Informacja prasowa, 31.08.2026

Kobiece ciało jak ogród. *My Body Is My Garden* – 9. edycja Sesji Body Positive

Nie chodzi o to, by zmieniać swoje ciało. Chodzi o to, by nauczyć się o nie dbać – z uważnością, czułością i akceptacją. Taką opowieść snuje 9. edycja Sesji Body Positive, której motywem przewodnim jest hasło *MY BODY IS MY GARDEN*. W tegorocznej odsłonie kobiece ciało staje się metaforycznym ogrodem.

Sesje Body Positive to projekt fotograficzno-społeczny Marty Żabskiej-Baran oraz Agaty Di Prima-Dopieralski, którego centrum od początku stanowią kobiety, ich historie oraz relacja z własnym ciałem. Każda edycja jest spotkaniem, które wychodzi poza samą fotografię – daje uczestniczkom możliwość zatrzymania się, spojrzenia na siebie z nowej perspektywy i doświadczenia kobiecej wspólnoty.

Organizujemy Sesje Body Positive, aby każda kobieta – niezależnie od rozmiaru, kształtu, wieku czy koloru skóry – mogła poczuć się piękna i pewna siebie. Do współpracy zapraszamy artystów, stylistki, wizażystki i projektantów, z którymi wspólnie tworzymy projekty zachęcające do akceptacji siebie i swojego ciała – mówi Marta Żabska-Baran.

MY BODY IS MY GARDEN

Tegoroczna edycja czerpie z natury. Kwiaty, kwieciste sukienki i wianki stały się częścią fotograficznej opowieści, w której ogród jest metaforą kobiecego ciała.

Cała koncepcja nawiązywała do ogrodu jako symbolu miejsca, o które warto troszczyć się z uważnością – pielęgnować je, poznawać i pozwalać mu rozwijać się we własnym tempie – podkreśla Agata Di Prima-Dopieralski.

To właśnie ta metafora stała się punktem wyjścia do stworzenia tegorocznych zdjęć. Zamiast mówić o ciele przez pryzmat jego wyglądu, projekt kieruje uwagę na relację, jaką każda z nas może z nim budować – pełną troski, ciekawości i akceptacji.

W 9. edycji udział wzięły także marki, których działalność wpisuje się w ideę wspierania kobiet: Inny Dom, OPLOTKA, Naree, Przaśne Studio, Risk oraz Tiruriru Biżuteria. *To marki prowadzone przez kobiety, które poprzez swoje produkty, wartości i codzienną działalność tworzą przestrzeń dla kobiecej niezależności, kreatywności i sprawczości. Ich obecność w projekcie jest dla nas czymś więcej niż współpracą – to świadomy wybór i wyraz wzajemnego wsparcia. Wierzymy, że siła kobiecego biznesu rośnie wtedy, gdy zamiast konkurować, możemy się wzajemnie inspirować, polecać i tworzyć razem* – zauważa Marta Żabska-Baran.

Lekcja, która nie kończy się wraz z ostatnim zdjęciem

Sesja Body Positive nie kończy się w momencie wykonania fotografii. Dla uczestniczek jest doświadczeniem, które może wpłynąć na sposób, w jaki patrzą na siebie i swoje ciało.

Paulina Wawruch, uczestniczka 9. edycji, podkreśla, że udział w projekcie był dla niej okazją do skierowania uwagi również na siebie:

Skoro tak dużo energii poświęcam rozwojowi firm i usprawnianiu ich procesów, czas zadbać również o własny rozwój. Po sesji czuję, że patrzę na siebie z większą życzliwością i jeszcze bardziej doceniam siłę kobiecej wspólnoty.

Dla Anny Dańczak sesja stała się doświadczeniem wychodzenia poza utarte schematy:

Chcę nauczyć się siebie na nowo, próbować nowych rzeczy – nawet jeśli trzeba wyjść ze strefy komfortu. Sesja była idealną lekcją, która nie skończyła się razem z ostatnim zdjęciem. Ona trwa nadal.

Z kolei Jagoda Konkol zwraca uwagę na cielesność, duchowość i różnorodność kobiecych doświadczeń:

Udział w projekcie pozwolił mi na kolejny zachwyt nad różnorodnością odcieni kobiecości. Kobiece historie zapisane w ciałach uczestniczek niezmiennie mnie wzruszają.

POV: HER, UNFILTERED – kobiety zabierają głos

Od 2026 roku Sesja Body Positive rozwija się również o serię wywiadów *POV: HER, UNFILTERED*. To kolejny krok w kierunku opowiadania o kobiecości nie tylko poprzez obraz, ale również poprzez osobiste historie uczestniczek. *To sposób na oddanie głosu kobietom i stworzenie przestrzeni dla ich osobistych historii, doświadczeń i perspektyw* – mówi Agata Di Prima-Dopieralski.

Wywiady są dostępne na YouTubie projektu i stanowią uzupełnienie fotograficznej części Sesji Body Positive. W centrum pozostaje kobieta – jej historia, emocje, relacja z własnym ciałem i droga do samoakceptacji.

Więcej niż sesja zdjęciowa

9. edycja Sesji Body Positive *MY BODY IS MY GARDEN* to nie tylko seria fotografii. To opowieść o tym, że własne ciało można traktować jak ogród – nie jako projekt do poprawienia, ale jako przestrzeń, którą warto poznawać, pielęgnować i otaczać troską.

To także spotkanie kobiet, które poprzez swoje historie przypominają, że nie istnieje jeden sposób na kobiecość, jedno ciało ani jedna droga do akceptacji siebie.

Strona projektu: martushka.pl/sesje-body-positive/
Instagram: instagram.com/sesjebodypositive/
YouTube: youtube.com/@sesjebodypositive

O organizatorkach

Marta Żabska-Baran – działająca pod nazwą Martushka Photography, jest fotografką specjalizującą się w portretach dziecięcych, sesjach rodzinnych, kobiecych oraz fotografii Body Positive. W swojej pracy koncentruje się na autentyczności, emocjach i naturalnym pięknie fotografowanych osób.

Jest inicjatorką i fotografką projektu „Sesje Body Positive", którego ideą jest promowanie samoakceptacji, ciałopozytywności i kobiecości poprzez fotografię. Podczas sesji tworzy atmosferę komfortu i zaufania, pozwalając kobietom poczuć się swobodnie i zobaczyć siebie z nowej perspektywy.

Jej fotografia łączy profesjonalizm z naturalnością, a najważniejsze są w niej prawdziwe emocje, relacje i indywidualność każdej osoby.

Agata Laureen Di Prima-Dopieralski – znana jako Agi, urodzona w 1988 roku. Dorastała w Niemczech, obecnie mieszka w Warszawie. Mama dwójki dzieci. Dyrektor kreatywna i producentka projektu „Sesje Body Positive".

Przed sesją zajmuje się budowaniem scenografii, aby zrealizować zaplanowaną wizję artystyczną. Natomiast podczas sesji jej największym priorytetem jest komfort modelek. Jej pasją jest tworzenie bezpiecznych przestrzeni, w których kobiety mogą być sobą.

Jej życzeniem dla projektu „Sesje Body Positive" jest to, aby stał się miejscem, w którym kobiety, twórcy i marki mogą się spotykać i cieszyć się kobiecością.

Kontakt do mediów

Marta Żabska-Baran: 790 690 009