

**Hochsensitiv – mitten im Leben**  
Information, Austausch und Praxis



Fühlen Sie sich schnell von Reizen überflutet und erschöpft? Nehmen Sie Ihre Umgebung genauer und intensiver wahr als andere und lassen Sie sich leicht von der Stimmung Ihrer Mitmenschen beeinflussen? Können Sie sich auch an kleinen Dingen freuen? Sehnen Sie sich oft nach mehr Ruhe, Zeit und Tiefgang?

Dann gehören Sie vielleicht zu der Gruppe der hochsensitiven/hochsensiblen Menschen.

Sie erfahren, was Hochsensitivität ausmacht, haben Gelegenheit zum Austausch und in Übungen wenden wir uns auch den wichtigen Themen Wahrnehmung und Grenzen zu.

Sie bekommen Anregungen, wie Sie Wege finden, Ihr Leben für sich passender zu gestalten- damit Raum entsteht, in dem sich die Stärken und der Reichtum Ihrer Hochsensitivität entfalten können.

Termine Frühjahr:	Seminar an 4 Abenden: 13.+ 27.3, 10.4.+ 8.5.2019 19.30- 21.30 Uhr
Teilnahmegebühr:	100 €
Termin Herbst:	Tagesseminar: 16.11.2019 10 -18 Uhr
Teilnahmegebühr:	90,-€ incl.Pausensnack
Ort:	Bunsenstraße 2, Karlsruhe
<b>Anmeldung bei</b>	<a href="mailto:kontakt@martina.tersky.de">kontakt@martina.tersky.de</a>