



HSP – Café

Wat fijn dat je interesse hebt in het HSP Café!

Misschien weet je al dat je hoogsensitief bent, twijfel je nog, of ben je er pas net achter gekomen. Wat de aanleiding ook is, iets in jou is getriggerd om deze stap te zetten. In dit document vind je meer info over het HSP Café op **vrijdag 10 oktober** in de **Volksuniversiteit van Papendrecht**.

Heb je vragen of wil je je direct aanmelden? Neem dan contact op via het [contactformulier](#)

Reflectie & Groei

Veel HSP zijn van nature goed in (zelf)reflectie en vinden het fijn om zich te blijven ontwikkelen. De herfst staat symbool voor loslaten, net zoals de bomen hun bladeren laten vallen om ruimte te maken voor vernieuwing. Dit seizoen nodigt ons uit om stil te staan bij het afgelopen jaar: wat heeft het je gebracht en wat mag je loslaten? Door bewust los te laten, maak je ruimte voor persoonlijke groei en nieuwe energie.

Wat kun je verwachten?

In het eerste uur leg ik uit waarom HSP van nature sterk zijn in (zelf)reflectie en waarom wij zoveel voldoening halen uit persoonlijke groei en ontwikkeling. In het tweede uur ga je actief aan de slag met een opdracht die je helpt te reflecteren op wat het afgelopen jaar je heeft gebracht (of gekost) en waarmee je inzicht krijgt in de stappen die jij wilt zetten. Gedurende de hele ochtend is er ruimte om ervaringen te delen en met elkaar in gesprek te gaan.

Wat neem je mee naar huis?

- ✓ *Praktische tools voor inzicht in jouw (zelf)reflectie en groei*
- ✓ *(H)erkenning van anderen die hetzelfde ervaren*
- ✓ *Waardevolle tips voor jouw dagelijkse leven*

Wat is de locatie?

Volksuniversiteit Papendrecht
Vondellaan 158
3351 HG Papendrecht

Parkeren?

Je kunt gratis parkeren tegenover de Volksuniversiteit (Vossiusstraat)



De ingang van de Volksuniversiteit bevindt zich aan de achterkant van het gebouw. Bij binnenkomst ga je naar rechts en in het achterste lokaal bevindt zich het HSP Café

Wat zijn de kosten?

De toegang bedraagt €22,50 euro en dat is inclusief thee en iets lekkers

Moet ik me vooraf aanmelden?

Ja, aanmelden doe je door een bericht te sturen via het [contactformulier](#)

Lieve groet,
Marjolein