

Beratungswegweiser bei psychosozialen Fragen und persönlichen Krisen

Wir möchten Sie an dieser Stelle auf die folgenden Beratungsangebote auf dem Campus Flensburg, in der Region und Online aufmerksam machen:

Interne Beratungsstellen

- [Zentrale Studienberatung](#)
Marc Laatzke Tel. 0461/ 805 - 1747 und Michaela Arnold Tel. 0461/ 805 - 1215,
E-Mail: studienberatung@hs-flensburg.de
- [Gleichstellungsbüro](#)
Jolyn Muijsers, Tel. 0461/ 805 - 1383,
E-Mail: jolyn.muijsers@hs-flensburg.de
- [Diversitätsbeauftragte](#)
Maria Marcellina Körner, Tel. 0461/805-1703 o. 1344
E-Mail: diversitaetsbeauftragte@hs-flensburg.de
- [Beratung Studienerfolg und Berufseinstieg internationaler Studierender](#)
Antje Fey-Jensen, Tel. 0461/ 805-1211
E-Mail: antje.fey-jensen@hs-flensburg.de
- [Psychologische Beratung des Studentenwerkes](#)
Diana Treiber und Laurin Schaefgen, Tel. 0461/ 48070-608
E-Mail: psychologen.fl@studentenwerk.sh
- [Beratung Studentisches Leben](#)
Janne Wolter, Tel. 0461/ 48070-605,
E-Mail: beratung.fl@studentenwerk.sh
- [International Office](#)
Ute Sachau, Tel. 0461/ 805 - 1313,
E-Mail: mailto:ute.sachau@hs-flensburg.de
- [Evangelische Studierendengemeinde](#)
Katja Pettenpaul, Tel. 0160/93550075,
E-Mail: k.pettenpaul@esg-flensburg.de
- [Katholische Studierendengemeinde Hochschuleseelsorge](#)
Jonas Borgwardt, Tel. 0163/ 2487752,
E-Mail: mailto:jonas.borgwardt@erzbistum-hamburg.de

Externe Beratungsstellen

Hilfe und Beratung bei persönlichen Krisen und seelischen Notlagen:

- [Krisendienst Schleswig – Flensburg](#)
Tel. 04621/ 988404, E-Mail: gesundheitsamt@schleswig-flensburg.de
- [Sozialpsychiatrischer Dienst Flensburg](#) – Gesundheitshaus
Tel. 0461/ 852229; 852600, E-Mail: sozialpsychiatrischerdienst@flensburg.de
- [Brücke e.V. Flensburg](#)
Tel.: 0461/430101-20, E-Mail:
info@bruecke-flensburg.de
- [Lichtblick e.V](#) – Hilfe bei akuten Krisen und Selbsttötungsgefahr
Sören Hauke, Tel. 0461/ 14684076,
E-Mail: info@lichtblick-flensburg.de
- [Anlauf- und Beratungsstelle JUGEND STÄRKEN](#) – BEQUA
Tel. 0461/ 1503-380, -224, -228
- KVSH über die bundesweite Nummer 116117:
Facharzttermin und Psychotherapietermin innerhalb vier Wochen, musst Dir zuvor aber noch eine Überweisung vom Hausarzt geben lassen

Bei akuten Krisen kann man sich jederzeit auch an den Hausarzt oder eine Notaufnahme/Anlaufpraxis wenden!

Beratungszentren

- [Haus der Familie](#)
Tel. 0461/ 50 32 60, E-Mail: info@hausderfamilie-flensburg.de
- [Diakonisches Werk des Kirchenkreises Schleswig-Flensburg](#)
Tel. 0461/ 48083, E-Mail: info@diakonie-slfl.de
- [Diakonisches SuchtHilfeZentrum Flensburg](#)
Tel. 0461/ 141940, E-Mail: <https://www.suchthilfe-fl.de/de/kontakt/facility/98/>
- [Donum vitae](#) – Schwangerenberatung, Sexualität, Familienplanung
Tel. 0461/ 21944, E-Mail: flensburg@donumvitae.org

Hilfe und Beratung bei häuslicher, sexualisierter Gewalt, Trauma und Kriminalität

