

# PROGRAM

## TEMA: HVAD MED SEKSUALITETEN?

9.30 - 9.45 Velkomst

v/ dagens konferencier, Carsten Borup

9.45 - 10.00 Åbningstale

v/ Pernille Rosenkrantz-Theil (S), socialminister

10.00 - 10.10 Groundingøvelse

Dagen igennem vil der være nærvær- og sansfølelser

10.10 - 10.55 Tal også om de seksuelle senfølger

v/ Anette Crone Jessen, sexolog, psykoterapeut og socialrådgiver. Anette vil give indblik i seksualitet og seksuelle senfølger efter seksuelle overgreb.

10.55 - 11.15 Hvorfor spurgte terapeuterne aldrig

ind til min seksualitet? v/ Gry Sara Windelev, sexolog, kropsterapeut og erfaringseksper

11.15 - 11.30 PAUSE

11.30 - 12.15 Kan seksualiteten blive min igen?

v/ Lea Elias Isen, erfaringseksper og cand. stud. i lingvistik  
Min spirende seksualitet blev stjålet og brugt mod mig - nu tager jeg den tilbage.

12.15 - 12.30 Kropslig øvelse

12.30 - 13.30 FROKOST

Frokost kan medbringes eller købes i SPISE.STUEN i stueetagen. Rådgivningsstanden er åben.

13.30 - 13.40 Groundingøvelse

13.40 - 13.50 Jeg forsøgte at mærke min krop

gennem mænd v/ Sarah Liv, erfaringseksper og podcastvært på Forbundet Barndom.

13.50 - 14.00 Den tabte uskyld

Hvordan kærlighed og sex blev én og samme ting.  
v/ Henrik Kofoed Sørensen, erfaringskonsulent.

14.00 - 14.15 PAUSE

14.15 - 15.00 Skuddet i skoven

v/ Abdel Aziz Mahmoud og Jeppe

Abdel interviewer sin ven Jeppe der i mange år fortrængte sine erindringer om sin mors grænseoverskridende handlinger i barndommen. Handlinger, der har sat tydelige spor i hans seksualitet, og som ledte ham ud i stoffer og et selvmordsforsøg i en skov.

15.00 - 15.30 Kropslig øvelse, lodtrækning og afslutning

# DET SÆTTER SINE SPOR...



# SYNLIGHEDSDAGEN

Seksuelle overgreb og omsorgssvigt i opvæksten sætter sine spor. Følgerne er fysiske, psykiske, følelsesmæssige og sociale problemer, der gør livet svært.

Der er alt for lidt kendskab til senfølger i Danmark. Synlighedsdagen sætter derfor hvert år fokus på forskellige temaer knyttet til konsekvenserne af seksuelle overgreb i barn- og ungdom.

Indslag på Synlighedsdagen spænder vidt. På dagen er der altid oplægsholdere, der fortæller noget af deres egne historier, og professionelle der belyser temaet ud fra deres faglige viden.

Det er ikke tilladt at lave optagelser eller fotografere.

# SYNLIGHEDSDAGEN

Senfølger af seksuelle overgreb i barndommen

TEMA:  
HVAD MED  
SEKSUALITETEN?

TORS DAG D. 19 SEPT.  
KL. 9.30 - 15.30

KU.BE  
DIRCH PASSERS ALLÉ 4  
2000 FREDERIKSBERG

OBS! NYT STED  
I ÅR

RANDERS  
KØBENHAVN  
MARIBO  
AARHUS

DET SÆTTER  
SINE SPOR

2024

WWW.SYNLIGHEDSDAGEN.DK

Arrangementet er gratis og åbent for alle over 18 år

## ARRANGØRER

CSM ØST  
FONDEN LIVAPEOPLE  
JOAN-SØSTRENE  
KKUC  
KVISTEN  
SPOR I KØBENHAVN

HER KAN DU FÅ HJÆLP OG MØDE LIGESINDEDE:

### CENTER FOR SEKSUELT MISBRUGTE ØST

Sammenhængende og helhedsorienteret indsats: Behandling v. psykologer, rådgivning v. socialrådgiver og leverandør i VISO-rådgivning. Aktiviteter varetaget af frivillige: Anonym telefon- og chatrådgivning. Kreative værksteder, yoga og manuvision træning og temaaftener. [www.csm-danmark.dk](http://www.csm-danmark.dk)

### FONDEN LIVAPEOPLE

LivaPeople støtter mennesker, der har senfølger efter vold, incest, seksuelle overgreb og sexsalg/byttedating. Vi tilbyder blandt andet tværfaglig rådgivning og behandling, ressourceforløb og ophold på vores krisecenter, LivaShelter. [www.livapeople.dk](http://www.livapeople.dk)

### JOAN-SØSTRENE

Rådgivning for kvinder der har været udsat for vold, voldtægt, incest eller seksuel chikane. [www.joan-soestrene.dk](http://www.joan-soestrene.dk)

### KKUC

Rådgivning, afklaring, behandling af psykiske traumer og problematisk brug af rusmidler. [www.kkuc.dk](http://www.kkuc.dk)

### KVISTEN HOVEDSTADEN OG SJÆLLAND

Kvisten hjælper voksne med senfølger fra seksuelle overgreb. Kerneydelsen er psykoterapeutiske forløb individuelt og i grupper til voksne, der har været udsat for seksuelle overgreb, inden de fyldte 18 år. [www.kvistene.dk](http://www.kvistene.dk)

### SPOR I KØBENHAVN og LANDSFORENINGEN SPOR

Landsforeningen Spor tilbyder mulighed for at mødes med ligesindede både i vores private Facebookgruppe samt ved online og fysiske arrangementer. Derudover har Spor anonym telefonrådgivning. [www.landsforeningenspor.dk](http://www.landsforeningenspor.dk)

## TEMA: HVAD MED SEKSUALITETEN?

At tale om kærlighed, intimitet og sex kan vække stærke følelser - f.eks. glæde, lyst, længsel, skam, smerte og svigt. Har man været udsat for seksuelle overgreb i opvæksten, kan det være virkeligt svært at forholde sig til disse emner og følelser. Det er bare nødvendigt, at vi tør tale om det alligevel, hvis de gamle sår skal heles. Modgiften mod skyld, skam og tabuisering er viden, samtale, ærlighed og genkendelse.

Derfor handler Synlighedsdagen i København i år om kærlighed, intimitet og sex. Der er brug for, at vi i fællesskab tør sætte ord på disse temaer og se på mulighederne for at finde en nærhed, som føles oprigtig god og dejlig. Når vi kan spejle os i hinanden og sammen kan dele det svære, er det ikke helt så ensomt længere.

På denne dag vil der være fagprofessionelle, der deler deres viden med os, og senfølgeramte der deler deres historier. I oplæggene vil der blive delt værktøjer, erfaringer og nye perspektiver på senfølger og heling samt vejledning i, hvor man kan søge sexologisk rådgivning.

Vi glæder os til en inspirerende dag og håber, at du vil deltage.

## LANDSPROGRAM

SYNLIGHEDSDAGEN 2024

ONSDAG D. 4. SEPTEMBER  
RANDERS

TORSDAG D. 19. SEPTEMBER  
KØBENHAVN

TORSDAG D. 19. SEPTEMBER  
MARIBO

FREDAG D. 11. OKTOBER  
AARHUS

#synlig24

Se programmer på [synlighedsdagen.dk](http://synlighedsdagen.dk)