

Hier finden Sie kostenfreie Anlaufstellen, an die Sie sich in schwierigen Situationen wenden können.

Allgemeine Hilfe:

Notruf bei Gefahr (Polizei): 112

Telefonseelsorge (allgemeine Beratung)

0800 – 11 10 22 2 (ev.)

0800 – 11 10 11 1 (kath.)

Kinder, Eltern und Familien:

Kinder- und Jugendtelefon:

0800 – 11 10 33 3

Elterntelefon:

0800 – 11 10 55 0

Weitere Beratungsmöglichkeiten sowie viele Informationen und Tipps zu belastenden Themen finden sowohl Eltern als auch Jugendliche bei der „**Nummer gegen Kummer**“: <https://www.nummergegenkummer.de>

Hilfen für Opfer

Weisser Ring Opfertelefon: 116 006

EU-einheitliche Telefonnummer (7.00 bis 22.00 Uhr): 116 016

Spezielle Hilfen für bedrohte Frauen

Hilfetelefon sexueller Missbrauch

0800-22 55 530

Anfragen können auch per E-Mail gestellt werden:

beratung@hilfetelefon-missbrauch.de

Online-Beratungsangebot und Informationen zu sexuellem Mißbrauch, ritualisierter Gewalt und weiterem:
www.save-me-online.de

Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“

0 8000 116 016

Onlineangebot: www.hilfetelefon.de

Kostenlose Beratung rund um die Uhr via Telefon, Chat oder Mail in 18 Sprachen.
Die Seite kann anonym besucht werden.

Über diese Webseite können Sie deutschlandweit ein Frauenhaus suchen:

<https://www.frauenhaus-suche.de>

Eine Liste mit internationalen Anlaufstellen für bedrohte Frauen finden Sie hier:

<https://www.mysticmag.com/psychic-reading/domestic-violence-resource-guide/>