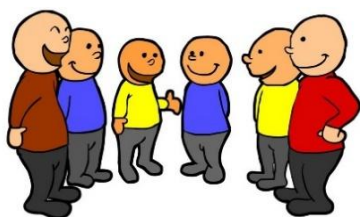


# VELKOMMEN TIL VÅRENS LØRDAGSTREFF - 2026

FOR MENN MED OVERGREPSERFARING



**Treffene finner sted lørdag 21. mars og 13. juni kl.10.00.-14.00,  
i Vake sine lokaler på Lovisenberg/Oslo.**

**Lørdag 21. mars. Tema:** Fysisk nærhet – følelsesmessig intimitet. Hvordan lever jeg det? Hvordan forholder jeg meg til fysisk nærhet og følelsesmessig intimitet?

**Lørdag 13. juni. Tema:** Hvordan takler du din egen overgrepshistorie? Hvordan står du i din egen prosess? Er du underveis, eller har du stoppet opp?

Dagen starter med et innlegg om et tema knyttet til overgrep over en kaffekopp. Deretter åpner vi for samtale i plenum. Vi avrunder med god mat og sosialt fellesskap. Lørdagstreffet koster kr. 200,- pr. pers, og betales på stedet via Vipps.

**NB! Tirsdag 12. mai. Vandretur langs kyststien på Nesodden.** Kl.11.-15. Vi vandrer langs kyststien ved Bunnefjorden, og ender opp på Hellviktangen, hvor vi griller og det er mulig å ta et bad. Praktisk informasjon om ferge, hva ha med, oppmøtested, osv. sendes pr. e-post ca. 2 uker før turen.

Arrangør: Vake – kirkelig ressurscenter mot seksuelle overgrep.  
For hvem: Deg som har opplevd åndelig eller seksuelt overgrep, grenseoverskridelser.

Påmelding sendes [ole.martin.holte@ressurscenteret.no](mailto:ole.martin.holte@ressurscenteret.no) eller mobil 97953843, allerede nå, eller senest en uke før treffet. Oppmøteadresse for lørdagstreff: Lovisenberggata 15C, et gammelt hvitt trehus mellom bjørketrærne!

**Veien blir til mens vi går...**