sexplique

OFFRE D'ATELIERS ET CONFÉRENCES POUR LES ADULTES

Vous souhaitez nous recevoir en animation?
418 624-6808, poste 22 ou info@sexplique.org

Estime de soi et sexualité

Dans cette animation, les participant.e.s pourront identifier leurs valeurs personnelles et discuter la place de celles-ci dans leurs relations amoureuses et sexuelles. L'estime de soi et son impact sur nos choix sont abordés tout en donnant des outils introspectifs afin d'augmenter l'estime au quotidien.

Les relations amoureuses saines

Cette animation permet de reconnaître les composantes essentielles d'une vie affective saine, et ses manifestations au quotidien. Les concepts tabous de la jalousie et de la rupture sont également discutés. Il s'agit de notre animation la plus populaire pour toutes les tranches d'âge. Les participant.e.s en ressortiront avec une meilleure connaissance de leurs propres besoins, attentes et valeurs.

sexplique

L'amour sain et le consentement

Cet atelier a pour but de démythifier la notion de consentement sexuel et de rendre accessible ses implications sociales. À travers différentes activités, les participant.e.s seront amené.e.s à questionner les tabous qui entourent ce thème, en plus de mettre en contexte le consentement dans le cadre des relations amoureuses/sexuelles.

Sexualité réelle vs virtuelle

Dans un premier temps, cette animation permet de discuter de l'utilisation des médias sociaux dans la séduction et dans la sexualité, et des précautions qui s'y rattachent. Les mythes populaires entourant l'industrie de la pornographie sont déconstruits au passage. Au final, la rencontre permet aux participant.e.s de questionner les relations entre leurs propres attentes, leurs besoins et leurs valeurs, versus la place occupée par le regard des autres et la pression sociale.

Devenir parents et rester amants

Cette animation offre un espace pour briser les tabous de la vie affective et sexuelle après l'arrivée de bébé. Dans une discussion empreinte d'humour, les participant.e.s pourront entre autres explorer différentes stratégies pour cultiver l'intimité dans leur couple, tout en normalisant leur vécu et leurs besoins en pleine transition.

La communication dans le couple

Comment aborder les sujets plus épineux? Peut-on vraiment toujours appliquer les fameuses stratégies de communication et de gestion des émotions? Et quoi faire si l'autre ne veut rien entendre? Cette animation est l'occasion d'en discuter et de mieux comprendre les défis de la communication dans le couple.

sexplique

Le développement psychosexuel de l'enfant 0-5 ans

Le développement psychosexuel de l'enfant 6-11 ans

Cette animation s'adresse aux parents qui cherchent à mieux comprendre les étapes du développement psychosexuel de leurs enfants. Des outils concrets sont proposés pour répondre aux questions de l'enfant... et de l'adulte! Au final, vous en ressortirez plus confiant.e pour naviguer votre rôle dans ce sujet encore trop souvent tabou.

La sexualité des adolescent.e.s

Cette animation s'adresse aux parents d'adolescent.e.s qui cherchent à s'outiller face au développement psychosexuel de leur jeune. C'est l'occasion d'avoir réponse à vos questions sur la puberté, les premières amours et la séduction, l'impact des technologies, ce qui est « normal », et plus encore. Au final, vous en ressortirez plus confiant.e dans votre rôle, pour naviguer ce sujet encore trop souvent tabou.

Vous n'avez pas trouvé ce que vous cherchiez?

info@sexplique.org

418 624-6808, poste 22

sexplique