



Im Kirchenkreis Tecklenburg ist **KEIN** Platz für sexualisierte Gewalt!  
**Ansprechstellen und Hilfsmöglichkeiten**  
für Betroffene, Angehörige und Fachkräfte

**NOTFÄLLE HALTEN SICH NICHT AN  
ÖFFNUNGSZEITEN!**

HIER gibt es in akuten Krisen Hilfe und ein offenes Ohr –  
Auch nachts, an Feiertagen und am Wochenende:

**In dringenden Fällen Polizeinotruf 110 wählen!**

**Frauenhaus Rheine: Tel. 0 59 71 / 127 93**



[www.hilfetelefon.de](http://www.hilfetelefon.de)

*anonym - kostenfrei - mehrsprachig  
24/7 erreichbar*

**Soforthilfe für Kinder und Jugendliche**  
**(Krisendienst): Tel. 0 54 59 / 98 360**

von 0 – 17 Jahren in akuten Krisen  
außerhalb der Geschäftszeiten der Jugendämter

**Jugendschutzstelle Hörstel**

**Montag – Donnerstag:**

16.30 Uhr – 8.00 Uhr des nächsten Tages

**Freitag:** ab 13.00 Uhr

**Wochenenden und Feiertage:** 24 Stunden

**Kinderschutzzentrum und Fachberatungsstelle**

gegen körperliche, seelische und sexuelle Gewalt an Kindern und Jugendlichen im Kinderschutzbund Rheine

**Tel. 0 59 71 / 914 390**

Angebote für von sexualisierter Gewalt betroffene Kinder und Jugendliche und ihre Bezugssysteme, z.B. Eltern, Lehrer, Nachbarn; Beratung für Familien und andere Bezugssysteme von Kindern und Jugendlichen, die sich sexuell grenzverletzend verhalten (haben); Clearingstelle, Diagnostik, ambulante Therapie Fort- und Weiterbildung für Fachkräfte, Prävention

Thiemauer 45, 48431 Rheine

Mail: [info@dksbrh.de](mailto:info@dksbrh.de)

**Beratungstermine nach Vereinbarung**

**Montag:** 14:00 – 17:00 Uhr

**Dienstag – Donnerstag:** 09:00 – 12:00 Uhr

14:00 – 17:00 Uhr

Kooperationspartner des Evangelischen Kirchenkreises Tecklenburg

## Ansprechstellen und Hilfsmöglichkeiten der Evangelischen Kirche

### Evangelischer Kirchenkreis Tecklenburg

Ansprechperson des Evangelischen Kirchenkreises Tecklenburg

PfarrerIn Claudia Raneberg, Mittelstr. 109, 48431 Rheine

Mail: [pfarrerIn.raneberg@jakobi-rheine.de](mailto:pfarrerIn.raneberg@jakobi-rheine.de)

**Tel.: 0 59 71 / 5 13 72**

MultiplikatorInnen Hinschauen-Helfen-Handeln

Organisation und Durchführung von Präventionsschulungen gemäß KGSSG

Gemeinden: Ingrid Klammann, Münsterstr. 54, 48431 Rheine, Tel.: 0 59 71 / 1 47 58

Mail: [Ingrid.Klammann@ekvw.de](mailto:Ingrid.Klammann@ekvw.de)

Kitas:

Carla Zachey, Schulstr. 11a, 49477 Ibbenbüren, Tel.: 0 54 51 / 54 97 - 533

Mail: [Carla.Zachey@ekvw.de](mailto:Carla.Zachey@ekvw.de)

Präventionsfachkraft

Begleitung und Unterstützung bei der Entwicklung von Schutzkonzepten

Viola Langenberger, An der Apostelkirche 3, 48143 Münster, Tel.: 0251 / 51 028 – 332

Mail: [viola.langenberger@ekvw.de](mailto:viola.langenberger@ekvw.de)

### Evangelische Kirche von Westfalen

[Umgang mit Verletzungen der sexuellen Selbstbestimmung :: Evangelisch in Westfalen - EKvW \(evangelisch-in-westfalen.de\)](#)

Ansprechstelle der Landeskirche für Betroffene sexualisierter Gewalt und ihre Angehörigen

Landeskirchliche Beauftragte für den Umgang mit Verletzungen der sexuellen Selbstbestimmung

Altstädter Kirchplatz 5, 33602 Bielefeld, Tel.: 0521 594-208

Meldestelle für Verdachtsfälle im **Bereich der verfassten Kirche**

nach dem Kirchengesetz zum Schutz vor sexualisierter Gewalt

Jelena Kracht / Marion Neuper, Referentinnen für Intervention

Fachstelle „Prävention und Intervention“ der Evangelischen Kirche von Westfalen

Altstädter Kirchplatz 5, 33602 Bielefeld

Tel.: 0521 / 594-381, Mail: [meldestelle@ekvw.de](mailto:meldestelle@ekvw.de)

Meldestelle für Verdachtsfälle im **Bereich der Diakonie**

nach dem Kirchengesetz zum Schutz vor sexualisierter Gewalt

Birgit Pfeifer

FUVSS Fachstelle für den Umgang mit Verletzungen der sexuellen Selbstbestimmung der Diakonie RWL

Lenastr. 41, 40070 Düsseldorf

Tel.: 0211 / 6398 – 342, Mail: [B.Pfeifer@diakonie-rwl.de](mailto:B.Pfeifer@diakonie-rwl.de)

### Evangelische Kirche in Deutschland

Hilfen und Informationen für Betroffene von sexualisierter Gewalt in der evangelischen Kirche und der Diakonie



Liste der landeskirchlichen Ansprechpersonen für Betroffene sexualisierter Gewalt

<https://www.ekd.de/Ansprechpartner-fuer-Missbrauchsopfer-23994.htm>

## Beratungsstellen

### Frauenberatungsstelle im Kreis Steinfurt

Frauenberatungsstelle mit integrierter Fachberatungsstelle gegen sexualisierte Gewalt der Diakonie West e.V.

