciente et de laisser chacun expérimenter quotidiennement ce qu'il a intégré des propositions de travail dans l'intimité.

Concrètement nous verrons comment :

- Accroître notre niveau de sensibilité corporelle et revenir à soi
- S'ouvrir à l'autre en retrouvant confiance et complicité
- Accueillir nos mouvements émotionnels et comprendre son partenaire
- Communiquer avec authenticité
- S'ancrer dans son énergie féminine/masculine

Notre méthode d'enseignement repose à la fois sur la transmission de données empiriques et théoriques concernant la sexualité et la relation de couple. Le travail en groupe de petite taille permet une réelle qualité de soutien et de guider chaque couple dans l'intégration de ce que signifie « développer plus de présence et de conscience »

Mettre de la conscience à l'endroit le plus intime du couple permet une complicité unique entre les partenaires et dépasse la conception habituelle de la sexualité. Nous vous amènerons à prendre le temps de vous engager ou de vous réengager dans l'écoute de votre corps et de vos émotions.

## Les animateurs

Couple dans la vie, nous avons deux parcours distincts qui se rejoignent aujourd'hui dans la recherche des moyens qui permettent de s'installer dans une relation de couple sereine.

Nous avons commencé à nous intéresser au tantra il y a plus d'une dizaine d'années et notre expérience commune nous amène aujourd'hui à transmettre ce qui nous tient le plus à coeur : une approche où chaque partenaire est engagé dans la voie de l'épanouissement de soi et de l'autre. Notre proposition est d'observer les conventions qui régissent une sexualité classique et de redonner au couple une vision plus éclairée de ce qui peut se vivre dans une relation où les partenaires redonnent toute la place à la conscience de soi et de l'autre, également dans l'intimité.

Nous nous inscrivons, entre autres, dans le courant du « slow sex », et suivons l'enseignement de Diana et Mickaël Richardson qui dispensent des retraites longues en Suisse depuis plus de 30 ans. N'hésitez pas à consulter notre site internet ([lovlab.fr](http://lovlab.fr)) pour une description complète de notre approche et de nos parcours respectifs.

Dans notre cadre, il n'y aura ni nudité, ni échange de partenaire ou toute situation risquant de créer une quelconque tension. Et cela pour permettre à chaque couple de vivre d'abord un stage où la priorité est la compréhension de ce qui se vit pour soi, pour l'autre et pour le couple.

## L'organisation

Nous serons assistés par Florence LOOS qui s'occupe également de l'organisation pratique du stage.

Un soin tout particulier est apporté à l'hébergement, à la nourriture et aux conditions d'enseignement afin de donner à ce stage une dimension exceptionnelle.

## Modalités pratiques

Date : du jeudi 10 juillet (18h) au dimanche 13 juillet (17h)

Lieu : « Sous les Tilleuls » Langeweg, 27 à 3090 Overijse

Inscriptions : Auprès de Florence LOOS (0495 24 06 65) [florence.loos@skynet.be](mailto:florence.loos@skynet.be)

Pour plus d'informations, voir notre site : [www.lovlab.fr](http://www.lovlab.fr)