



## Hochsensibilität

### Gründung einer Selbsthilfegruppe für betroffene Eltern in Bern



Sind Sie hochsensibel? Haben Sie empfindliche Sinne und nehmen z. B. Lärm stark wahr? Können Sie die Stimmung anderer Menschen gut wahrnehmen und nicht ignorieren? Ist ihr Kind vielleicht ebenfalls hochsensibel? In Bern entsteht eine neue Selbsthilfegruppe für hochsensible Eltern, die sich mit anderen austauschen möchten.

Mögliche Fragen, die in der Gruppe besprochen werden können:

- Wie kann ich mehr Selbstfürsorge im Alltag integrieren?
- Wie stärke ich mich und meine Begabung?
- Wie kann ich mein (hochsensibles) Kind gut begleiten?

**Interessiert?** Dann melden Sie sich bei Selbsthilfe BE und erhalten Sie unverbindlich Informationen zu diesem kostenlosen Angebot. Die Gruppengründung startet sobald genug Anmeldungen eingegangen sind.

Selbsthilfe BE ist im Auftrag der Gesundheits-, Sozial- und Integrationsdirektion des Kantons Bern tätig.

#### Informationen

Selbsthilfe BE, Beratungszentrum Bern, Bollwerk 41, 3011 Bern  
0848 33 99 00, [info@selbsthilfe-be.ch](mailto:info@selbsthilfe-be.ch)