



# Ausgeprägte Wahrnehmung

Über den positiven Umgang mit  
Hochsensibilität

Freitag, 17.11.2017  
15:30 Uhr  
Hanns-Lilje-Haus, Hannover



EVANGELISCHE  
ERWACHSENENBILDUNG  
NIEDERSACHSEN

Hochsensibilität ist gekennzeichnet durch eine ausgeprägte Wahrnehmung, z.B. im Bereich des Riechens, des Hörens und des Sehens. Diese intensive Reizwahrnehmung führt schnell zu einer Reizüberflutung. Hochsensible Menschen empfinden ihre Hochsensibilität häufig als Belastung, die das Denken, Handeln, Fühlen und Verhalten beeinflusst.

Referentin Sandra Quedenbaum ist selbst hochsensibel und seit 2005 als Trainerin und Coach tätig. Dieses Seminar soll Ihnen neue Perspektiven eröffnen. Welche Stärken ermöglicht die intensive Reizwahrnehmung? Wie können diese Stärken eingesetzt werden? Möglichkeiten für einen positiven Umgang mit Hochsensibilität werden vorgestellt.

Termin: **Freitag, 17. November 2017, 15:30 bis 18:45 Uhr**  
Ort: **Hanns-Lilje-Haus, Knochenhauerstr. 33,  
30159 Hannover** (neben der Marktkirche)  
Gebühr: **20 Euro**, Getränke inklusive.  
Leitung: Kerstin Bothe, pädagogische Mitarbeiterin, EEB  
Referentin: Sandra Quedenbaum, Sozialpädagogin,  
Mediatorin, Familienberaterin

**Anmeldeschluss: 29. Oktober 2017**

---

**Anmeldungen bitte online oder per Mail mit Name/Anschrift an:**



EEB Region Hannover/Niedersachsen Mitte  
Knochenhauerstrasse 33, 30159 Hannover  
Tel.: 0511/1241-663  
eeb.hannover@evlka.de  
**www.eeb-hannover.de**