

Nummer**gegen**Kummer

**KEINER DA  
ZUM REDEN?**

**Sprich mit uns –**  
anonym, vertraulich, kostenlos



Kinder- und  
Jugendtelefon

**116111**

Nummer**gegen**Kummer

unterstützt durch die  
Deutsche Telekom

# NummergegenKummer



## Kinder- und Jugendtelefon 116 111

Ganz gleich bei welchen Fragen,  
Sorgen oder Problemen! Ruf uns an:  
montags bis samstags von 14 bis 20 Uhr



## Online-Beratung nummergegenkummer.de

Du willst lieber mit uns schreiben?  
Du kannst dich rund um die Uhr  
online melden.

Das Kinder- und Jugendtelefon sowie die Online-Beratung sind bundesweite Angebote von  
Nummer gegen Kummer e. V. – Mitglied im Deutschen Kinderschutzbund.

Gefördert vom



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend

Unterstützt durch



Mehr Infos unter

QR-Code scannen und  
die Website von **Nummer  
gegen Kummer e. V.** besuchen.

