

# HOCHSENSIBEL, hochsensitiv & gesund

Einladung zum Erfahrungsaustausch!

Offenes Gruppentreffen von  
hochsensiblen und hochsensitiven Menschen  
2018 in Wien



Wenn Du zu den Menschen zählst, die bereits herausgefunden haben, dass sie die Welt hochsensibel und hochsensitiv erfassen und wahrnehmen, so bist Du herzlich zu einem REFLEKTIERTEN ERFAHRUNGSUSTAUSCH eingeladen.

Wir wollen voneinander mehr erfahren und auch voneinander lernen, wie sich die Hochsensibilität und Hochsensitivität im Leben bereichernd und stärkend auswirken kann. Ein Kräftepool, bei gleichzeitiger Achtsamkeit auf Regeneration und Rhythmus im spezifisch persönlichen Stil!

**Wir treffen uns einmal im Quartal.** Im Vorfeld sammelt jede teilnehmende

Person ihre Themen und Erfahrungen der letzten Monate, welche sie beschäftigt hatten. Ein Thema davon wird nun (wenn möglich von jeder Person) in der Gruppe auf den Tisch gelegt: wir wählen gemeinsam, mit welchen Aspekten wir uns auseinandersetzen möchten.

Wo du dich angesprochen fühlst, ergänzt du deine Erkenntnisse oder Ideen aus deiner persönlichen Erfahrungswelt, sodaß ein gemeinsamer Austausch entsteht.

Themenbereiche können sein: Abgrenzung, Überstimulation, Energie, Ausdauer, Fokussiertheit, Lebensfreude, Erschöpfung, Zentrierung u.v.m.

**Wir freuen uns auf dich!**

ORGANISATORINNEN:

Iris Lasta & Marija Mischkulnig



**Iris Lasta**

Dipl. Lebens- & Sozialberatung, psychologische Beratung und Coaching  
[www.gesund-sensibel.at](http://www.gesund-sensibel.at)  
Tel: +43 664 1047724  
E-Mail: [irislasta@gesund-sensibel.at](mailto:irislasta@gesund-sensibel.at)



**Mag. Marija Mischkulnig**

Psychologin und Praktikerin der Heilenden Körperarbeit  
[www.mischkulnig.info](http://www.mischkulnig.info)  
Tel: +43 699 12673269  
E-Mail: [marija@mischkulnig.info](mailto:marija@mischkulnig.info)

**KOSTEN, INFOS:**

**Kostenbeitrag:** 15,- €  
(Organisationsaufwand, Raummiete und Moderation).

**Der Ort** (1140 oder 1160 Wien, jeweils Nähe U3) wird je nach Anzahl der Anmeldungen vor dem Treffen bekanntgegeben.

**Gruppentreffen 2018 in Wien:**  
donnerstags ab 18.00 Uhr,  
ca. 2 Stunden

**8. Februar 2018**

**24. Mai 2018**

**2. August 2018**

**4. Oktober 2018**

Bitte um Anmeldung  
bei Iris oder Marija!