

## FLEUR VAN GRONINGEN VOELEN ZONDER FILTER

*Word jij regelmatig overweldigd door emoties?  
Druk je ze weg, tracht je ze te rationaliseren, verlies je de controle?  
Vind je het moeilijk om te voelen wat er in je omgaat?  
Loop je vaak tegen dezelfde pijnpunten aan?  
Wordt er misbruik van je gemaakt of negeer je je grenzen?  
Raak je overprikkeld, absorbeer je andermans emoties?  
Verlang je naar verbinding, harmonie en zelfvertrouwen?*

Fleur van Groningen moest al op jonge leeftijd leren leven met verdriet, angst en woede. Ze doorleefde gebeurtenissen die haar tot op heden bijblijven, maar gaandeweg leerde zij ook hoe ze constructief kon omgaan met haar emoties en herstelde ze van trauma.

Dit is het derde boek van Fleur over het thema hypersensitiviteit. Ze bracht reeds *Leven zonder Filter*, *Mijn kind mijn spiegel* uit en nu is er dus *Voelen zonder Filter*.

Fleur van Groningen heeft dit thema in België op de kaart gezet. De reacties zijn nog steeds overweldigend. Heel veel mensen herkennen zich in haar verhaal en vinden hierin een leidraad in een zoektocht naar innerlijke rust. De lezingen worden druk bezocht en het publiek varieert van jong naar oud.

Om haar verhaal ook op een podium nog sterker te maken wordt het boek in een regie van Walter Janssens uitgewerkt tot een theaterlezing.

### **BIO**

Fleur van Groningen (1982) schrijft, schildert, spreekt en moedert. Ze is journalist voor *Psychologies* en cartoonist voor *The Art Couch*. Eerder werkte ze voor onder andere *Knack*, *De Morgen*, *Het Nieuwsblad*, *NRC Handelsblad* en *Goedele*. In 2017 publiceerde ze de bestseller *Leven zonder filter*, over haar ervaring met hoogsensitiviteit. In 2020 volgde *Mijn kind, mijn spiegel*, over trauma en moederschap. *Voelen zonder filter* is haar zesde boek.

Lezing : Fleur van Groningen

Regie en enscènering : Walter Janssens

Speelperiode : Gehele seizoen volgens beschikbaarheid