

**einfühlsam
vertraulich
professionell**

Wir informieren und beraten Sie

Frauen und Männern jeden Alters, Einzelpersonen und Paaren, unabhängig von ihrer sexuellen Orientierung, und Menschen mit Behinderung, bieten wir umfassende Information und professionelle Beratung an. Unsere Unterstützung richtet sich nach Ihrem Bedarf. Sie können sich in akuten Krisen an uns wenden und eine einmalige oder längerfristige Beratung in Anspruch nehmen.

Zum Grundsatz der pro familia-Beratung gehört, respektvoll mit jedem Anliegen umzugehen. Die Gespräche werden von besonders qualifizierten Beraterinnen und Beratern durchgeführt. Sie sind an die Schweigepflicht gebunden.

Der Kostenbeitrag zur Mitfinanzierung der Beratung richtet sich nach der wirtschaftlichen Situation der Ratsuchenden. Wir legen einen Richtwert von zwei Prozent des Nettoeinkommens pro Beratungsstunde zugrunde.

Unsere Jugendprojekte sind nur mit Spenden möglich. Bitte unterstützen auch Sie diese Arbeit, z.B. mit einer Geldspende, altem Zahngold, Pfandbons oder - für Sie sogar kostenfrei - bei Ihrem Online-Einkauf mit Start auf www.shopplusplus.de

Mehr dazu auf www.profamilia-sh.de unter Spenden und Aktionen

Beratungsstellen in Schleswig-Holstein

22926 Ahrensburg, Große Str. 4
Tel. o 41 02 - 3 29 66, Fax 45 49 76

23843 Bad Oldesloe, Mühlenstr. 22
Tel. o 45 31 - 6 73 23, Fax 80 06 15

23795 Bad Segeberg, Schillerstr. 14 a
Tel. o 45 51 - 9 48 91, Fax 9 48 97

24937 Flensburg, Marienstr. 29-31
Tel. 04 61 - 90 92 640, Fax 90 92 649

21502 Geesthacht
Rudolf-Messerschmidt-Str. 8
Tel. o 41 52 - 7 29 24, Fax 88 61 18

25746 Heide, Hamburger Str. 89 a
Tel. 04 81 - 25 30, Fax 2 12 22 45

25813 Husum, Schlossgang 8
Tel. o 48 41 - 36 71, Fax 80 01 18

25524 Itzehoe, Berliner Platz 1
Tel. o 48 21 - 27 06, Fax 88 90 15

24103 Kiel, Bergstr. 5
Tel. 04 31 - 8 62 30, Fax 2 60 74 16

23552 Lübeck, Dr.-Julius-Leber-Str. 9
Tel. 04 51 - 62 33 09, Fax 3 96 88 62

24534 Neumünster, Goebenplatz 4
Tel. o 43 21 - 2 52 71 90, Fax 2 52 71 99

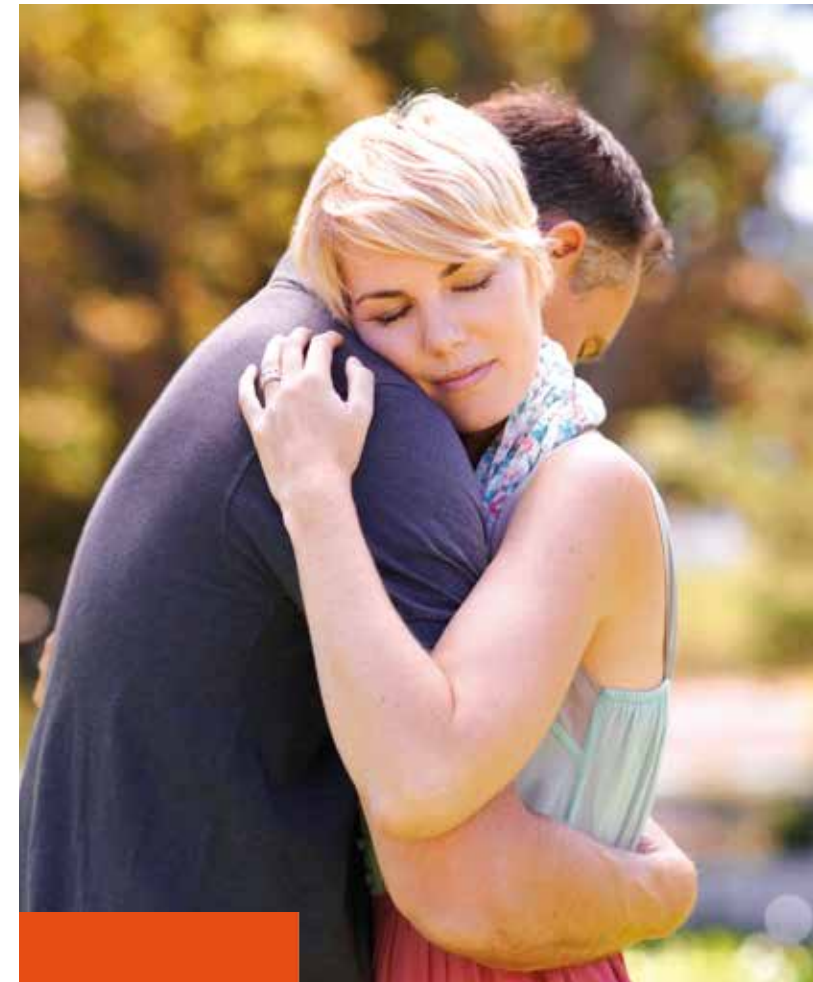
22850 Norderstedt, Kielortring 51
Tel. o 40 - 5 22 85 78, Fax 53 53 28 38

