

## Wer ist Lichtblick Flensburg e. V.?

Lichtblick Flensburg e.V. wurde im November 2000 in Flensburg gegründet. Der Verein hat den Anspruch, Menschen in akuten Lebenskrisen eine sofortige, persönliche und diskrete Hilfe anzubieten.

Mit seinen umfassenden suizidpräventiven Angeboten möchte Lichtblick Flensburg in der bestehenden psychosozialen Landschaft sein spezielles Angebot als eine sinnvolle Ergänzung zur Verfügung stellen.

Zielsetzung des Vereins ist es auch, das Thema Suizid aus der Tabuzone in die Öffentlichkeit zu bewegen und somit Betroffene und „Helfende“ mit einem hochwertigen und wirksamen Präventionsangebot anzusprechen.

Der Verein Lichtblick Flensburg e.V. ist gemeinnützig und weltanschaulich ungebunden. Er arbeitet mit den psychosozialen Einrichtungen in Flensburg und Umgebung zusammen.

Der Verein ist angewiesen auf ein umfassendes Netzwerk von ehrenamtlich Engagierten und freut sich auf Zuwachs und finanzielle Unterstützung.

*Unsere Spendenkontonummer:*

Nord-Ostsee Sparkasse (Nospa)  
Konto: 17 040 906  
BLZ 217 500 00

## Kooperation und Unterstützung :

FLensburg

**Aktion**  
MENSCH

DIAKO 

## Kontakt

Lichtblick Flensburg e. V.  
Schloßstraße 4  
24939 Flensburg  
Tel. 0461.146 840 76

Der Anrufbeantworter wird  
regelmäßig abgehört und wir rufen  
innerhalb von 24 Stunden zurück!  
[info@lichtblick-flensburg.de](mailto:info@lichtblick-flensburg.de)  
[www.lichtblick-flensburg.de](http://www.lichtblick-flensburg.de)

## Unsere Sprechzeiten:

Dienstag 10-13.00 Uhr  
Donnerstag 14 -17.00 Uhr



**LICHTBLICK** Flensburg e. V.  
Hilfe bei Selbsttötungsgefahr und Lebenskrisen

*„Was Du suchst ist  
nicht auf den Gipfeln der Berge  
nicht in den Tiefen der Meere  
nicht in den Straßen der Städte  
Es ist in Deinem Herzen.“*



## **LICHTBLICK** Flensburg e. V.

Hilfe bei Selbsttötungsgefahr und Lebenskrisen

### **Menschen in akuten Lebenskrisen**

Wenn die Seele weh tut, drehen sich die Gedanken oft im Kreis.

Sie sind in Not und möchten etwas ändern aber fühlen sich wie gelähmt und sehen keinen Ausweg?

Sie haben keinen Zugang zu Ihrer Familie, Nachbarn, Freunden/innen oder Kollegen/innen?

Wir möchten Ihnen in diesem Moment Hilfe anbieten und Sie darin unterstützen, Antworten auf Ihre Fragen zu finden.

Sprechen Sie mit uns und teilen Sie uns mit, was Sie bedrückt. Dazu können Sie entweder anrufen und falls wir nicht erreichbar sind, Ihre Rufnummer hinterlassen.

Wir rufen Sie dann innerhalb von 24 Stunden zurück. Oder Sie kommen einfach direkt in unsere Sprechstunde.

Nachts und am Wochenende können Sie sich auch an den psychosozialen Krisendienst unter 04621 – 988404 wenden.

Erfahrene Mitarbeiter/innen sind für Sie da.

Wenn Ihnen momentan nicht zum Reden zumute ist, können Sie uns auch gern eine E-Mail unter [info@lichtblick-flensburg.de](mailto:info@lichtblick-flensburg.de) senden.

## Hilfen und Angebote von Lichtblick Flensburg e.V.

### **Krisenbegleitung**

Die Krisenbegleitung wird von dem Projekt „Life“ gestützt und über die Aktion Mensch gefördert. Genaueres hierzu finden Sie auf unserer Homepage und in einem eigenen Flyer.

### **Angehörige von Menschen in Lebenskrisen**

Sie sind Angehörige/r von einem Menschen in einer Lebenskrise im privaten oder beruflichen Umfeld und sind ratlos, wie Sie diese Person unterstützen können?

Wir bieten Ihnen gerne eine persönliche Beratung an.

### **Trauerbegleitung**

Sie haben einen lieben Menschen in Ihrer Umgebung verloren und sind verzweifelt und ratlos?

Wir möchten Sie gern zu einem Gespräch einladen und auf die Unterstützungsangebote für Trauernde in Flensburg aufmerksam machen.

Manchmal kann ein Austausch mit Menschen in ähnlichen Situationen hilfreich sein.

### **Suizidprävention in Institutionen Schulen, Kirche, Arbeitgeber, Hochschulen**

Der Verein hat das Anliegen, mit präventiven Hilfen vorzubeugen:

#### **Alex-Modell - ein Projekt für Schulen und Kirchen**

Das Alex-Modell ist ein Präventionsangebot für Schulklassen und Konfirmandenunterricht zur Suizidprävention ab der 8. Klasse.

Das Konzept geht davon aus, dass Suizidprävention vor allem dort wirkt, wo Menschen miteinander in Kontakt sind. Hierzu gibt es einen ausführlichen Alex-Projekt-Flyer.

#### **Präventionsangebote für Arbeitgeber und Bildungstätten**

Wir möchten Ausbildungsstätten, Schulen, Hochschulen sowie auch Arbeitgeber für das Thema Suizidprävention sensibilisieren.

Konkrete Informations- und Beratungsangebote für Personalverantwortliche sollen unterstützen, Not leidende Menschen in ihrem Umfeld erkennen und hilfreich reagieren zu können.