

Nummer**gegen**Kummer



**KEINER DA
ZUM REDEN?**

Sprich mit uns –
anonym, vertraulich, kostenlos



freecall unterstützt durch
die Deutsche Telekom

Kinder- und
Jugendtelefon

116111

Nummer**gegen**Kummer

STRESS IM NETZ?

Wirst du von anderen **gemobbt**?
Erpresst dich jemand mit Bildern?
Wirst du online **beschimpft** oder **beleidigt**?
Hat jemand ungefragt ein **Bild von dir** geteilt?

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 Bildung, Familie, Senioren,
Frauen und Jugend

Unterstützt durch



Kofinanziert von der
Europäischen Union

