

**Vielleicht kann eine dieser Nummern helfen. Wählt sie, denn ihr seid nicht allein!**



-  **Kinder- und Jugend-Kummertelefon: 116 111 oder 08001110333**
-  **Nummern bei Gewalt gegen Frauen: 0800 116016 und BIG-Hotline: 030 611 03 00**
-  **Telefonseelsorge: 0800 111 9-111 oder -222**
-  **Eltern-Kummertelefon: 0800 111 0 550**
-  **Berliner Krisendienst: 030 3906300**
-  **Hilfeportal sexualisierter Missbrauch: 0800 22 55 530**
-  **Muslimische Seelsorge: 030 44 35 09 821**
-  **Psychologische Beratung für wohnungslose Frauen: 030 46062990**
-  **ReachOut (für Betroffene rechter, rassistischer und antisemitischer Gewalt und Bedrohung): 0175 5 44 75 67**
-  **Hotline Kinderschutz: 030 61 00 66**
-  **Kindernotdienst 0-13 Jahre: 030 61 00 61**
-  **Jugendnotdienst 14-18 Jahre: 030 61 00 62**
-  **Mädchennotdienst 12-21 Jahre: 030 61 00 63**
-  **Hilfetelefon Schwangere in Not: 0800 40 40 020**
-  **Seniorentelefon: 0800 47 08 090**
-  **Wildwasser Mädchennotdienst: 030 21 00 39 90**
-  **Wildwasser Selbsthilfe und Beratung für Frauen\*: 030 693 91 92**
-  **Wildwasser Frauen\*nachtcafé (Krisen- und Konfliktsituationen): 030 61 62 09 70**
-  **Lara- Fachstelle gegen sexualisierte Gewalt gegen Frauen\*: 030 216 88 88**
-  **Weißer Ring – Unterstützung für Betroffene von Gewalt: 116 006**
-  **Bereitschaftsdienst für ärztliche Hilfe: 116 117**
-  **Lesbenberatung/LesMigras (für Frauen, Mädchen, Trans, Inter): 030 - 215 20 00**
-  **Anonyme Alkoholiker: 08731 32 573 12**
-  **Sucht- und Drogen-Hotline: 01805 313 031; Suchthilfe: 01805 313031**
-  **Hilfetelefon Rituelle Gewalt: 0800 30 50 750**