



Zwischen Feingefühl und Überforderung
28. Mai 2026, 19.15 Uhr

THEMA

Bin ich hochsensitiv oder überfordert oder traumatisiert – oder alles zusammen?

Wir gehen dem komplexen Wirkungskreis auf den Grund, warum dein Nervensystem auf Höchstleistung läuft und wie du aus der Überforderung zurück in die Stabilität findest.

Zusammen gestalten wir einen Raum, der dir Entlastung und Sicherheit bietet.

WAS ERWARTET DICH

Der Herstory Abend beginnt mit einem leichten Apéro.

Christine Farner-Suter arbeitet als Gestalttherapeutin und Kursleiterin in ihrer Werkstatt-Praxis in Rapperswil. An der Akademie für Individualpsychologie unterrichtet sie Gestaltarbeit als körperorientierte Selbsterfahrung.

Christine gibt uns Einblick in das Nervensystem-Wissen und nimmt uns mit in die praktischen Möglichkeiten der Selbstregulation und Selbstfürsorge.

WANN

Donnerstag 28. Mai 2026

Türöffnung und Apéro 19:15 Uhr

Referat 19:45

WO

Funkenpark

Im Rank 4

4800 Zofingen

KOSTEN

CHF 20.-

Studierende CHF 10.-

(bitte passend mitbringen, TWINT nicht möglich)

INFOS & ANMELDUNG

www.herstory.ch