

# PROBLEME ZUHAUSE?

SPRICH MIT UNS ...

... wenn du Streit oder Probleme mit Eltern oder Geschwistern hast!

... wenn jemand dich fertig macht, dir Gewalt antut oder wenn Missbrauch passiert.

Reden hilft. Danach fühlst du dich besser und wir können gemeinsam eine Lösung suchen!

... wenn die Situation zuhause dich bedrückt, dich traurig oder wütend macht.

Niemand hat das Recht, anderen Menschen Schmerzen zuzufügen oder sie zu missbrauchen.

**DU HAST EIN RECHT AUF HILFE!**

Hier findest du Unterstützung:

Wenn du lieber mit einer außenstehenden Person reden möchtest, findest du hier anonym und kostenlos Hilfe

Save me online



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

Nummer gegen Kummer



116111

Hilfetelefon sexueller Missbrauch



0800-2255530

Polizei

110

Wenn du es nicht mehr aushältst und in Gefahr bist oder wenn jemand anderes in Gefahr ist, darfst du auch die Polizei anrufen!