

IT'S OKAY NOT TO BE OKAY

ES IST OKAY, NICHT OKAY ZU SEIN!

ALLE HABEN EIN PÄCKCHEN ZU TRAGEN – ABER DU MUSST ES NICHT ALLEIN TRAGEN.



Welcher Bereich betrifft dich?	Hier kannst du Hilfe finden:
Allgemeine Problemlagen (auch schulbezogen!)	Schulpsychologischer Dienst Frau Bierkandt und Frau Panazzo 04621 952 148 schleswig-flensburg@schulpsyd.landsh.de Plessenstr. 11, 24837 Schleswig Nummer gegen Kummer nummergegenkummer.de Telefon: 116 111 Mo – Sa 14.00 - 20.00 Uhr Krisenchat https://www.krisenchat.de/ 24/7 per Chatfunktion zu erreichen
Gewalt zu Hause	Löwenherz www.profamilia.de/flensburg-loewenherz Loewenherz.flensburg@profamilia.de 0461 – 90 92 644 oder 0174 – 28 44 624 Marienstraße 29-31, Eingang Lilienstraße 24937 Flensburg
Krisen in Familie und Nachbarschaft oder bei anderen Betroffenen	Psychosozialer Krisendienst 04621 988404 montags bis freitags von 19.00 bis 7.00 Uhr Freitag 19.00 Uhr bis Montag 7.00 Uhr durchgängig
sexualisierte Gewalt Essstörungen (auch für Jungs/Männer!)	Frauzentrum Schleswig www.frauzentrum-schleswig.de info@frauzentrum-schleswig.de 04621 – 25544 Capitolplatz 4, 24837 Schleswig
sexualisierte Gewalt an Kinder und Jugendlichen	Anlaufstelle gegen sexualisierte Gewalt an Kindern und Jugendlichen anlaufstelle@kinderschutzbund-sl-fl.de 0174 – 250 4 880 Capitolplatz 4, 24837 Schleswig
Familienberatung Schwangerschaftsberatung Beratung in allen Lebenskrisen	Diakonisches Werk Schleswig-Flensburg https://www.kirchenkreis-schleswig-flensburg.de/diakonisches-werk/angebote-in-schleswig.html 04621 3811-22 erziehungs-lebensberatung-sl@diakonie-slfl.de Norderdomstr. 6, 24937 Schleswig
akute Selbstmordgedanken	Psychologische Notfallambulanz Helios Klinikum Kiel 04621 83-1606 oder 04621 83-0 Friedrich-Ebert-Straße 5a, 24837 Schleswig
Suchtkrankheiten (Medien, Alkohol, Drogen, ...)	Suchthilfezentrum Schleswig https://www.diako-nf.de/unsere-angebote/suchthilfezentrum-schleswig 04621 4861 -0 info.sl@diako.de