- [Wagemut](#) – Beratung zu sexualisierter Gewalt
Tel. 0461/ 9092630, E-Mail: Flensburg-wagemut@profamilla.de
- [Löwenherz](#) – Beratung bei Gewalt in der Familie
Tel. 0461/ 90 92 644, E-Mail: loewenherz.flensburg@profamilla.de
- [Männerberatung](#) – Beratung bei sexueller und häuslicher Gewalt
Tel. 0461/ 90 92 642, E-Mail: maennerberatung.flensburg@profamilla.de
- [Wilma](#) und [Frauenhaus](#) – Beratung für Frauen bei häuslicher Gewalt, Stalking
Tel. 0461/ 90 90 82 20, E-Mail: wilma@fin-flensburg.de; Tel. 0461/ 4 6363
- [Frauennotruf](#) – Beratung bei sexualisierter Gewalt
Tel. 0461/ 90 90 82 00, E-Mail: frauennotruf@fin-flensburg.de
- [Frauenmantel](#) – Beratung für psychisch kranke und (schwerst-)traumatisierte Frauen
Tel. 0461/ 1 82 77 42, E-Mail: info@frauenmantel-flensburg.de
- [Weißer Ring](#) – Beratung und Unterstützung für Kriminalitätsoffer
Helga Münchow, Tel. 0151/14197222
E-Mail: flensburg@mail.weisser-ring.de

Psychosoziale Gruppen- und Begegnungsangebote für junge Leute in Flensburg

- [KIBIS](#) – Selbsthilfegruppen zu verschiedenen Themen, z.B. für junge Menschen zw. 18-35 Jahren in belastetsten Situationen uvm.
Tel. 0461/ 8639518, E-Mail: kibis@dein-ads.de
- [Brücke](#), Gruppenangebote: Bente Klages und Fenja Mink, Tel. 0461/ 340101-15,
E-Mail: praevention@bruecke-flensburg.de

Bundesweite Telefon- und Online Beratungsangebote

- [Krisentelefon, Telefonseelsorge](#)
Tel. 0800/ 111 0 111 o. 111 0 222
Chat: online.telefonseelsorge.de
- [Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen](#)
Tel. 116 016 (24/7 in 17 Sprachen)
- www.schreiben-als-bruecke.de/ – Kinder- und Jugend Hospizdienst
Sandra Püschel, Tel. 0461/ 50323-81
E-Mail: Sandra.pueschel@katharinen-hospiz.de
- [iFightDepression Tool](#) – Internetbasiertes und begleitetes Selbstmanagement-Programm
- [Online-Beratung für Jugendliche](#) – Online-Beratung bei Sorgen, Problemen oder

Fragen

Beratungs- und Begegnungsangebote rund um das Thema LGBTIQ+

- <https://echte-vielfalt.de/lgbtiq-netzwerk/trans-inter-gruppe-fl/> Trans* und Inter* Gruppe Flensburg
Anne Mette-Gerdsen, Tel. 04636/ 97 95 50
E-Mail: info@transsexuellen-selbsthilfe-flensburg.de
- [FLENSBUNT](#) – Beratungs- und Begegnungszentrum
Tel. 0461 / 16 00 100
E-Mail: info@flensbunt.de

Beratungsangebote für Geflüchtete, Migration

- [Migrationsfachdienst](#) Flensburg – Sozialberatung, Aufenthalt und Bleiberecht, Sprache, Arbeit, Wohnen
Tel. 0461/ 4 80 83 031 oder 4 80 83 17 oder 4 80 83 29
- [Psychologische Beratung für Migrant*innen](#) und Vermittlung von Hilfsangeboten für psychisch belastete Migranti*innen
Tel. 0461/ 85 4643 E-Mail: pbs@flensburg.de
- [Flüchtlingshilfe Flensburg e.V.](#)
Tel. 0461/ 40797382, E-Mail: info@fluechtlingshilfe-flensburg.de
- [Integrationscenter der AWO](#) – Migrationsberatung, Integration für Jugendliche und Erwachsene
Stefanie Salpeter, Tel. 0431/ 75033801
stefanie.salpeter@awo-sh.de

Weiterführende Informationen/ Broschüren

- Broschüre zu [„Wege zur Psychotherapie“](#)
- Überblick und eine [Mitgliederliste](#) von Psychotherapeut*innen aus Flensburg und Umgebung
- [Wegweiser für Frauen, Männer, LSB INT, Gleichstellungsbüro Flensburg](#)