



**nodigt patiënten, naasten en geïnteresseerden uit op de voordracht:**

## **Omgaan met (je) hoogsensitiviteit**

door **Ilse Van den Daele**,  
*oprichter en voorzitter HSP Vlaanderen vzw*

**op zaterdag 9 december 2023 om 14.00 u**  
**in CM-gebouw, Mandellaan 79, 8800 Roeselare**

Hoogsensitieve personen zijn meer dan gemiddeld gevoelig voor prikkels van de buitenwereld. Zij hebben meer tijd nodig om informatie en indrukken te verwerken. Als zij zich hier niet van bewust zijn of als zij daartoe de kans niet krijgen, raken zij makkelijker over hun toeren, geïrriteerd en/of oververmoeid. Hoogsensitiviteit is een risicofactor voor CVS, burn-out, depressie, fibromyalgie, .... In deze lezing krijgen we meer zicht op de kenmerken van een hoogsensitief persoon, hoe je ermee omgaat, welke de valkuilen zijn, hoe je meer in je eigen kracht kan staan. Er worden praktische tips gegeven en er is ruimschoots tijd voorzien om vragen te beantwoorden.

**Toegang gratis voor leden CVS-contactgroep en Vlaamse Pijnliga op vertoon lidkaart,  
€ 5 voor niet-leden.**

De zaal is rolstoeltoegankelijk. Er is een ruime parking aan het gebouw zelf.

Contact en info: [west-vlaanderen@cvcontactgroep.be](mailto:west-vlaanderen@cvcontactgroep.be) of 0473/39 06 19