

# Groupes de parole autour du vaginisme

Avec Emilie Bachette



<u>Jour et Horaires :</u>	Un mardi par mois de 19h à 21h30 (arrivée 18h45)
<u>Groupe :</u>	De 4 à 8 personnes
<u>Tarif :</u>	50€

Je vous propose de vous réunir entre femmes, un mardi par mois, pour parler du vaginisme et des solutions qui existent pour s'en libérer. L'idée est de participer à au moins une séance dans votre parcours de guérison.

Partager son expérience et écouter les expériences d'autres femmes est très enrichissant, permet de sortir de l'isolement et d'avancer avec le soutien du groupe et de l'animatrice. C'est un moment où les émotions peuvent s'exprimer librement, dans un espace où règnent l'écoute bienveillante, la confidentialité, le respect et l'empathie.

Pendant la première partie de la séance, celles qui le souhaitent sont invitées à prendre la parole, pour parler de leur parcours et de la souffrance que le vaginisme occasionne dans leur vie. Dans la deuxième partie, nous aborderons les solutions pour sortir du vaginisme et s'ouvrir au plaisir sexuel.

## A qui s'adresse ces groupes de parole ?

- Aux femmes qui ne parviennent pas à recevoir la pénétration
- Aux femmes qui se sentent concernées par le vaginisme
- Aux femmes qui ont peur d'avoir mal lors des rapports sexuels, peur de ne pas être à la hauteur, peur de ne pas y arriver, peur de changer
- Aux femmes qui se sentent fermées au niveau de leur sexe
- Aux femmes qui n'osent pas se libérer sexuellement

Si vous vous reconnaissez dans un ou plusieurs de ces tirets, ces groupes sont faits pour vous !

## Objectif des groupes de parole

- Rencontrer d'autres femmes qui souffrent de vaginisme et sortir de l'isolement
- Apprendre l'anatomie de son sexe, la physiologie et comprendre le vaginisme
- Dépasser les blocages et les croyances limitantes
- Se libérer émotionnellement du poids du vaginisme
- Découvrir comment être active et ne plus subir lors des relations sexuelles
- Accueillir la pénétration sans douleur
- Prendre du plaisir lors de la pénétration
- Développer l'estime et la confiance en soi
- Libérer son corps et sa féminité
- Améliorer la vie de couple / Oser s'ouvrir à une relation de couple

Ce groupe est animé par Emilie Bachette, sexologue et ostéopathe, qui reçoit dans son cabinet des femmes souffrant de vaginisme depuis de nombreuses années.

Venez à la rencontre des autres femmes, venez découvrir la sororité, la beauté des échanges, l'énergie et la force qui se dégage d'un groupe.



### Lieu

Cabinet d'Emilie Bachette  
194 bis, rue de Rivoli  
75001 Paris



### Inscriptions et renseignements

Les étapes à suivre pour vous inscrire à un groupe de parole :

- Téléphoner à Emilie Bachette au 01.42.61.32.80 pour un entretien avant l'inscription.
- Remplir le formulaire d'inscription sur le site internet en sélectionnant la date choisie.  
(Possibilité de s'inscrire à plusieurs séances)
- Envoyer votre règlement par chèque, virement ou paiement en espèces au cabinet.
- Attendre la validation de votre inscription une fois le formulaire rempli et le règlement versé.