

Mehr Raum für dich!

Ein Tag für Hochsensible

Hochsensible haben mehr Bedarf nach Freiraum als andere, sei es physisch in deren Umgebung, in Beziehungen, zeitlich oder im sozialen Kontext. Ohne fehlendes Verständnis für diese Besonderheit können Überforderungen entstehen, die auf lange Sicht das Leben belasten.

Wir wollen diesen Tag nutzen, um

- mehr über Hochsensibilität zu lernen - insbesondere die Entstehung des Begriffs, die Forschung und gesellschaftliche Bedeutung,
- unsere Bedürfnisse zu erforschen,
- uns in der Gemeinschaft auszutauschen, um gemeinsam zu wachsen.

Außerdem erwartet dich in diesem Workshop eine spezielle für Hochsensible konzipierte Yogaeinheit und eine Klangreise zum Tagesabschluss. Mit dieser Balance aus körperlicher Aktivität, Informationen, interaktivem Austausch und Entspannung hoffen wir dir einen schönen Tag zu bereiten.

Wir freuen uns, Dich kennenzulernen!

Deine Workshopleiter,
Yvett & Albrecht

Wann: 21. März 2025, 10.00 – 17.00 Uhr

Wo: Familienzentrum Radebeul, Altkötzschenbroda 20, Raum 1.OG

Kosten: 80 Euro inkl. Tee und kleinem Mittagssnack

Anmeldung:

Albrecht Eckardt

Tel. 0157 34481551

ehem. Leiter von Selbsthilfegruppen

Coaching-Seminare mit CTI

Yvett Mühlbauer

Tel. 0174 1551715

Yogalehrerin BYV

Klangtherapeutin

Eckardt Coaching

