

# Synlighedsdagen

## Program – Tema: "Kroppen husker"

10.00 – 10.05 Velkomst

Ved dagens konferencier, Carsten Borup

10.05 – 10.20 Åbningstale

Ved Regionsrådsformand Ulla Astman

10.20 – 11.00 Hvordan livshistorien indskrives i kroppen – følelser som kropslige manifestationer  
Ved Susanne Sternberg, overfysioterapeut, specialist i psykiatrisk og psykosomatisk fysioterapi.

11.00 – 11.15 Pause

11.15 – 11.35 Når kroppen husker

Tre korte personlige beretninger hvor det med hverdageksempel beskrives, hvad det vil sige, at kroppen husker og hvor forskelligt, det kan opleves.

11.35 – 11.40 Pause

11.40 – 12.20 En vej ud af overgrebenes skygge  
Michael vil fortælle om de symptomer, han har haft som følge af overgrebene og om den behandling, der har hjulpet ham til et liv, hvor sensfølgere fylder stadig mindre.

12.20 – 13.20 Frokostpause

Der er mulighed for at købe frokost i caféen og kantinen.

13.20 – 14.00 Traumeførløsende kropsarbejde  
Psykiater og TRE instruktør Mette Gajhede fortæller bl.a. om, hvad der sker i kroppen under et traume og hvordan traumeenergien kan forløses.

14.00 – 14.10 Pause

14.10 – 14.55 Skam og selvskade – den onde cirkel

Barndommens overgreb sidder ofte i både krop og sjæl i form af skam og selvhad, der kan udløse selvskade og omgivelsernes reaktioner kan skabe en ond cirkel. Ved Karin Dyhr, forfatter til 'Glaspigen' og 'Bag om borderline'.

14.55 – 15.10 Pause

15.10 – 16.00 Åben debat

Dialog mellem publikum, paneldeltagere og repræsentanter for Landsforeningen Spor.

Kl. 16.00 Tak for i dag og kom godt hjem

[www.synlighedsdagen.dk](http://www.synlighedsdagen.dk)

## TEMADAG

om hvordan kroppen husker seksuelle overgreb i barndommen

Lørdag den 27. september 2014

kl. 10.00 – 16.00

Auditoriet - Sygehus Syd

Hobrovej 18-22

9000 Ålborg

Indgang til auditoriet via hovedindgangen.  
Gå til højre hen til lægevagten.



det sætter sine spor...