



## Jetzt kein Kind alleine lassen!

[www.kein-kind-alleine-lassen.de](http://www.kein-kind-alleine-lassen.de)

In der aktuellen Corona-Krise sind Familien lange und ununterbrochen zusammen, oft beengt und ohne Privatsphäre. Für viele ist das eine schwierige Situation, für Kinder und Frauen steigt das Risiko, in den eigenen vier Wänden misshandelt und missbraucht zu werden.

Bitte passen Sie aufeinander auf. Wir sind für Sie da, wenn Sie sich Sorgen machen. Um Kinder und Jugendliche. Um Familien, Nachbarn, Freundinnen und Freunde. Um sich selbst.

## Hier finden Sie Hilfe:

### FÜR KINDER UND JUGENDLICHE

#### Nummer gegen Kummer

**Tel: 116 111**

Mo – Sa 14 – 20 Uhr

Mo, Mi, Do 10–12 Uhr

[www.nummergegenkummer.de](http://www.nummergegenkummer.de)

(auch per Chat und Mail erreichbar)

#### Bundeskonzferenz für Erziehungsberatung

Online Beratung für Jugendliche

<https://jugend.bke-beratung.de>

#### Jugendnotmail

[www.jugendnotmail.de](http://www.jugendnotmail.de)

### Hilfetelefon Sexueller Missbrauch



**0800 22 55 530**

Mo, Mi, Fr 9 – 14 Uhr | Di und Do 15 – 17 Uhr

[beratung@hilfetelefon-missbrauch.de](mailto:beratung@hilfetelefon-missbrauch.de)

[www.hilfetelefon-missbrauch.de](http://www.hilfetelefon-missbrauch.de)

Für Kinder und Jugendliche:

[www.save-me-online.de](http://www.save-me-online.de)

[beratung@save-me-online.de](mailto:beratung@save-me-online.de)

Hilfeportal Sexueller Missbrauch

Beratungsstellen in Ihrer Nähe bundesweit finden

[www.hilfeportal-missbrauch.de](http://www.hilfeportal-missbrauch.de)

### FÜR ERWACHSENE

#### Elterntelefon

**Tel: 0800 111 0550**

Mo – Fr 9 – 17 Uhr | Di und Do 17 – 19 Uhr

[www.nummergegenkummer.de](http://www.nummergegenkummer.de)

#### Bundeskonzferenz für Erziehungsberatung

<https://eltern.bke-beratung.de>

#### Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen

**Tel: 08000 116 016**

Rund um die Uhr | In 17 Sprachen

[www.hilfetelefon.de](http://www.hilfetelefon.de)

#### Hilfetelefon tatgeneigte Personen

**Tel: 0800 70 222 40**

[www.bevor-was-passiert.de](http://www.bevor-was-passiert.de)

#### Medizinische Kinderhotline

Für Angehörige der Heilberufe

bei Verdachtsfällen der Kindesmisshandlung

**Tel: 0800 19 210 00**

Rund um die Uhr

[www.kinderschutzhotline.de](http://www.kinderschutzhotline.de)

#### Elternsein Info

Hilfe und Beratung für Schwangere und

Eltern mit Kindern bis 3 Jahre

[www.elternsein.info](http://www.elternsein.info)