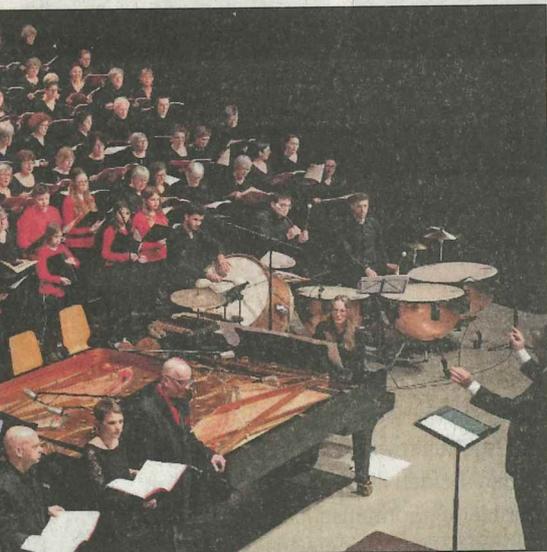


# Enges Vereinsjahr Hochsensibilität: Chancen und Herausforderungen besprechen

Präsidentin Stefanie Gloor



März 2024 in der Markthalle Burgdorf.

Bild: zvg

...fritte auf  
...n der Kul-  
...Gloor den  
...cht Jahren  
...n Engage-  
...art. Trotz  
...r Chor in  
...beeindru-  
...einem gut  
...entwickelt.  
...el Lob und  
...rend Mir-  
...achfolgerin  
...nung fand  
...nung. Im  
...urden wie-  
...assnahmen  
...n der Stadt  
...en stimm-  
...er. Schwer-

...punkt auf der Suche nach weiteren  
Sängerinnen und Sängern, mit einem  
äusserst erfreulichen Ergebnis: 13 neue  
Mitglieder konnten aufgenommen  
werden.  
An der Hauptversammlung konnten  
weiter Verena Righetti für 55 Jahre und  
Peter Bonati für 30 Jahre Vereinsmit-  
gliedschaft geehrt werden.  
Musikalisch sind für das kommende  
Vereinsjahr unter anderem die Teil-  
nahme an der Kulturnacht und das  
Jahreskonzert im März 2025 geplant.  
Aufgeführt wird das Oratorium «Elias»  
von Felix Mendelssohn Bartholdy.  
Das wohlklingende Werk ist eines der  
beliebtesten Oratorien.  
Mit Dank an die vielen Engagierten im  
Chor und insbesondere an den Diri-  
genten Gonzague Monney beendete  
Stefanie Gloor die gut vorbereitete  
Hauptversammlung.

zvg

## In Burgdorf wird eine Selbsthilfegruppe für hochsensible Menschen gegründet

«Du bist überempfindlich.» Das hört Sabine öfter, wenn sie auf Geschehnisse und Alltagssituationen reagiert, die ihr Umfeld als normal empfindet. Eine hohe Sensibilität zieht sich wie ein roter Faden durch Sabines Leben. Als Kind spürte sie die Stimmung ihrer Mitmenschen fast körperlich. Sie versuchte, sich und die anderen vor Missstimmung zu schützen und überforderte sich selber damit. Sabine war als Kind sehr scheu und fühlte sich häufig unverstanden, doch wollte sie eigentlich wie alle anderen sein.  
Mit den Jahren merkte sie, dass Hochsensibilität auch eine Bereicherung sein kann: Sie spürt nicht nur negative Reize wie zum Beispiel emotionale Spannungen stärker als ihr Umfeld. Auch ihre Genussfähigkeit ist sehr hoch und ihr Gerechtigkeitssinn sowie

ihr Empathie-Empfinden sind sehr ausgeprägt. In vielen Beziehungen kann sie ebenfalls stark vernetzt denken. Auf diese Stärken will Sabine bauen und im Gespräch mit Gleichbetroffenen nicht nur über Herausforderungen reden, sondern den Blick auf die Potenziale ihrer Persönlichkeitseigenschaften richten.

In Burgdorf begleitet Selbsthilfe BE Ende Mai 2024 die Gründung einer Selbsthilfegruppe für hochsensible Menschen. Anschliessend finden die Treffen im Kreis der Betroffenen statt. Die Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe ist kostenlos. Interessierte können sich unter 0848 33 99 00 oder per Mail an [info@selbsthilfe-be.ch](mailto:info@selbsthilfe-be.ch) melden.

zvg

Mehr Informationen unter [www.selbsthilfe-be.ch](http://www.selbsthilfe-be.ch).



Hochsensibilität kann auch eine Bereicherung sein. In Burgdorf nimmt sich ab Ende Mai 2024 eine Selbsthilfegruppe dem Thema an.

Bild: peterschreiber.media-adobe.stock.com

"D'Region" vom Di, 16. April 2024