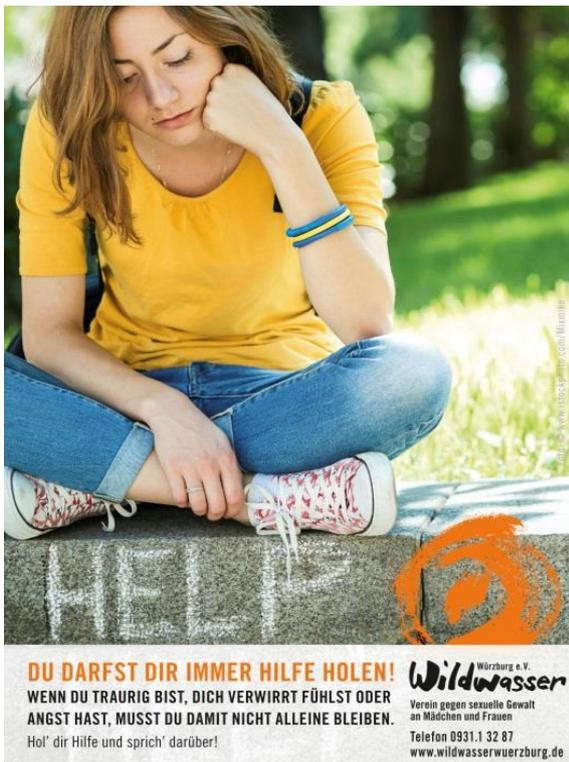


## DU DARFST DIR IMMER HILFE HOLEN!



Gerade ist eine schwierige Zeit. Du verbringst viel Zeit zu Hause, kannst vielleicht nicht in die Schule gehen und deine Freundinnen und Freunde nicht treffen. Oft ist das gar nicht so einfach.

Hast du Stress oder Streit zu Hause?

Erlebst du Gewalt? Oder bist dir nicht sicher, ob das Gewalt ist?

Geht es dir manchmal einfach nicht gut?

Bist du traurig, verzweifelt oder voller Sorgen?

Bleib damit nicht allein!

Ruf an oder schreib eine Mail!

## HIER FINDEST DU HILFE:

*Für Mädchen:*

### **Wildwasser Würzburg e.V.**

Verein gegen sexuelle Gewalt an Mädchen und Frauen  
Beratungsstelle

Tel: 0931/132 87

info@wildwasserwuerzburg.de

www.wildwasserwuerzburg.de

*Für Jungen und Mädchen:*

### **pro familia Würzburg**

Fachberatungsstelle bei sexueller Misshandlung  
von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen

Tel: 0931/460 650

wuerzburg@profamilia.de

www.profamilia.de/wuerzburg

### **Nummer gegen Kummer:**

Tel: 116 111

www.nummergegenkummer.de

### **Hilfetelefon sexueller Missbrauch:**

Tel: 0800 22 55 530

beratung@save-me-online.de

www.save-me-online.de

### **Jugendnotmail**

www.jugendnotmail.de

### **bke-Jugendberatung**

https://jugend.bke-beratung.de