

22. Januar 2020 | 20-013

Liebe deine Körper!

Wie entwickle ich eine positive Beziehung zu meinem Körper?

Dreieich. Das Frauenbüro Dreieich hat am 30. Januar einen Vortrag zum Thema Entwicklung von Selbstliebe zum eigenen Körper im Programm. Der Vortrag ist eine Kooperationsveranstaltung mit dem Büro F in Wiesbaden. Negative Selbst-Bewertung, Mangel an Selbst-Akzeptanz, abwertende Gedanken über das eigene Körperbild, aber auch häufige weibliche Beschwerden, wie zum Beispiel starke Periodenschmerzen oder körperliche Veränderungen, können dazu führen, dass Frauen die Beziehungen zu ihrem Körper, Partner*innen und Sexualleben als belastend empfinden.

Die Ursachen für ein negatives Körper-Selbstbild können vielfältig sein. Diese zu ergründen ist ebenso wichtig wie die Frage, ob ich dieses Bild verändern will? Will ich meinen Körper annehmen, mich darin wohlfühlen und ihn lieben?

Inhalte des Vortrags:

- Was bedeutet ein gutes Körpergefühl?
- Wie empfinde ich Nähe zu mir selbst?
- Wie entwickle ich eine positive Beziehung zu meinem Körper?

Referentin ist Natalya Pryvalova, Paar- und Sexualtherapeutin, Psychotherapeutin nach HPG aus Königstein im Taunus. Kooperationspartnerin ist das BüroF aus Wiesbaden.

Der Vortrag findet statt in der Zeit von 18 bis 20 Uhr in der Begegnungsstätte Winkelmühle, An der Winkelmühle 5, in Dreieich-Dreieichenhain statt und kostet 12 Euro.

Informationen erhalten Sie im Frauenbüro der Stadt Dreieich unter 06103 601-960. Anmeldungen bitte mit vollständigen Daten für jede Frau (Adresse, Telefon etc.) per Mail an das Büro F frauen@buero-f.de. Die Teilnehmerinnenzahl ist begrenzt.