



“Mestring af eget liv.”

En synlighedsdag for seksuelt krænkede, pårørende til disse eller andre med interesse om emnet.

Voksne med senfølger efter seksuelle krænkelser i barndommen, kæmper ofte med fysiske/psykiske følgereaktioner.

Har du selv været udsat for seksuel krænkelse og lever du med senfølger eller kender du nogen, der har været udsat, så er du velkommen til at kigge forbi til vores Synlighedsdag, der afholdes den:

10.10.23 fra 15.00 - 18.00 på Aabenraa Selvhjælp, Kystvej 36a, 6200 Aabenraa.

Program for dagen:

15.00 - 15.15: Velkomst v/ Jutta - leder af Aabenraa Selvhjælp: Jutta vil kort fortælle om et nystartet projekt. Dette er et 2-årigt projekt og henvender sig til voksne med senfølger efter seksuelle krænkelser i barndommen. Projektet er støttet af Offerfonden.

15.15 - 15.45: Personlig beretning af Eva-Amalie: Hun fortæller sin egen historie og vil komme ind på, hvilke mestringstrategier, hun har gjort brug af.

15.45 - 16.15: Oplæg v/ Margit Juhl - Landsforeningen Spor: Hvem er Spor og hvad kan de som landsforening tilbyde mennesker, der lever med senfølger og deres pårørende?

16.15 - 16.45: Pause i oplæggene, hvor der tilbydes kaffe, te samt kage: I pausen vil Bedre Psykiatri, Spor samt Sind været tilstede med infostande, hvor spørgsmål til de nævnte foreninger kan stilles.

16.45 - 17.45: Oplæg v/ Marie Falk. Marie er uddannet cellist og musikterapeut. Hun vil holde et oplæg og give et musikalsk indslag og dermed give rum til beroligelse, grounding og afspænding.

17.45 - 18.00: Tak for idag v/ Aabenraa Selvhjælp.

Har du lyst til at deltage, kan du tilmelde dig på 40491066 eller på info@aabenraa-selvhjaelp.dk.

Hvis du har svært ved at tilmelde dig, er du mere end velkommen til at møde op på selve dagen.