Per E-Mail erreichen Sie die Beratungsstellen unter dem jeweiligen Ortsnamen@profamilia.de (z.B. bad-segeberg@profamilia.de)

pro familia Landesverband Schleswig-Holstein e.V.
24937 Flensburg, Marienstr. 29-31
Tel. 04 61 - 90 92 620, Fax 04 61 - 90 92 649
lv.schleswig-holstein@profamilia.de www.profamilia-sh.de

Ihre Spende hilft in jeder Beziehung.
Konto: IBAN DE11 2175 0000 0017 0352 60 BIC NOLADE21NOS

mit uns können Sie reden **pro familia**
Schleswig-Holstein



Beratung für Frauen und Männer,
für Paare und Einzelpersonen

**Partnerschaft
und Sexualität**



Partnerschaft

Sie erleben Ihre Partnerschaft nicht mehr lebendig und lustvoll, sondern eher enttäuschend und festgefahren?

Konflikte entstehen oft durch grundlegende Veränderungen der Lebenssituation:

- Die Geburt eines Kindes stellt das Paar vor die Anforderung, Partnerschaft, Familie und Beruf miteinander zu vereinbaren.
- Der Auszug der erwachsenen Kinder kann eine Neuorientierung in der Partnerschaft erforderlich machen.
- Das Zusammenleben in einer Patchwork-Familie gestaltet sich konfliktreicher als erwartet.
- Eine Affäre, Arbeitslosigkeit, Krankheit, Tod können die Beziehung belasten.

Häufige Streitigkeiten, wechselseitige Schuldzuweisungen, psychische und körperliche Gewalt verschärfen das Problem. Sie führen zu Sprachlosigkeit, Misstrauen und Verzweiflung.

Wir helfen Ihnen, wieder miteinander ins Gespräch zu kommen, Verständnis für den anderen zu entwickeln und gemeinsam einen Weg aus der Krise zu finden.

Sexualität

Sie sind mit Ihrer Sexualität unzufrieden? Sie empfinden z.B. sexuelle Unlust, haben Erregungs- und Orgasmusstörungen oder vorzeitigen Samenerguss, leiden unter Unsicherheiten und Ängsten?

Schwierigkeiten dieser Art können ganz unterschiedliche Ursachen haben:

- Enttäuschung, Entfremdung und Sprachlosigkeit in der Beziehung
- Unausgesprochene Wünsche in Bezug auf die eigene oder die gemeinsame Sexualität
- Lustfeindliche Erziehung
- Veränderungsprozesse durch Geburt, Alter, Krankheit
- Beeinträchtigung der Intimität durch „virtuelle Sexualität“, z.B. über Internet, TV, Telefon, Handy
- Negative und verletzende Erfahrungen mit Sexualität bis hin zu sexueller Gewalt

Wir bieten Ihnen die Möglichkeit, offen und angstfrei über Ihre Probleme, Ihre Gefühle und Wünsche zu sprechen. Wir arbeiten mit Ihnen an einer Lösung.

Trennung und Scheidung

Sie denken über eine Trennung oder Scheidung nach? Sie suchen Rat und Hilfe, um emotionale Konflikte zu bewältigen und Fragen zum weiteren Vorgehen zu besprechen?

Trennung und Scheidung bedeuten für das Paar Ablösung und Abschied. Als Eltern bleiben beide weiterhin Eltern und möchten für ihre Kinder da sein.

Sie wünschen professionelle Unterstützung, um

- eine verantwortungsbewusste, einvernehmliche Regelung für den Umgang mit Ihren Kindern zu treffen
- über Unterhalt und Versorgung zu sprechen
- Entlastung zu finden und Kränkungen zu verarbeiten
- eigene Fähigkeiten zu aktivieren und neue Perspektiven im Hinblick auf ein Leben ohne den Partner beziehungsweise die Partnerin zu entwickeln.

Wir beraten und begleiten Sie. In einigen Beratungsstellen bieten wir zusätzlich Mediation an, ein außergerichtliches Verfahren der Konfliktregelung und Vermittlung.