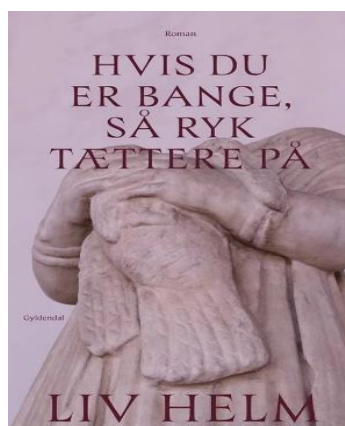


TEMA-AFTEN PÅ CSM Øst

Hvis du er bange, så ryk tættere på
Foredrag med Liv Helm



Den 12. november kl. 17.00-19.00
CSM Øst, Kasernevej 8, Holbæk

Den anerkendte og anmelderroste forfatter og teaterinstruktør Liv Helm udgiver den 25. september sin nye bog *Hvis du er bange, så ryk tættere på*. Bogen handler om, hvor angstprovokerende det kan være at genbesøge en barndom og at lære sig selv at kende på ny, for at blive i stand til at give lysten frem for frygten videre til sine børn. Om hvor skræmmende livet kan være med alle sine eventyrlige prøvelser. Og hvor kraftfuldt frigørende det kan være at bevæge sig helt tæt på, ind i familiens mørke, og finde sin egen vej ud.

Vi er utroligt glade for, at Liv Helm vil fortælle om sin bog, der tager tråden op fra debuten *Med hjertet i hånden*, der ærligt og modigt beskriver en opvækst med overgreb.

Max 10 deltagere. Du kan også deltage online hjemmefra via Teams-link.

Dato	Onsdag den 12. november
Tid	Kl. 17.00-19.00
Sted	CSM Øst, Kasernevej 8, 4300 Holbæk

Tilmelding senest d. 1. november til: aktiviteter@csm-ost.dk

Ved tilmelding oplyses om du ønsker deltagelse fysisk eller on-line