

# Een fijn liefdesleven



**Workshop voor vrouwen die seksueel  
(meer) tot bloei willen komen**

**In Utrecht op vrijdag 14 februari 2020  
of  
op 17 april of op 12 juni of op 28 september**

**Een workshop van een dag in 2020, 9.30-17.00 uur, met tips, uitwisselen, een quiz, aangename oefeningen en eenvoudige massage. Omdat het soms niet zo gemakkelijk is een fijn liefdesleven te realiseren. Terwijl ieder er zo naar verlangt. Gelukkig kun je er vaak wel iets aan veranderen!**

# Hoe kun jij plezier en voldoening in je seksualiteit ervaren? Hoe krijg je (weer) een fijn liefdesleven?



Marjan Groefsema, psychologe levensvreugde en seksualiteit in Utrecht [www.marjangroefsema.nl](http://www.marjangroefsema.nl)  
Auteur "Spiritualiteit werkt in de slaapkamer, praktische tips om je liefdesleven te verdiepen" (2009).  
Marjan werkt nu aan een boek over vrouwen en seksualiteit in een langdurige relatie, dit verschijnt 2020

## ***Uitgangspunten:***

- ❖ Iedere vrouw is anders
- ❖ Ieder koppelp is anders
- ❖ Ruimte voor eigen vragen
- ❖ Oefeningen en huiswerk na afloop mee voor thuis

## ***Adres, groepsgrootte en prijs:***

Psychologenpraktijk De Wilde Roos Utrecht Vogelenbuurt of Psychologenpraktijk S.P.E.L. Westsingel 41 Amersfoort centrum Groepsgrootte 5-10 vrouwen  
Deelnamekosten: € 115 of € 95 of € 75 (afhankelijk van inkomen)

## ***Informatie/aanmelding:***

[mprinsen@spelamersfoort.nl](mailto:mprinsen@spelamersfoort.nl), 06-19413637 (tussen 19.30 en 20.30 uur)  
[mgroefsema@xs4all.nl](mailto:mgroefsema@xs4all.nl), via mail afspraak voor telefonisch contact mogelijk

## ***Thema's:***

- ❖ Ken jezelf en wees jezelf
- ❖ Durven praten en durven genieten
- ❖ Je wensen ontdekken
- ❖ In de stemming komen
- ❖ Omgaan met valkuilen



Miriam Prinsen, GZ-psychologe/  
seksuologe Praktijk S.P.E.L.  
Amersfoort [www.spelamersfoort.nl](http://www.spelamersfoort.nl)  
en in eigen praktijk in Veen  
[www.seksuologiepraktijkprinsen.nl](http://www.seksuologiepraktijkprinsen.nl)