

# FRAUSEIN



*Deine Weiblichkeit ist ein Geschenk, kein Fluch!*



## PERSPEKTIVE

*Bist Du bereit, Deine alten Vorstellungen über Frauen, das Frausein und Weiblichkeit zu hinterfragen? Deine Perspektive zu ändern?*

## FRAGEN

*Was bedeutet Weiblichkeit für Dich? Magst Du es, Dich selbst als weiblich zu bezeichnen oder fällt Dir das schwer? Und wenn ja, warum? Wie stehst Du zu anderen Frauen? Gibt es Frauen, die Dich furchtbar nerven? Wenn ja, was an diesen Frauen nervt Dich und warum?*



## DER WEG

*Beantworte die Fragen und nimm wahr, was Du dabei fühlst, welche Gedanken in Dir aufkochen.*

*Dort wo der Widerstand in mir ist, ist meist auch der Weg und der Schlüssel für viele Blockaden und Muster, die mir im Lauf des Lebens das Leben schwer machen.*

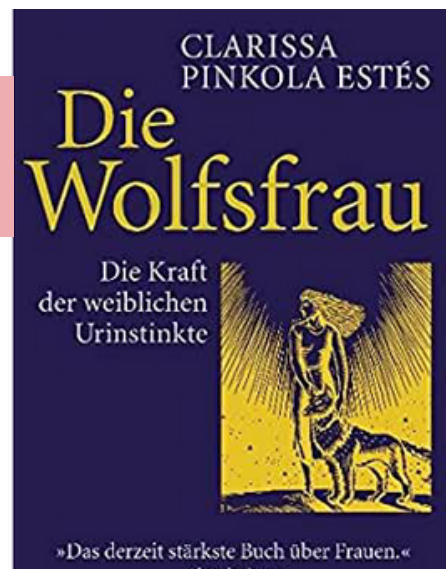


## ZITAT

*Für die Erfahrung wilder, ungezähmter  
Weiblichkeit lohnt ein bisschen Ablehnung.  
(Claudia Heipertz)*

## DIE REISE

*Deine Weiblichkeit ist ein Geschenk - kein  
Fluch. Beschäftige Dich mit der  
ungezähmten Weiblichkeit und lass all die  
Klischees, Frauenbilder und Konzepte los,  
die Du kennst. Es geht um DICH und wie Du  
Deine Weiblichkeit lebst und akzeptierst.  
Ich empfehle Dir für Deine Reise das Buch  
«Die Wolfsfrau».*



## HAST DU FRAGEN?

*Hast Du Fragen Zum Thema Weiblichkeit? Möchtest Du Unterstützung  
auf Deiner Reise zu Selbsterkenntnis und Selbstannahme?*

*Schreib mir: [info@naturali.ch](mailto:info@naturali.ch) oder buche Dir direkt "Die kleine Reise"  
oder die "Intensive Reise":*

*[www.nataliebarth.ch](http://www.nataliebarth.ch)*

# TEXTE UND DESIGN

[www.weiblichkreativ.com](http://www.weiblichkreativ.com)  
Mit Unterstützung von Canva



# BILDER

CAio Cardenas  
Rachel Claire  
Blu Byrd  
cottonbro

