

spor



Landsforeningen for voksne med
senfølger af seksuelle overgreb

Kære medlem

Nyhedsbrev ~ august 2014

spor-arbejde



En lille præsentation af Jeres nye medarbejder

Kære medlemmer i Spor

Den 1. maj blev jeg ansat i landssekretariatet for at være med til at skabe synlighed, netværk og politisk indflydelse for voksne med senfølger af seksuelle overgreb.

Mere konkret sørger jeg for at koordinere og informere blandt foreningens aktive medlemmer, som bl.a. er i gang med at etablere lokalafdelinger rundt omkring i landet.

Jeg er cand.mag. i psykologi og socialvidenskab og har tidligere arbejdet i ODA (Fællesorganisation for OCD-, Depressions- og Angstforeningen), hvor jeg har fundraiseret, ledet projekter og afholdt kurser for medarbejdere og frivillige. Jeg bor i Sydhavnen i København med min familie og har en lille kolonihave.

Hvis du har tid og lyst til at gøre en indsats i foreningen, kan jeg sætte dig i kontakt med allerede eksisterende arbejdsgrupper eller hjælpe med at sætte nye initiativer i gang.

Du kan kontakte mig på mail bolette@landsforeningen-spor.dk eller tlf. 30145452 og jeg kan hjælpe med alt, der har med foreningen at gøre.

Jeg håber at høre fra Jer, og ser frem til at møde flere af Jer rundt omkring i landet.

Med venlig hilsen
Bolette Westerholt



Sidste frist for indstilling af kandidater til Tine Bryld prisen er **d. 18. august.**

Fra hjemmesiden: "Det er ikke muligt at søge prisen, men kender du nogle, som du mener, vi bør lægge mærke til, er du velkommen til at sende en mail til mail@tinebryldprisen.dk".

Selvom det er sidste øjeblik, så håber vi, at nogen vil gøre indstillingsudvalget opmærksom på *Spor*. Læs evt. mere på tinebryldprisen.dk

Klik på billedet for at se kataloget med gratis kurser for frivillige fra Center for frivilligt socialt arbejde. Tilmelding starter **mandag 18. august kl. 18.00** og det gælder om at være hurtig for der er normalt rift om pladserne.

Girl of Diamond Mountain

[En multimedia performance om seksuel misbrug og heling.](#)

Tirsdag den 9. september 2014 – kl. 20.00–22.00
Metronomen, Godthåbsvej 33, 2000 København

Arrangøren skriver: "Efter adskillige opførsler i både NYC og Danmark, har det vist sig, at forestillingen skaber sit helt særlige sanserum. Showet taler til kroppen og følelserne og når der efterfølgende bydes velkommen til debat, er det almenmenneskelige eksistentielle temaer og udfordringer som afdækkes og deles. Det har været gribende og livsbekræftende at opleve, hvor meget publikum har åbnet op og vist sig at ville dele med hinanden."



Cafémøde i Aalborg

Nu er sommerferien slut og Nordjysk *Spor* starter op med cafémøder igen. Aftenens emne handler om at være pårørende. Klik [her](#) for yderligere info.

Cafémødet finder sted **mandag den 1. september. kl. 19-21** i De Frivilliges Hus, Mølholmsvej 2, 9000 Aalborg.

Det er et offentligt, åbent arrangement og alle interesserede er velkomne.



Så er datoerne for årets Synlighedsdage rundt om i landet blevet fastsat:

Kolding tors. d. 11. sept. 2014
[Aabenraa ons. d. 17. sept. 2014](#)
[Århus fre. d. 19. sept. 2014](#)
[København lør. d. 20. sept. 2014](#)
[Aalborg lør. d. 27. sept. 2014](#)

Klik på linkene for at se programmerne for de respektive byer. Programmet for Kolding vil blive lagt ind på www.synlighedsdagen.dk, så snart det er klar.



Aftenskole – Debat om overgreb og incest

Birkerød Fritidsskole afholder arrangementet 'Debat om overgreb og incest', **onsdag den 10. september 2014 kl. 19.00** på Birkerød Bibliotek. Pris 50,- kr.

