

## Mød Spors aktive medlemmer i interviewstafetten

### På sporet af... Lene

#### Hvilken betydning har Spor for dig?

I mødet med ligesindede i Spor føler jeg mig ikke længere så alene i verdenen med de problemstillinger, jeg som senfølgeramt har. Det er rart at kunne snakke åbent om sine senfølger og høre, hvordan andre takler det i hverdagen.

Jeg føler mig mindre forkert, når jeg mødes med andre i Spor. Selvfølgelig kan det også være svært at mødes med andre senfølgeramte, trods man møder større forståelse her end andre steder i samfundet.

Jeg sætter også stor pris på, at jeg til fælles arrangementer kan mødes med andre, som kæmper for samme sag.

#### Har du gang i nogle spændende projekter i Spor?

Jeg skulle have været med på Folkemødet på Bornholm, men det

blev desværre aflyst pga. covid-19.

Grunden til, at jeg den seneste tid ikke har deltaget i nogle projekter i Spor, er fordi jeg for et år siden blev opereret i ryggen og samtidig har arbejdet med min selvudvikling.

#### Har du nogen drømme eller visioner for Spor?

Jeg ønsker at Landsforeningen Spor bliver en stor forening, så den kan få sat sit aftryk i hele Danmark. At det ude i samfundet bliver okay at tale om det, Spor står for, så vi kan bidrage med vores viden om senfølger.

At foreningen kan få et samarbejde med kommuner og skoler, så oplægsholdere fra Spor kan komme ud og holde foredrag og oplæg - og derved videregive vores viden om seksuelle overgreb og senfølgerne deraf.

Også psykiatrien trænger til et løft, når det

kommer til viden om senfølger. I stedet for at symptombehandle skal de klædes på til at kunne tage hånd om sagens kerne; nemlig traumat og de senfølger som kan medfølge.

Derudover tænker jeg, at det kunne være godt at oprette en fokusgruppe, så de der vælger at stå offentligt frem med deres historie, kan blive klædt på til det. En gruppe som bl.a. kan forberede dem på de eventuelle konsekvenser, som det kan have. Spor har allerede gjort sig nogle tanker om det, som kan læses i artiklen [Om at stå offentligt frem](#).

Jeg drømmer også om, at vi kan få en lokalafdeling i Vejle by, hvor jeg aktivt kan bidrage.

Sidst men ikke mindst, så drømmer jeg om, at Spor kan få sit eget telt på Folkemødet Bornholm.



### 5 Hurtige

- **Navn:**  
Lene Ladegaard
- **Alder:** 43 år
- **By:** Vejle
- **Medlem af Spor:**  
5-6 år
- **Største styrke:**  
Som foredragsholder for Spor formidler jeg viden om senfølger og seksuelle overgreb. Dette gør jeg for at være med til at nedbryde tabu og skam.  
Jeg vægter selvudvikling højt og er bevidst om, at jeg selv skal gå vejen. Jeg ser mig selv som en stærk person, som har op og nedture - med de senfølger som jeg nu engang lever med.