

# DÉCOUVRIR L'HYPERSENSIBILITÉ

## Introduction

Ateliers animés par Sophie Schlogel,  
Psycho praticienne et Naturopathe



Pour comprendre ce qui est à la source de l'hypersensibilité,  
Agir pour vivre, plutôt que survivre, face à l'hypersensibilité,  
Échanger et Partager avec d'autres personnes hypersensibles.

### Au programme :

- Qui sont les Hypersensibles ? Qu'est ce que l'Hypersensibilité ?
- Comment savoir si vous êtes vraiment Hypersensible ? Existe t'il des tests reconnus ?
- Quel (le) Hypersensible êtes vous ?  
On parle d'Hypersensibilité chimique, électrique, émotionnelle, y en a t'il d'autres ? Quelles sont les différences ? Pourquoi ?
- Certains sont très malades, d'autres continuent de fonctionner et souffrent en silence de leur difficulté d'adaptation, pourquoi ?
- Les Hypersensibles sont ils dépressifs ? Anormaux ? Inadaptés ?
- L'angoisse est elle un signe d'Hypersensibilité ?
- Pourquoi est ce si compliqué d'obtenir un diagnostic médical ?
- Quelles sont les causes de l'Hypersensibilité ?  
La pollution et le stress sont ils les seuls responsables ?
- Quels sont les maux des Hypersensibles ?
- Quelles approches privilégier, pour quelles solutions ?
- Pratiquement par quoi commencer ?

Chaque question sera abordée à travers une compréhension holistique de l'Hypersensibilité, sous l'éclairage d'études médicales et de recherches en neurosciences, de données de la psychologie moderne, dans une approche globale issue de la naturopathie. Un groupe restreint favorisera les échanges, les questions et les réponses.

Cet atelier d'introduction, s'adresse aux personnes qui suspectent ou souffrent de l'Hypersensibilité. Il peut être suivi à l'unité, mais est prérequis pour suivre les modules suivants:

**De l'hypersensibilité subie à la sensibilité créative - Conseils approfondis et exercices pratiques.**

- Les maux du corps : fatigue, douleurs, système digestif, nutrition, sommeil...
- Les maux de l'esprit : La sphère neuro-psycho émotionnelle, les mots de l'âme.

**Lieu :** Aix en Provence

- Samedi 30 Janvier de 9h30 à 12h30

**Tarif :** 90€ (possibilité de régler en 3 x 30€)

**Renseignements :** Sophie Schlogel – 06 22 98 44 46

Mail : [sophie.schlogel@free.fr](mailto:sophie.schlogel@free.fr)