Arrangøren skriver: "Der vises klip fra den norske dokumentarfilm: 'Mit Elskede Barn'. En film om en ung kvinde, der skal i fængsel for drab af sin far. Der vises tilbageblik på barndommen, hvor seksuelle overgreb fandt sted, fra hun var seks til 17 år og om hendes storesøster, der døde af selvskaade. En film om en dysfunktionel familie.

Et professionelt panel med mange års erfaring vil svare på spørgsmål og uddybe episoder fra filmen." [Klik her](#) for at læse mere samt for tilmelding.



Forskning

"Nyere forskning viser at hvis du har oplevd traumatiske belastninger tidlig i livet, mens hjernen fortsatt er i vekst, blir kroppens nervesystem påvirket. Barna mister evnen til å regulere stress. "

Meget interessant [norsk artikel](#) om undersøgelse af traumas indvirkning på udviklingen af børns hjerner og de skader, der sker på nervesystemet. Mere end 10.000 unge har deltaget i spørgeundersøgelsen.

Der nævnes også forskning, der viser, at det ikke kun er oplevelser børnene selv har været ude for, der kan medføre PTSD men også f.eks. terrorhandlinger, der kommer frem i medierne.

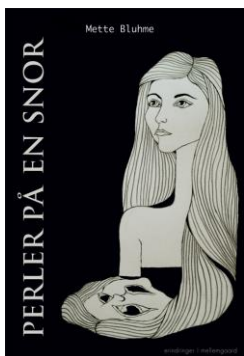
Ny e-bog



'Barndomsnatten i dagens lys' er en beretning om konsekvenserne af en barndom med seksuelle krænkelse.

E-bogen er skrevet af Kurt Kyed, der har brugt både prosa, digte, billeder, musik og video for at illustrere kompleksiteten i en helingsproces.

Linket er til en folder om bogen (eller værket).



Bogudgivelse

Den 6. juni udkom bogen 'Perler på en snor' skrevet af Mette Bluhme. Det er en personlig beretning om en barndom med seksuelle overgreb og senfølger som anoreksi og lavt selvværd.

Klik på billede for at læse forlagets omtale af bogen.

En lokalafdeling af
**Spor - Landsforeningen for voksne
med senfølger af seksuelle overgreb**

Spors to lokalafdelinger – [Nordjysk Spor](#) og [Midtjysk Spor](#) - har fået deres egne Facebooksider. Her vil der primært blive lagt lokalrelevante nyheder ind.

Ny blog

I tilknytning til hjemmesiden tabuet.dk er der blevet oprettet en blog, der hedder [Tanker om...](#) Den præsenteres således:

"Tanker om... er en er en sammenblanding af almen menneskelig forståelse, faglig viden, personlige erfaringer og indsigt.

Jeg udtrykker, hvordan verden ser ud gennem mine øjne. Hensigten er på ingen måde at få andre til at se det samme, som jeg ser. Jeg håber blot, at jeg kan være med til at flytte fokus en smule, finde en ny vinkel eller ændre lidt på et perspektiv. For mig handler det om at skabe bevægelse."

'Fra selvhad til selvkærlighed'



En Facebookside, der præsenteres med disse ord:

"En stor del af mit liv, har jeg været fyldt med et enormt selvhad, en enorm indre tomhedsfølelse og et selvbillede af at være forkert. I en alder af 38 år er jeg nu i gang med at transformere dette enorme selvhad til selvkærlighed."

Cafémøder i København

Så er datoerne for den kommende sæsons [cafémøder i København](#) blevet fastlagt:

- Tirsdag den 09.09.14
- Onsdag den 08.10.14
- Torsdag den 06.11.14
- Tirsdag den 09.12.14
- Onsdag den 07.01.15
- Torsdag den 05.02.15
- Tirsdag den 10.03.15
- Onsdag den 08.04.15



Møderne finder sted kl. 19-21
på: [Café Cadeau](#)
H. C. Ørstedsvej 28C
1879 Frederiksberg

Der bliver holdt et oplæg om et relevant emne i forhold til senfølgeproblematikken. Derefter er der tid til spørgsmål og debat. Emnerne bliver annonceret på hjemmesiden forud for møderne.

