



HSP - Wandeling

Wat fijn dat je interesse hebt in de HSP Wandeling!

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 de HSP Wandeling op **zaterdag 14 mei** in het **Alblasserbos** te **Papendrecht**.

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

Wat is een HSP Wandeling?

Een HSP Wandeling is een unieke kans om als hoogsensitief persoon (HSP) in de natuur te ontspannen en weer op te laden. Door samen te zijn met gelijkgestemden, kun je ervaringen delen en (h)erkenning vinden bij anderen die hetzelfde ervaren.

Tijdens deze wandeling staan **ontmoeting en verbinding** centraal. In de rustgevende omgeving van het Alblasserbos ervaar je niet alleen verbinding met elkaar, maar ook met jezelf en je zintuigen. Voor veel HSP's is de natuur een ideale plek om zintuiglijke overprikkeling los te laten en tot rust te komen.

Wat kun je verwachten?

- Ontspanning in de natuur - een fijne wandeling in een rustige, natuurlijke omgeving
- Inzicht & verbinding - korte oefeningen voor meer inzicht in jouw hoogsensitiviteit en om ervaringen te delen
- Thee en lekkers - na afloop genieten we samen nog even na en is er ruimte om ervaringen te delen

Wat neem je mee naar huis?

- ✓ Praktische tools om de verbinding met jouw zintuigen te versterken.
 - ✓ (H)erkenning van anderen die dezelfde uitdagingen ervaren.
 - ✓ Waardevolle inzichten en tips die je kunt toepassen in je dagelijkse leven.
-

Locatie

We verzamelen op de parkeerplaats van het Alblasserbos bij Papendrecht ([Peilkade](#)) en hier kun je je auto of fiets stallen.



Aanvang

De wandeling start om 13.00 uur (verzamelen vanaf 12.45 uur), we zijn ongeveer een uur onderweg.

Kosten

De toegang bedraagt €5,00 euro en dat is inclusief thee en iets lekkers

Slecht weer

Een beetje regen kan een extra dimensie geven aan de wandeling, echter bij extreem slecht weer gaat de wandeling niet door. Houd het weerbericht in de gaten en pas je kleding en schoenen hierop aan.

Toilet

Er is **geen** toilet aanwezig, dus hou hier vooraf rekening mee.

Aanmelden

Aanmelden is verplicht en doe je door een bericht te sturen via het [contactformulier](#)

Lieve groet,
Marjolein