



Kurztext

Taryn Brumfitt

Embrace Yourself

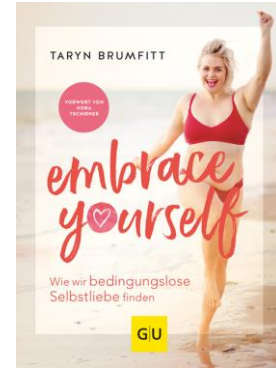
Wie wir bedingungslose Selbstliebe finden

200 Seiten

Nicht definiert

17,99 € (D) / 18,50 € (A) / 25,90 CHF (SFr.)

ISBN: 978-3-8338-7025-5



Es ist Zeit, uns selbst bedingungslos selbst zu umarmen! Egal ob wir dem gängigen Frauenbild entsprechen, egal wie vermeintlich unperfekt wir sein mögen. Taryn Brumfitt macht es vor – mit Liebe, Leidenschaft, Humor und großem Selbstmitgefühl. Und sie zeigt jeder Frau, wie ihr das ebenfalls gelingt. An ihrer Seite ist Nora Tschirner, die Brumfitts Film „Embrace“ in Deutschland produzierte und zum Erfolg machte. Die beiden setzen sich für nicht weniger als eine zweite Emanzipation ein – eine Emanzipation von innen, in der Frauen durch pure Liebe für sich selbst und ihren Körper neue Freiheit und ein neues Selbstbewusstsein finden. Selbstablehnung war gestern! Das neue Motto lautet: Hab Freude am Leben, an deinem Körper, an dir selbst – übe dich in bedingungsloser Selbstliebe!

GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH

Grillparzerstraße 12, 81675 München

Internet: www.gu.de, www.graefe-und-unzer.de

Text und Abbildung können Sie honorarfrei zur Bewerbung der Titel in Ihrem Shop verwenden.