

Pressemitteilung

Ulrike Tourneur
“ganz.schön.wichtig.“

Ulrike Tourneur

**ganz.schön.
wichtig.**



weltinnenraum.de

J.Kamphausen | Mediengruppe

Was zählt, ist die innere Einstellung

Viele Jahre führte Ulrike Tourneur einen Kampf. Der Gegner: Ihr eigener Körper. Und sein Gewicht. Heute weiß sie: Dicksein beginnt in der eigenen Wahrnehmung. In ihrem erfrischend ehrlichen Buch „ganz.schön.wichtig.“ (erschienen bei J. Kamphausen) schildert die Autorin mit Tiefgang und Humor, wie sie erkannt hat, dass ein sattes Lebensgefühl nichts mit den Kilos zu tun hat, die `frau` auf die Waage bringt.

BIELEFELD. Ulrike Tourneur kennt Diätfrust, Zweifel und Schuldgefühle aus eigener leidvoller Erfahrung. Sie weiß, wie schwer es sein kann, sich gegen Schönheitsideale und gesellschaftliche Normen zu behaupten, aber auch wie befreiend, sich im eigenen (weiblichen) Körper wieder wohlfühlen.

Dabei behauptet sie keineswegs, dass es toll ist, dick zu sein. Ihr wurde jedoch plötzlich bewusst, wie sehr

ihre inneren Überzeugungen sich im Außen widerspiegeln und entsprechende Resonanz finden. Und dass andere sie - genau so wie sie ist - durchaus attraktiv finden. Für Ulrike Tourneur der Wendepunkt: Sie verwandelte ihren Kampf in ein sportliches Fairplay sich selbst gegenüber und begann, das Spiel um Weiblichkeit, Schönheit und Sinnlichkeit auf andere Weise zu spielen. Sie nahm sich ab sofort **ganz.schön.wichtig.**

Ihr Buch trifft den Nerv der Zeit. Sowohl Doris Dörries Film „Die Friseur“ als auch der Oscar-prämierte Blockbuster „Precious“ zeigen auf beeindruckende Weise, wie viel Kraft und Lebensfreude in gewichtigen Frauen steckt. Selbst die Zeitschrift „Brigitte“ hat erkannt, dass die Ära der superschlanken Models nichts mehr mit dem neuen Selbstverständnis von Weiblichkeit zu tun hat und Frauen mit Ecken und Rundungen gefragt sind. Auf ihrer DVD „satt & glücklich“ - bei der auch Tourneur mitwirkte - macht Bestsellerautorin Eva-Maria Zurhorst ebenfalls deutlich, dass eine sanfte weibliche Revolution Maßstäbe setzen wird für

ein neues Selbstverständnis der Frau.

Ulrike Tourneur zeigt uns ganz praktisch und mit viel Selbstironie Wege auf, wie frau endlich mit sich selbst Frieden schließt und sich auf andere Werte besinnt. Das Plädoyer der Autorin: **Jede Frau ist richtig, genau so, wie sie ist!**

Ulrike Tourneur

**ganz.schön.
wichtig.**



Ulrike Tourneur:
ganz. schön. wichtig.
Ca. 300 Seiten, Broschur
€ (D) 17,90
ISBN 978-3-89901-261-3

ÜBER DIE AUTORIN



Ulrike Tourneur ist Dipl. Soz. und Gesundheitspädagogin. Im Mittelpunkt ihrer Arbeit steht die Frage, wie können wir die eigene Lebensqualität ganz praktisch verbessern. Sie ist seit über 25 Jahren verheiratet und hat drei erwachsene Kinder.

www.ulriketourneur.de

ÜBER DEN VERLAG

Führt dieses Werk zur „Meisterschaft im Leben“? Hilft es, Lebenskunst zu entwickeln?

Das sind die Fragen, die J.Kamphausen bei der Auswahl seiner Titel leiten. „Meisterschaft“ gilt dabei nicht als ein fernes Ziel, sondern beschreibt den Grad der Offenheit gegenüber dem Leben in seiner Vielfalt. Jeder Mensch nähert sich auf seinem Entwicklungsweg seinen Stärken, Talenten, seiner Kraft und Bewusstheit, seinem Glück und seiner Essenz. Mit seinen Veröffentlichungen möchte der Verlag diese Bewegung inspirierend und unterstützend begleiten.

Seine erfolgreichsten Autoren sind u.a. Eckhart Tolle, Neale Donald Walsch, Colin Tipping, David Deida, Willigis Jäger, Eva-Maria Zurhorst, Stephen Levine, Maharishi Mahesh Yogi, Ron Smothermon, Ramesh Balsekar und Sri Nisargadatta Maharaj.

In der Mediengruppe* steht J. Kamphausen für profundes Wissen und Know How bei der Entwicklung von Selbstkompetenz, innerer Freiheit und sozialer Verantwortung.

* Die J. Kamphausen Mediengruppe mit den Verlagen J.Kamphausen, Aurum, Theseus, Lüchow und LebensBaum sowie der Tao Cinemathek wurde 1983 in Bielefeld gegründet und beschäftigt heute 25 feste und freie Mitarbeiter. Das Lieferprogramm umfasst mehr als 700 Titel aus den Themenbereichen Spiritualität, ganzheitliche Gesundheit und Wirtschaft. Einzelne Titel erreichen Auflagen von bis zu 450.000 Exemplaren. Der Jahresumsatz lag 2009 bei vier Millionen Euro.

PRESSEKONTAKT

Andreas Klatt
Presse & Öffentlichkeitsarbeit
J.Kamphausen | Mediengruppe
Buddestr. 9-15
33602 Bielefeld
Fon +49 (0)521 56052 230
Fax +49 (0)521 5605229
andreas.klatt@j-kamphausen.de

Weitere Pressemitteilungen und Infos finden Sie im Pressebereich unter:
www.weltinnenraum.de

Auf Wunsch stellen wir Ihnen gerne weiteres druckfähiges Bildmaterial für Ihre Berichterstattung zur Verfügung.

Abdruck honorarfrei, Beleg erbeten.