



GEMEINSAM SICHER  
FÜR KINDER UND JUGENDLICHE

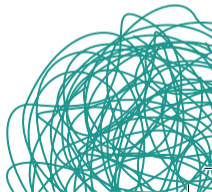


Wenn DU Hilfe brauchst,  
gibt es verschiedene Stellen,  
an die DU dich kostenlos  
wenden kannst:



**krisenchat ([www.krisenchat.de](http://www.krisenchat.de))**

- Chatberatung
- vertraulich
- rund um die Uhr, bis 25 Jahre



## Hilfetelefon ([www.Hilfetelefon.de](http://www.Hilfetelefon.de))

- für Frauen, Kinder und Jugendliche/Tag und Nacht
- anonym
- Beratung in vielen Sprachen möglich

**Tel.: 116016**

## Nummer gegen Kummer

- Für Kinder und Jugendliche
- anonym

**Tel.: 116111**

Wenn **DU** oder **IHR**  
**schnell** Hilfe braucht,  
wähle bitte den  
**Notruf der Polizei:**

**110**