



## Liebe Interessierte am Thema Hochsensibilität,

heute starte ich mit **Eilmeldungen für den Semesterbeginn!!!**

Weiter unten finden Sie Neuigkeiten, kleine Tipps,....

### **Achtung:** Terminverschiebung der "**Basiswerkzeuge für Hochsensible**".

Kurzentschlossene sind herzlich Willkommen!

#### **Basiswerkzeuge 1 + 2**

1. **Neu zu mir - neu in die Welt**  
Samstag **13.08.16**, 15 - 19  
Uhr

2. **Bei mir landen  
entschleunigt  
und authentisch**  
Sonntag **14.08.16**, 09 - 13 Uhr

#### **Basiswerkzeuge 3 + 4**

3. **Ich sehe mich, ich fühle  
mich,  
ich bin da**  
Samstag **10.09.16**, 15 - 19  
Uhr

4. **Zentriert zwischen Himmel  
und  
Erde**  
Sonntag **11.09.16**, 09 - 13 Uhr

#### **Basiswerkzeuge 5 + 6**

5. **Ich erkenne meinen Wert -  
ich stehe zu mir**  
Samstag **08.10.16**, 15 - 19  
Uhr

6. **"Jetzt gerade nicht!" - die  
wunderbare Welt der  
Grenzen**  
Sonntag **09.10.16**, 09 - 13  
Uhr

**Veranstaltungsort:** Lahberg 1, 38315 Werlaburgdorf

**Gebühr:** 100 € je Wochenende

Bei **Übernachtungsbedarf** bitte Bescheid geben!

Eine Bushaltestelle ist vor der Tür. Ein **Hol- und Bringservice** zum Zug (Börssum oder Schladen) kann eingerichtet werden.

**Mehr Informationen und Anmeldung [hier](#).**

### **Achtung: Plätze frei!!!**

#### **Fachfortbildung "Hochsensible Kinder erkennen, verstehen und begleiten" Modul 2 - 4**

Teilnehmen können päd. Fachkräfte und auch anderweitig Interessierte

**Voraussetzung:** Modul 1, eine Studientag, eine Vortrag oder ein Basiswissen bzgl. Hochsensibilität.

**Veranstalter: Ev. Familien - Bildungsstätte Wolfsburg**

**Modul 2 - HSK/J verstehen Do 11.08.2016**

**Modul 3 - HSK/J verstehen und begleiten Do 18.08.2016**

**Modul 4 - HSK/J verstehen und begleiten Do 25.08.2016**

jeweils von 09:30 - 15:00 Uhr

(Modul 2, 3 & 4 sind nur als Block buchbar)

**Mehr Infos und Anmeldung bis 04.08.2016 [hier](#).**



### Weitere Termine:



#### **Neu: Elternabende in Werlaburgdorf**

- 1. Mein Kind ist hochsensibel - was nun? 27.09.2016**
- 2. Wie kann ich mein hochsensibles Kind schützen? 17.10.2016**

jeweils 19 - 21:15 Uhr

In Planung sind hier regelmäßige Termine (monatlich 1 - 2 x)

**Mehr Elternabende, Infos und Anmeldung [hier](#)**



#### **Aktuelle Vorträge**

**Hochsensibilität - Hildesheim 30.08.16**

**Sensibilität - Fluch oder Gabe? Wolfsburg 06.09.2016**

**Hochsensibilität - Bad Nenndorf 13.09.2016**

**Sensibilität - Fluch oder Gabe? Salzgitter - Bad 20.09.2016**

**Sensibilität - Fluch oder Gabe? Wolfenbüttel 22.09.2016**

**Mehr Infos und Anmeldemodalitäten [hier](#)**



Unkraut nennt man die Pflanzen, deren Vorzüge noch nicht erkannt wurden.

Emmerson

- Ralph Waldo

## Was können wir tun, damit unser Umfeld unsere Vorzüge und Kostbarkeit erkennt?

Richtig: Als ersten Schritt sollten wir uns selbst wertschätzen!!!

Wir sollten unseren **Blick auf all das Wunderbare richten**, das in einem jeden von uns steckt, statt dem Selbstkritiker zu viel Raum zu geben!

### Wertschätzung unserer selbst heißt auch:

Genügend **Zeit und Raum für uns selbst** im Alltag einzuplanen für z.B. :  
Ruhe, Sport, Spaß, Spaziergänge, Musik, Basteln, Rumhängen, Sauna, Yoga, Freundschaft, innere Stille, ...

### Authentisch und ehrlich mit uns und unserem Umfeld sein:

Ehrlich ausdrücken, wie wir uns fühlen, was wir brauchen und bewusst Grenzen ziehen.

Richtig: Das könnte zu Verlusten führen und hier dürfen wir Entscheidungen treffen, ob wir Energieräubern in unserem Umfeld unsere Energie schenken wollen, oder ob wir uns lieber mit wertschätzenden Menschen umgeben.

Ja richtig: Es wirkt so, als wäre das nicht immer möglich.  
Doch die gute Botschaft ist: **Wir haben immer eine Wahl.**

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen / Euch einen wunderbaren Sommer!

Herzliche Grüße aus Werlaburgdorf sendet Andrea Münsterberg



Impressum:

sensibel gluecklich

**Andrea Münsterberg**

Lahberg 1, 38315 Werlaburgdorf

Tel.: 05335 - 48 535 44

[www.sensibel-gluecklich.de](http://www.sensibel-gluecklich.de)

[Newsletter abbestellen](#)