

# HILFE IN DER NOT

GUTES  
AUFWACHSEN  
MIT MEDIEN



## Hilfetelefon Sexueller Missbrauch: 0800 22 55 530

Anlaufstelle für Betroffene von sexueller Gewalt, für Angehörige sowie Personen aus dem sozialen Umfeld von Kindern.

## Nummer gegen Kummer - Kinder und Jugendtelefon: 116 111

Beratung für Kinder und Jugendliche bei Sorgen, Problemen und Kummer.

## Nummer gegen Kummer - Elterntelefon: 0800 11 10 550

Beratung für Mütter, Väter und andere Erziehende bei Fragen, Problemen und in besonders kritischen Situationen.

## Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen: 08000 116 016

Beratungsangebot für Frauen, die Gewalt erlebt haben oder noch erleben. Auch für Angehörige und Freund\*innen sowie für Fachkräfte – 365 Tage im Jahr, rund um die Uhr.

## Hilfetelefon Gewalt an Männern: 0800 12 39 900

Hilfetelefon für Männer, die von verschiedenen Arten von Gewalt betroffen sind – wie häuslicher und sexualisierter Gewalt, aber auch beispielsweise Stalking oder Zwangsheirat.

## Hilfetelefon Schwangere in Not: 0800 40 40 020

Das 24 Stunden erreichbare Hilfetelefon bietet eine vertrauliche Erstberatung zu Fragen rund um das Thema Schwangerschaft – bei Bedarf in 18 verschiedenen Sprachen.

## Hilfetelefon tatgeneigte Personen: 0800 70 22 240

Psychologische Beratung für Personen, die den Drang verspüren, übergriffig zu werden oder befürchten eine Straftat zu begehen.

**Alle Hilfsangebote sind  
anonym und kostenfrei.**

Gefördert vom:



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend