



# ”Bevar Håbet”

Foredrag i Herning  
ved psykoterapeut og forfatter Kirsten Kallesøe

Mandag d. 25.10.10 kl. 19 - 21.30  
på Skiftesporet

## Pris:

Gratis

## Arrangementet er Åbent for alle interesserede

## Sted:

Skiftesporet, TH. Niensens Gade  
25, 7400 Herning

## Arrangeret i samarbejde med Recovery Center Herning

Om 20 år med anoreksi, bulimi, selvskadende adfærd og andre diagnoser, men egentlig er det måske ikke så vigtigt! Langt vigtigere tænker jeg, er det at snakke om vejen ud af et langt liv med sygdom. Hvad gjorde godt og hvordan vendte det? hvad var forskellen når det gik skidt og når det gik godt?

Jeg høre ofte ordene ”jeg forstår det simpelthen ikke” kan man ikke bare spise, tage sig samme, holde op med at skade sit selv”? Og svaret er ikke så enkelt.

Jeg vil fortælle om mine 20 år, om smerten, angsten, magtkampene, men også om sejre, glæder og oplevelser der netop gjorde forskellen, at jeg følte mig som menneske som Kirsten og ikke som tidligere som ”tilfældet”

Hvordan får man øje på håbet, hvordan bevarer man håbet, hvordan kan man blive ved selv efter mange år?

Der er mange, der spørger ”kan man komme helt ud af en spiseforstyrrelse”?

Kom og hør mit bud på et svar til foredraget d. 25. oktober

**KIRSTEN KALLESØE:** Uddannet massage- og psykoterapeut, coach. Har egen virksomhed og arbejder som konsulent og rådgiver i PS LANDSFORENING. Mine nøgle ord er: Accept, det hele menneske, det er mod og det er **håb - at have håb giver mulighed for forandring og udvikling.** Læs mere om bogen på [www.ligeomlidt.dk](http://www.ligeomlidt.dk)

