
FOREDRAG OM

VOLD OG OVERGREP

Med Silje Gudahl og Kjersti Olstad

“Om lag 1 av 5 jenter og 1 av 14 gutter har opplevd seksuelle overgrep før fylte 18 år, enten fra voksne eller jevnaldrende...”

“... Hos omtrent halvparten av de som utsettes for alvorlige seksuelle overgrep, skjer dette før de er 18 år ... men en vesentlig andel av overgrepene forekommer før 13 års alder ... Erfaringer med seksuelle overgrep før fylte 13 år gir økt risiko for å rapportere om både milde og grove seksuelle overgrep etter 13 år ...»

Vold og seksuelle overgrep – FHI

Vi holder foredrag om vold og overgrep basert på egne erfaringer og faglig kunnskap. Dette er et viktig tema som bør snakkes om uansett alder, og spesielt viktig for de yngre.

Kunnskap er forebyggende.

HVEM ER VI?



Silje

Utdannet mentaltrener, coach, personlig trener og kostholdsveileder.

Forfatter av barneboken «Hemmeligheten» som er basert på egen oppvekst og omhandler seksuelle overgrep og det å vokse opp i et utrygt hjem.

Foredragsholder om temaet psykisk og fysisk vold og overgrep, og fysisk og psykisk helse.



Kjersti

Er traumeterapeut og utdannet spesialist i klinisk pedagogikk, med master i psykisk helse og

doktorgrad i religionspsykologi.

Har bakgrunn fra arbeid i barnehage, skoler, rusinstitusjon og lang erfaring som behandler for barn

og unge i behandling i barne- og ungdomspsykiatrisk poliklinikk.

Primærområdene er barn og unge utsatt for vold og overgrep i nære relasjoner og barn som

pårørende i familier med psykisk helse- og/eller rusutfordringer.

HVA KAN VI TILBY?

Silje

Deler egne erfaringer fra vold og overgrep i oppveksten, og erfaring fra psykisk voldelig forhold og voldtekt i voksen alder.

Deler egne tanker og følelser på godt og vondt som mange kan kjenne seg igjen i, enten på grunn av egne erfaringer eller fordi de kjenner noen som har opplevd det samme.

Gir råd og veiledning i hvordan håndtere, bearbeide og komme seg videre. I tillegg gis det råd til hva pårørende kan gjøre for å bistå i en situasjon som føles uhåndterlig.

Kjersti

Kan bidra med kunnskap om og en bredere forståelse av traumer (utviklingstraumer/relasjonstraumer) og hvordan dette påvirker barn og unges psykiske og fysiske helse, den generelle livskvaliteten, hva som kan bidra til å dempe smertetrykket og sette lys på andre utfordringer i livet som ofte følger med.

Vi håper det kan være interessant med et foredrag med oss. Vi kan komme til dere! Vi er også veldig interessert i å være en del av konfirmasjonsundervisningen. Vi holder til i Brumunddal-området og er tilgjengelig ettermiddag/kveld/helg.

Prisen diskuteres ut i fra oppdraget.

TA KONTAKT MED OSS FOR MER INFORMASJON:

SILJE GUDAHLE

Forfatter og foredragsholder

Personlig trener, kostholdsveileder, coach og mentaltrener

Mobil: 95730537

siljegudahl92@gmail.com

KJERSTI OLSTAD

Traumeterapeut/Spesialist i klinisk pedagogikk / PhD

40600303

post@kjerstiolstad.no