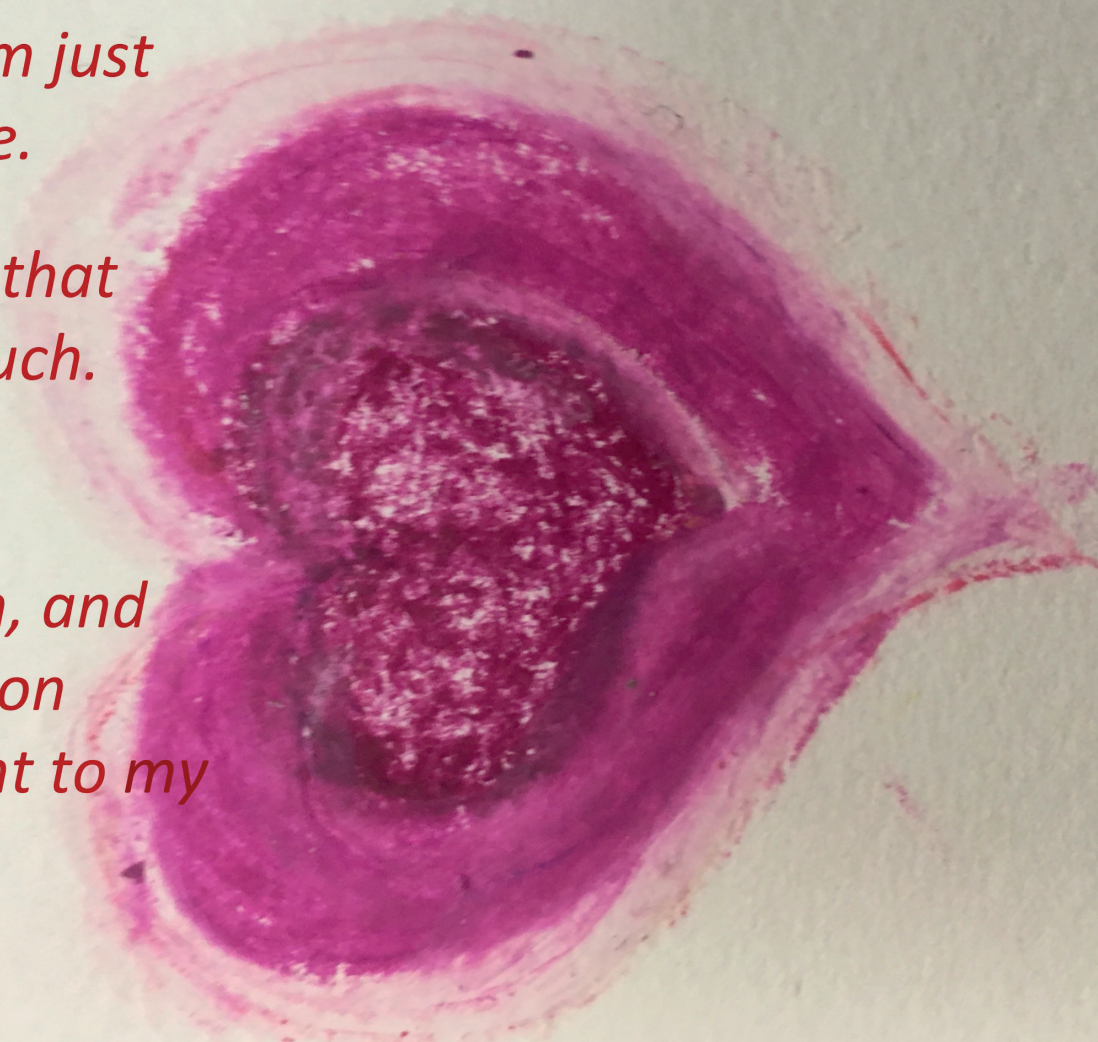


*Some say I'm just  
too sensitive.*

*The truth is that  
I feel too much.*

*Every word,  
every action, and  
every emotion  
goes straight to my  
heart.*



# Hooggevoelig in verbinding

Mensen die hoogsensitief zijn, hebben vaak geleerd zich uit bescherming af te sluiten. Wanneer je jezelf afsluit naar een ander toe, die oprecht is, dan loop je wezenlijk contact mis. In deze workshop leer je herkennen op welke manier jij jezelf afsluit en hoe je jezelf weer opent. Zo doe je jezelf en de ander niet tekort.

*Je kunt leren om jezelf te beschermen, waardoor je open-hart-iger de ander tegemoet kan treden zonder angst om jezelf te verliezen.*

*(Marijke de Vrij)*

---

## WORKSHOP

Deze workshop is voor hooggevoelige mensen en iedereen die zich vaker afsluit dan hem lief is. Je wilt leren hoe je bij je kern blijft in het contact met anderen, waardoor je met een open hart de ander tegemoet kan treden.

We geven je handvaten mee in oefeningen en een stukje theorie zodat je je eigen beweging leert kennen en daarin een keuze kan maken. Hoe geef je net zo veel liefde aan jezelf als je aan anderen en hoe geef je liefde in plaats van jezelf weg.

We gaan in een kleine groep aan de slag en werken met oefenopdrachten.

---

## IN DEZE WORKSHOP LEER JE

- ✓ Hoe je je hart open houdt en je jezelf beschermt
- ✓ Herkennen wanneer je jezelf verlaat en afsluit
- ✓ Op je plek te blijven en grenzen stellen
- ✓ De gaven en opgaven van je gevoeligheid

---

## WAAR EN WANNEER?

Zaterdag 30 september 2017  
9.30 – 17.00 uur  
Stovestraat 25  
3811 KA Amersfoort  
(Centrum voor Mens en Intuïtie)

Kosten: 75,00

## De dag wordt herhaald op:

Zaterdag 4 november 2017  
9.30 – 17.00 uur  
Utrechtseweg 223  
3818 EE Amersfoort  
(Academie voor Holistisch Coachen)

Opgeven graag vooraf via email of telefoon!

---

## OPGEVEN EN MEER INFORMATIE

Annette Uiterdijk tel. 06 121 90 087, praktijkoke@gmail.com  
Susan Vroemen tel. 06 262 707 22, susanvroemen@live.nl