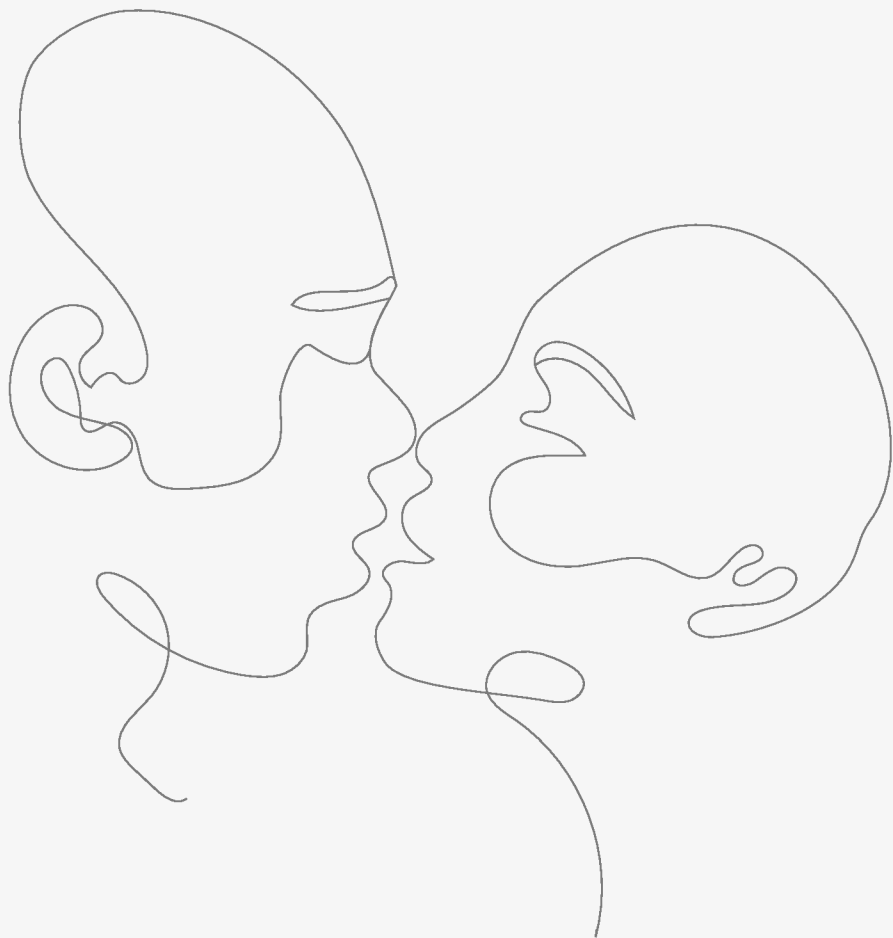




Scan QR koden for at læse mere
om workshoppen



(Gen)find intimiteten

Invitation til workshop



Din vej til en hverdag med
nærvær og intimitet trods smerte
og sygdom

Om workshoppen

Samtaler om sygdom, smerte og intimitet kan være svære at indlede. Manglende ord, åbenhed eller tid kan gøre det udfordrende, selvom berøring og nærhed har stor betydning for både trivsel og lindring af smerte. Emnet er desværre ofte tabubelagt, hvilket gør det vanskeligt at finde et sted at starte.

Hos FAKS tilbyder vi en tryk og nærværende workshop til dig, der ønsker at (gen)finde nærhed, intimitet og seksualitet på trods af sygdom. Her får du støtte til at åbne dialogen og mulighed for at udforske, hvordan nærhed og intimitet kan forbedre livskvaliteten i din hverdag.

Workshoppen giver dig viden og praktiske redskaber til at styrke intimiteten i dit liv – uanset om du deltager alene eller sammen med en partner.

Workshoppen er for dig, som:

- Oplever, at sygdom og/eller smerter fylder for meget i dit parforhold eller anden intim relation.
- Føler, at sygdom og/eller smerter forhindrer dig i at skabe nye intime relationer.
- Er partner til en sygdomsramt og gerne vil have mere viden og redskaber til at genfinde nærheden og intimiteten i hverdagen.

Workshoppen tilbyder:

- Viden og indsigt i, hvorfor det kan være et svært emne at tale om, samt fordelene ved at kunne tale åbent om intimitet, sex og sygdom.
- Redskaber til at håndtere de svære samtaler om nærhed og intimitet.
- Større selvsikkerhed i at tale om nærhed, intimitet, sex og sygdom.

Workshoppen udbydes af FAKS

FAKS – Foreningen af Kroniske Smerteramte og Pårørende er en dansk, frivillig patientforening stiftet i 1995. Vores primære formål er at tilbyde kronikere og smerteramte viden og redskaber, der støtter både singler og par i at mestre den svære hverdag med sygdom og smerter. Alle er velkomne, uanset diagnose, smertesituation eller livsvilkår. FAKS tilbyder også gratis og anonym rådgivning til smerteramte, pårørende og sundhedsfagligt personale via SmerteLinjen.

Praktisk information

Workshops afholdes lokalt i forskellige byer i Danmark. Workshoppen varer ca. 2½ time inkl. pauser. Vores facilitatorer har alle en sundhedsfaglig baggrund og har gennemført en facilitatoruddannelse.

Er du i tvivl om, workshoppen er for dig? Kontakt din læge, sygeplejerske eller send en e-mail til FAKS på: intimitet@faks.dk.



Vil du læse mere?

Du kan finde mere information på faks.dk/genfind-intimiteten. Her kan du også læse personlige historier fra mennesker, der har oplevet lignende situationer, og få inspiration til, hvordan andre har fundet vejen til mere nærhed og intimitet.