

Det kan være svært

# at være ung!

Få hjælp i Åben Anonym Rådgivning

skilsmisse

misbrug

angst

ensom

trist

depression

dødsfald

# Åben Anonym Rådgivning

FREDERIKSBERG  
KOMMUNE



Du kan få hjælp i Fællesrådgivningens åbne anonyme rådgivning hvis du er ung mellem 15-25 år og har behov for at tale med en professionel.

Rådgivningen koster dig ikke noget.  
Du kan kontakte os på telefon

## 3821 3838

**Telefontid**

- tirsdag kl. 8-11
- onsdag kl. 13-16



Scan og se  
video!

Som ung kan du henvende dig, hvis du oplever, at du har det dårligt

- for eksempel er angst, usikker eller har lavt selvværd
- føler dig ensom og har svært ved at få venner
- har for mange konflikter med andre
- har svært ved at leve op til dine egne eller andres krav.