



ERFAHRUNGSUSTAUSCH
UNTER HOCHSENSIBLEN

zart stark Treff

WWW.ZART-STARK.DE
DER BLOG FÜR HOCHSENSIBLE & FEINFÜHLIGE

Dich erwartet ein **GEFÜHRTER ERFAHRUNGSUSTAUSCH** und ein angenehmes Miteinander im Kreis von hochsensiblen und feinfühligem Menschen. Im entspannten, geschützten Rahmen klären wir je nach Bedürfnislage der TeilnehmerInnen Fragen wie diese:

- * Bin ich hochsensibel? / Bin ich eine Scannerpersönlichkeit? / Bin ich hoch- oder vielbegabt?
- * Was bedeutet meine Hochsensibilität für mich und meinen Alltag?
- * Wie finde ich meinen Rhythmus, ausreichend Rückzug & Entspannung?

- * Wie gelingt Abgrenzung?
- * Wie finde ich eine sinnstiftende berufliche Tätigkeit mit den für mich stimmigen Bedingungen?
- * Wie sieht mein idealer Alltag aus, damit ich mich erfüllt und genährt fühle?

ANMELDUNG: Bitte verbindlich unter willkommen@zart-stark.de

PREIS: 20,00 € zu zahlen vorab per Rechnung. Solltest du kurzfristig absagen müssen, kannst du das gezahlte Entgelt auf eine der kommenden Veranstaltungen anrechnen lassen.

RAHMEN: Für Getränke und gesunde Snacks ist gesorgt.

PROGRAMM: Entspannungsübung - Willkommens- & Vorstellungsrunde - Bei Bedarf kurzer Fachinput
Lockerer Erfahrungsaustausch - Sammlung praktischer Übungen für Daheim - Abschlussrunde

Ich freue mich, wenn du dabei bist!

Herzliche Grüße, deine Inga