

Lezing Hoogsensitiviteit

Hoogsensitiviteit, wat is dat nu eigenlijk?

Tijdens een boeiende en interactieve lezing in de Stadsbibliotheek van Dordrecht, neem ik je vanuit mijn werk als Holistisch coach en Hooggevoeligheidsdeskundige, mee in de wereld van hoogsensitiviteit.

Wat kun je verwachten?

Tijdens deze lezing ontdek je meer over hoogsensitiviteit en wat het betekent om een HSP te zijn. Wist je dat ongeveer 1 op de 5 mensen hoogsensitief is? De kans is dus groot dat jijzelf of iemand uit jouw omgeving hoogsensitief is. Hoogsensitieve personen hebben een gevoeliger zenuwstelsel en verwerken zintuiglijke en emotionele prikkels intenser en diepgaander. Door de andere werking van het brein zijn veel HSP gevoeliger voor licht, geluid of geur. Daarnaast worden ook sfeer en emoties van anderen intenser ervaren.

Wat neem je mee naar huis?

- ✓ Hoe herken je Hoogsensitiviteit bij jezelf
- ✓ Waardevolle tips bij overprikkeling
- ✓ (H)erkenning van anderen die hetzelfde ervaren

Of je nu zelf hoogsensitief bent, iemand in je omgeving beter wilt begrijpen of gewoon nieuwsgierig bent, deze lezing biedt inzichten voor iedereen. Mis deze kans niet om meer te leren over hoogsensitiviteit en hoe je balans kunt vinden tussen prikkels en rust.

Wat is de locatie?

Stadsbibliotheek Dordrecht
Groenmarkt 153
3311 BD Dordrecht

Parkeren?

Je kunt parkeren in de volgende parkeergarages:

Parkeergarage Visstraat

Korte Breesstraat 18
3311 KD Dordrecht
Tarief: circa € 2,50 per uur

Parkeergarage Achterom

Achterom 56
3311 KC Dordrecht
Tarief: circa € 2,75 per uur

Kom je met de fiets?

Dan kun je jouw fiets *gratis* stallen in een van de bewaakte fietsenstallingen in het centrum:

Fietsenstalling Raamstraat

Raamstraat 34
3311 VR Dordrecht

Fietsenstalling Statenplein

Kolfstraat 9
3311 XL Dordrecht

Wat zijn de kosten?

De toegang is gratis, graag wel vooraf even aanmelden via het contactformulier:

Klik hier  <https://www.coachingspraktijk-besuare.nl/contact>

Delen?

Zijn er personen in jouw omgeving die ook interesse zouden hebben? Voel je vrij om deze info te delen!