

# Taller: Sexualidad a flor de piel: redescubre tu erotismo



Un viaje sensorial hacia el placer, el cuerpo y el erotismo consciente.

### ¿A quién va dirigido?

Este taller está dirigido a todas las identidades y expresiones de género que buscan un encuentro profundo y respetuoso con su propio placer. Es ideal para asociaciones, grupos de personas o grupos autogestionados que deseen explorar su sexualidad de una manera consciente y vivencial.

### ¿Por qué este taller?

En un ritmo de vida frenético, entre pantallas, obligaciones, responsabilidades y el constante ruido del día a día, a menudo desconectamos de lo más íntimo: nuestros deseos, nuestro cuerpo y nuestra capacidad de sentir. Este taller es una invitación a bajar la velocidad, a habitar la sexualidad desde el presente, desde el cuerpo que tienes hoy, y a redescubrir tus sentidos como las puertas de entrada al erotismo. Aprenderemos a mirar nuestra sexualidad más allá de lo genital o lo normativo, conectando con lo que somos, lo que sentimos, lo que deseamos... y también con lo que nos cuesta o nos genera incomodidad.

### ¿Qué haremos en este taller?

Todo esto lo haremos a través de **propuestas sensoriales y vivenciales**, siempre desde el cuidado y el respeto. Jugaremos con texturas, aromas, sonidos y miradas en un espacio seguro donde no hay respuestas correctas ni expectativas que cumplir.

Es importante destacar: No hay desnudos ni prácticas sexuales. Se respetan los ritmos y límites de cada persona.

Exploraremos **los cinco sentidos** como vías para despertar el deseo, el placer y el vínculo:

- Vista: “Despertando el placer a través de la mirada”. Trabajaremos la mirada como herramienta de conexión y erotismo
- Olfato: “Aromas que encienden”. Despertaremos memorias y sensaciones ligadas al olfato.
- Oído: “Sonidos que erotizan”. Exploraremos el impacto del sonido en la sensualidad y el erotismo.
- Gusto: “Saborea tu deseo”. Experimentaremos cómo se pueden activar memorias, emociones y sensaciones eróticas.
- Tacto: “Manos que descubren”. Reconnectaremos con el cuerpo y la piel como zona de placer y juego.

No nos centramos en “hacer más”, sino en **aprender a sentir diferente**, a ralentizar para saborear cada caricia, cada beso y abrirse al goce sin exigencias.



¿Has pensado alguna vez qué te erotiza? ¿Qué te despierta? ¿Cómo es tu relación con el placer? ¿Qué partes de ti has aprendido a silenciar o a ocultar? Este taller es una invitación a escuchar(te), redescubrir(te) y a cultivar una relación más genuina con tu sexualidad.

Para cerrar... una sorpresa sensorial

Terminaremos con una propuesta inesperada y profundamente íntima. **Una experiencia creativa que guardarás contigo**, como recuerdo físico y simbólico de este viaje. Porque lo que nace del placer merece tener un lugar donde vivir más allá del recuerdo.

### Información práctica

- Duración: 2 horas de experiencia vivencial, sensorial y consciente.
- Honorarios del taller: 200€ (más gastos de desplazamiento a consultar para más detalles)

Qué incluye:

- Preparación personalizada del contenido y estructura del taller
- Todos los materiales necesarios para las dinámicas sensoriales
- Opcional: búsqueda de espacio para la realización del taller: seguro, respetuoso y cuidado.

Para más información puedes contactar conmigo a través del formulario que aparece en la web, escribiendo un email a [hola@llarmentalpsicologia.com](mailto:hola@llarmentalpsicologia.com) o escribiéndome un WhatsApp al 624091603.



