



Wie, wann und wo erreichst du uns?

Brücke Flensburg gGmbH
Präventionsprojekt
Seelische Gesundheit
Waitzstraße 3
24937 Flensburg

Kontakt: Bente Klages und Fenja Mink

praevention@bruecke-flensburg.de
0461 | 43010115

Feste telefonische Sprechzeiten:
dienstags, 14-15 Uhr und
freitags, 9-10 Uhr

Wir unterstützen bei
psychischen Belastungen
und Erkrankungen.



Offenes Ohr

Beratung für junge Erwachsene
mit psychischen Belastungen



An wen richtet sich unser Beratungsangebot?

An junge Erwachsene im Alter zwischen 18 und 30 Jahren, die sich gestresst und/oder psychisch belastet fühlen.

Mit welchen Themen und Fragen kannst du zu uns in die Beratung kommen?

„Ich stehe gerade vor einer größeren Veränderung in meinem Leben und bin auf der Suche nach Orientierung.“

„Ich bin von einer psychischen Erkrankung betroffen und wünsche mir Unterstützung im Umgang mit dieser.“

„Es gibt etwas, das mich gerade stresst und ich wünsche mir eine neutrale Person, mit der ich darüber sprechen kann.“

„Ich mache mir Sorgen, dass eine mir nahestehende Person psychisch erkrankt ist.“

„Ich habe ein Problem, aber weiß nicht, wer hier in Flensburg die richtige Ansprechperson für mich ist.“

„Ich frage mich, ob ich psychisch erkrankt bin und wünsche mir eine Einschätzung dazu.“

Wie funktioniert unser Beratungsangebot?

Du meldest dich per Mail oder telefonisch bei uns. Wir versuchen, dir möglichst kurzfristig einen Termin für ein Erstgespräch anzubieten. Bei diesem besprechen wir dein Anliegen und deinen Unterstützungsbedarf.

Anschließend begleiten wir dich gern für eine begrenzte Zeit in weiteren Gesprächen. Sollte dein Anliegen dann noch nicht geklärt sein, schauen wir gemeinsam, welches Angebot hier in Flensburg zu deinem Thema passt.

Du kannst unser Angebot auch nutzen, um Wartezeiten auf andere Hilfen zu überbrücken. Wir stehen als Beratungsteam unter Schweigepflicht. Die Beratung ist kostenlos und kann auf Wunsch auch anonym erfolgen.

Du kannst dir aussuchen, ob die Beratung persönlich, telefonisch oder über Video stattfinden soll.

Gern haben wir ein offenes Ohr für dich.

