

WELCOME TO SENSE SISTERS MENTAL HEALTH MADE SIMPLE

SELBSTLIEBE + MENTALE STÄRKE FÜR EINE ÜBERFORDERTE GESELLSCHAFT

Neue Normalitäten brauchen neue Ideen und Mindsets. Einen Perspektivwechsel, einen frischen Blick auf das was ist.

Mentale und Emotionale Gesundheit – so wichtig wie nie zuvor.

Unsere Welt hat so viele entscheidende Bedürfnisse, die unsere kollektive Aufmerksamkeit verdienen. Von Klimawandel bis Flüchtlingskrise, von neuen Coronawellen bis zu unseren eigenen alltäglichen Themen. Gehören da emotionale und mentale Wellness, das eigene Wohlbefinden wirklich zu den Themen, um die wir uns Gedanken machen sollten? Nach mehr als 2 Jahren als weibliches Eco-Wellness Start Up und im konstanten Austausch mit unserer Community und der Welt im derzeitigen Zustand ist unsere Antwort ein klares Ja. Seit der Pandemie mehr denn je.

Nur einige Fakten und Gedanken:

- Allein in Deutschland leiden über 18 Millionen Menschen an Depressionen, Ängsten, Stresszuständen. Die Fachwelt rechnet mit rund 30% "Seelenkranken", Tendenz steigend. Und leider werden die Betroffenen immer jünger. <https://www.maecenata.eu/2021/09/16/mentale-gesundheit-kein-tabu-sondern-selbstverstaendlich/>
- Häusliche Gewalt hat seit Corona massiv zugenommen. <https://www.rnd.de/panorama/statistik-deutlich-mehr-haeusliche-gewalt-in-der-corona-krise-HV4CJGQBQPFGW45G7HPAHFY4.html>
- Kinder und Jugendliche fühlen sich um „ihr Leben betrogen“
- Einsamkeit und Depressionsraten steigen.
- Dazu Existenzängste, Frustration, explodierende Kosten im Lebensunterhalt und Wohnen. Die Liste ist endlos. Vielerorts scheint die Gesellschaft gespalten und überforderter als je zuvor.

Die WHO sagt, dass 90% der Menschen, die einen Arzt in den westlichen Ländern aufsuchen, dies STRESSBEDINGT tun. Die Belastungen der Gesundheitssysteme gehen damit einher. Corona hat das ganze weiter verschlimmert. <https://www.euro.who.int/de/health-topics/noncommunicable-diseases/mental-health/data-and-resources/mental-health-and-covid-19>

Unsere Produkte nutzen die Erkenntnisse aus Neurowissenschaften, positiver Psychologie und moderner Aromatherapie. Sie werden kreiert, um Menschen die Gelegenheit zu geben, sich Selbstliebe, mentale Stärke und ganzheitliches Wohlbefinden zu schenken und sie damit in einer positiveren Selbst- und Außenwahrnehmung im täglichen Leben mit all seinen Herausforderungen zu unterstützen. Je balancierter und positiv verankert wir uns innerlich fühlen, desto eher sind wir in der Lage, auch unserem Umfeld wertschätzend und dankbar zu begegnen. Wir können Dinge, die nicht zu ändern sind, gelassener akzeptieren, machen uns weniger Sorgen und gehen neue Herausforderungen zuversichtlicher und mutiger an.

Kurz gesagt: Je mehr wir unsere Sinne schärfen, desto eher öffnen wir uns der Welt um uns herum, sehen Dinge in neuer Perspektive und verändern dadurch ein Stückweit die Welt in der wir leben zum Positiven.

Weitere Informationen und Bildmaterial auf www.sensesisters.de und www.sensesisters.de/presse.