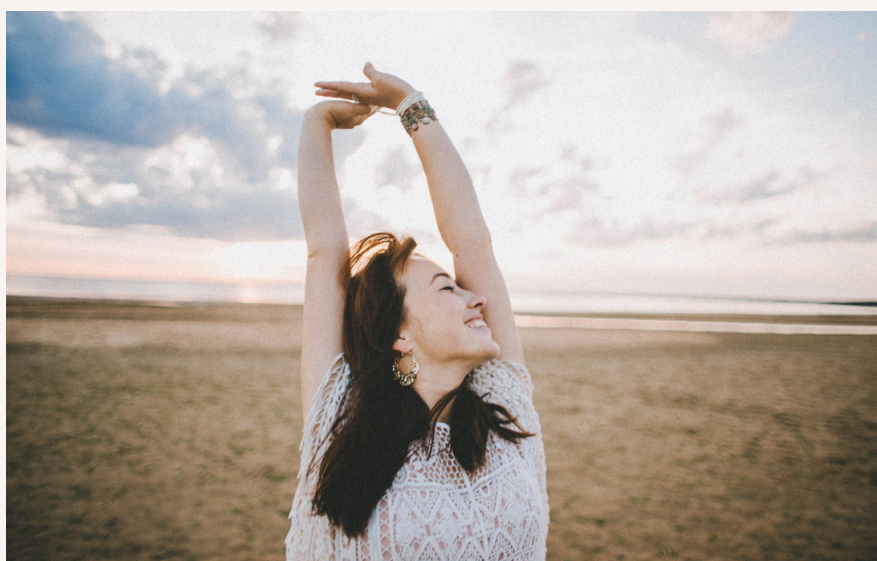





# Il Piacere è Mio

Per ritrovare il piacere di sentirti Donna,  
per te e nella coppia

di Viviana Borin



Il percorso che ti aiuta a riscoprire il tuo corpo, la tua voce, i tuoi  
bisogni e il piacere di sentirti di nuovo donna, per tornare a sentirti  
desiderata, libera di desiderare e complice nella tua coppia



# Questo percorso è per te se:

- Dopo la maternità hai perso il desiderio verso il tuo compagno e vivi l'intimità come un dovere.
- Senti il bisogno di ritrovarti come donna, oltre che essere mamma.
- Ti manca la complicità, il sentirti desiderata e amata.
- Vuoi ritrovare una connessione sincera e profonda con il tuo partner, ma non sai da dove cominciare.
- Desideri offrire ai tuoi figli un ambiente affettuoso, stabile e sereno.



Hai dato tanto, ora è il momento di tornare a respirare, sentire, ricominciare dal tuo corpo.

Non hai perso il desiderio.

L'hai solo messo in pausa per prenderti cura di tutti, ora è il momento di tornare a te.



# I pilastri del Percorso



Torni a sentirti donna: viva, presente nel tuo corpo liberandoti dalla pressione di dover "concederti", ritrovando un desiderio autentico e spontaneo e riscoprendo il piacere di stare con il tuo compagno, non solo come genitori, ma come coppia.



Smetti di vivere come se portassi il mondo sulle spalle e impari a tutelare il tuo tempo e il tuo spazio personale







Ritrovi il piacere di sentirti complice con il tuo compagno, per essere una squadra unita e capace di affrontare insieme le sfide della vita e di sostenersi a vicenda.



Riscopri la possibilità di comunicare i tuoi bisogni senza conflitti o sensi di colpa, così creando un ambiente sereno e pieno d'amore, in cui i tuoi figli possono crescere con fiducia e sicurezza.



# Come funziona il percorso



**Durata:** 3 o 6 mesi insieme

## **Formula:**

- sessioni individuali con me e pratiche ed esercizi settimanali
- incontro dedicato con fisioterapista specializzata in pavimento pelvico
- incontro dedicato con professionista specializzata nell'organizzazione personale e familiare

## **Dopo ogni sessione ricevi:**

- materiale pratico per sempre tuo
- supporto via messaggi tra una sessione e l'altra



# Il viaggio che faremo insieme

- Torni a sentirti **libera** di essere te stessa, senza sensi di colpa.
- Torni a sentire il **piacere** e il **desiderio** fluire nel corpo e nella vita.
- Risvegli la tua **femminilità**, oltre il ruolo di mamma.
- Torni a sentirti **complice nella tua coppia**, libera di **desiderare e di essere desiderata**.
- Impari ad esprimere i tuoi bisogni e smetti di vivere come se portassi il mondo sulle spalle.
- **Sciogli il senso del dovere** legato all'intimità
- Ritrovi un'intimità autentica con te stessa e nella coppia
- Torni a vivere **una sessualità che parte da te**, e non solo dall'altro



# Perchè iniziare questo viaggio

Non ti guido in un percorso per diventare quello che gli altri si aspettano che tu sia, ma ti accompagno a riscoprire la tua vera essenza, a risvegliare la tua energia femminile e a **diventare la donna libera e connessa con se stessa** che potrà condividere la propria gioia di vivere nella coppia, e insegnare ai propri figli l'importanza di amare e rispettare se stessi e gli altri.



Viviana Borin  
Counselor & Coach  
Insegnante di Yoga  
[info@ritrovarsialcentro.it](mailto:info@ritrovarsialcentro.it)  
3932042347