Vi sidder i et lokale for os selv bagest i caféen. Vi går i gang præcist kl. 19, så kom gerne i god tid.

Café Cadeau er en non-profit café med frivillig arbejdskraft. Vi har en samarbejdsaftale med caféen, der går ud på, at de stiller gratis lokale til rådighed for vores møder og til gengæld køber vi drikkevarer o.a. i caféen under møderne. Priserne er meget rimelige.

Ny Facebookgruppe

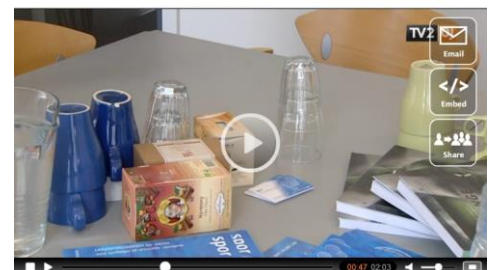
'Tabuet 2' er en lukket gruppe på Facebook for voksne med senfølger af opvæksten i en dysfunktionel familie.

[Klik her](#) hvis du vil læse mere eller anmode om medlemskab.

Opstart af Midtjysk Spor i TV

I forbindelse med opstarten af *Spor* midtjyske lokalafdeling kom der dette indslag i TV2 Østjylland. Udpluk fra indslaget blev senere bragt i 'Danmark rundt' og vist i alle TV 2-regionerne.

Hjælper ofre for overgreb





Folkemødet på Bornholm

Spør deltog for 2. gang i år i Folkemødet på Bornholm.

Deltagelse i en event med Manu Sareen førte til en invitation til at komme ind og tale med ham om de manglende behandlingsmuligheder for voksne med senfølger.

Vi talte i Speakers Corner og det blev rigtigt godt modtaget. Vi blev efterfølgende kontaktet af både en folketingspolitiker og en kommunalpolitiker. Vore speak blev filmet og optagelsen vil blive lagt på Youtube, når den er færdigredigeret.

Sikkert grundet det gode vejr, var der en meget lille deltagelse til vores [event](#) lørdag aften, men blandt de fremmødte var bl.a. en projektmedarbejder i en kommune samt en ansat i psykiatrien. Projektmedarbejderen vil forsøge at lave en temadag om senfølger for flere afdelinger i kommunen.

Vi fik delt materiale ud og talte med en masse mennesker, så flere bliver opmærksomme på, at senfølger af seksuelle overgreb findes og at der er stærkt brug for en indsats på området.

Alt i alt er vores konklusion, at det er vigtigt, at vi deltager i Folkemødet. Dels bliver kendskabet til foreningen større og dels bliver der sået en del frø - personlige såvel som politiske.

Udvalgte fotografier fra Folkemødet kan ses [her](#).



Spør foldere

Det er vigtigt, at vi får spredt kendskabet til foreningen ud over hele landet. Hvis du vil have tilsendt vores foldere til at uddele hos din læge, tandlæge, på dit lokale bibliotek, jobcenter eller andre steder, så send os en mail.

HUSK...

at meddele os, hvis du skifter mail-adresse, så du kan blive ved med at få tilsendt vores nyhedsbreve o.a.

Nyheder

Der bliver jævnligt lagt nyheder ind på [Spørs Facebookside](#). Det kan f.eks. være relevante foredrag, artikler, bog-udgivelser m.v.

Hvis du har noget, du gerne vil have med i nyhedsbrevet, er du meget velkommen til at sende os en [mail](#).

De bedste hilsner

**Spør – Landsforeningen
for voksne med senfølger
af seksuelle overgreb**

www.landsforeningen-spor.dk
www.synlighedsdagen.dk
[Spør på Facebook](#)

kontakt@landsforeningen-spor.dk