

# Anlaufstellen: Wo bekomme ich Hilfe?

Es gibt viele Möglichkeiten, bei sexualisierter Gewalt Hilfe zu bekommen – anonym und neutral.

Hier eine Auswahl:

 <p><b>BaBS</b> Beratung an den Beruflichen Schulen</p>	<p>Erstansprechpartnerin in Fällen sexualisierter Gewalt ist Helga Czysewski (helga.czysewski[at]bs-gelnhausen.de). Außerdem können Sie sich auch an die folgenden Beratungsangebote wenden:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• B-Team</li> <li>• Schulsozialarbeit</li> <li>• Schulseelsorge</li> </ul>
 <p>Kinder- und Jugendtelefon <b>116111</b> Nummer gegen Kummer</p> <p>unterstützt durch die Deutsche Telekom</p> <p><a href="http://www.nummergegenkummer.de">www.nummergegenkummer.de</a></p>	<p>Unter 116 111 können Kinder und Jugendliche Ansprechpartner erreichen, wenn sie Sorgen und Probleme haben. Das können Themen wie Liebeskummer und Schulprobleme sein, aber auch sexualisierte Gewalt. Anrufe sind kostenfrei und anonym. Es gibt daneben eine Online-Beratung. Die Nummer gegen Kummer ist montags bis samstags von 14 bis 20 Uhr erreichbar.</p>
 <p>Hilfe-Telefon Sexueller Missbrauch – sprechen Sie mit uns, wenn Sie sich Sorgen um ein Kind machen. <b>0800 22 55 530</b></p> <p><a href="http://www.anrufen-hilft.de">www.anrufen-hilft.de</a></p>  <p>Hilfe-Telefon Sexueller Missbrauch Anrufen - auch im Zweifelsfall <b>0800 22 55 530</b></p> <p><a href="http://www.hilfe-portal-missbrauch.de/startseite">www.hilfe-portal-missbrauch.de/startseite</a></p>	<p>Anonym, kostenfrei und deutschlandweit Das Hilfe-Telefon berät Jugendliche und Erwachsene auch online vertraulich und datensicher zu allen Fragen, die mit dem Thema sexueller Missbrauch zu tun haben. Wie das geht, erfahren Sie auf der Website, Es gibt auch eine Online-Beratung. Am Telefon sind psychologische und pädagogische Fachkräfte erreichbar.</p> <p><b>Telefonzeiten</b> Mo., Mi., Fr.: 9.00 bis 14.00 Uhr Di, Do: 15.00 bis 20.00 Uhr</p>
 <p><b>HILFE TELEFON</b> <b>GEWALT GEGEN FRAUEN</b> <b>08000 116 016</b></p> <p><a href="http://www.hilfetelefon.de/">www.hilfetelefon.de/</a></p>	<p>Das Hilfetelefon "Gewalt gegen Frauen" ist ein bundesweites Beratungsangebot für Frauen, die Gewalt erlebt haben oder noch erleben. Unter der Nummer <b>08000 116 016</b> und via Online-Beratung unterstützen man hier Betroffene aller Nationalitäten, mit und ohne Behinderung – 365 Tage im Jahr, rund um die Uhr. Auch Angehörige, Freundinnen und Freunde sowie Fachkräfte werden anonym und kostenfrei beraten.</p>