[Frauenberatungsstelle | Diakonie West e.V. \(diakonie-west.de\)](https://www.diakonie-west.de)



**Tel.: 0 59 71 / 800 73 70**

Beratung, Informationen und Unterstützung für Frauen, die von körperlicher, psychischer, sexualisierter, sozialer, ökonomischer, digitaler und/oder struktureller Gewalt betroffen oder bedroht sind

#### Unsere Angebote für Frauen:

Persönliche und telefonische Beratung;  
Krisenintervention: Die betroffene Frau erhält in einer Krisensituation praktische Hilfen und Angebote zur psychischen Stabilisierung;  
Vermittlung von Therapeut:innen, Anwält:innen, Ärzt:innen und zu weiteren Institutionen;  
Begleitung zu Polizei und Gericht nach Absprache;  
Selbsthilfegruppe für Frauen mit Gewalterfahrung:  
[Selbsthilfegruppe für Frauen mit Gewalterfahrung: "Gemeinsam stark werden" | Diakonie West e.V. \(diakonie-west.de\)](https://www.diakonie-west.de)

#### Darüber hinaus:

vermitteln wir zu Ämtern, Behörden und weiteren Hilfeeinrichtungen (z.B. Polizei, Gericht, Weißer Ring, etc.);  
beraten wir Angehörige, Fachkräfte und Multiplikator:innen;  
bieten wir Präventionsprojekte und Informationsveranstaltungen an, ebenso wie Schulungen für Fachkräfte und Institutionen

kostenfrei, vertraulich, auf Wunsch anonym

Matthiasstr. 22 (2. OG), 48431 Rheine

Mail: [frauenberatungsstelle@diakonie-west.de](mailto:frauenberatungsstelle@diakonie-west.de)

#### Beratungstermine nach Vereinbarung

Offene Sprechstunde: Dienstag 10:00 – 12:00 Uhr

Donnerstag 14:00 – 16:00 Uhr

### Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche der Diakonie West e.V. in Lengerich

<https://www.diakonie-west.de/kinder-jugend-familie/beratung-bei-sexualisierter-gewalt-gegen-kinder-und-jugendliche/>



**Tel.: 0 54 81 / 30 54 24 0**

Beratung und Unterstützung für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene (bis 27 Jahre) die von sexualisierter Gewalt betroffen sind oder waren;

Unterstützung von Angehörigen, Sorgeberechtigten und Bezugspersonen;

Fachberatung von Fachkräften und Institutionen;  
Präventionsangebote;

auf Wunsch Unterstützung und Begleitung bei der Suche nach weiterführenden Hilfen

kostenfrei, vertraulich, auf Wunsch anonym

Stettiner Straße 25, 49525 Lengerich

Mail: [familienberatung@diakonie-west.de](mailto:familienberatung@diakonie-west.de)

## **Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche des Caritasverbandes Tecklenburger Land e.V.**

<https://www.caritas-ibbenbueren.de/beratungsdienste/beratungsstelle-fuer-eltern-jugendliche-kinder/beratungsstelle-fuer-eltern-jugendliche-kinder>



Caritasverband  
Tecklenburger Land e.V.

**Tel.: 0 54 51 / 5002 23**

Beratung und Unterstützung für Eltern, Kinder und Jugendliche;  
Krisenintervention;  
Fallberatung für Fachkräfte gemäß §§ 8a/8b SGB VIII und §4 KKG

kostenfrei, vertraulich, auf Wunsch anonym

Klosterstraße 19 49477 Ibbenbüren  
Mail: [beratungsstelle@caritas-ibbenbueren.de](mailto:beratungsstelle@caritas-ibbenbueren.de)

## **Frauenberatungsstelle „Gewaltschutz“ des Sozialdienstes katholischer Frauen e.V.**

[Frauenberatungsstelle Gewaltschutz - SKF Ibbenbüren \(skf-ibbenbueren.de\)](http://www.skf-ibbenbueren.de)



Sozialdienst  
katholischer  
Frauen e. V.  
Ibbenbüren

**Tel.: 0 54 51 / 96 86 35**

Beratung und Unterstützung bei jeder Form von häuslicher Gewalt

Individuelle Sicherheitsplanung;  
Begleitung zu Gericht, Polizei, Ämtern und Anwält\*innen;  
Unterstützung bei der Beantragung von Schutzanordnungen  
und Wohnungszuweisungen;  
Vermittlung an andere Hilfeeinrichtungen und Fachdienste;  
Informationen zum Umgang und zu den Rechten  
der mitbetroffenen Kinder;  
Stalkingberatung

kostenfrei, vertraulich, auf Wunsch anonym

Oststraße 39, 49477 Ibbenbüren  
Mail: [frauenberatung@skf-ibbenbueren.de](mailto:frauenberatung@skf-ibbenbueren.de)

Beratungstermine nach Vereinbarung  
Offene Sprechstunde: Dienstag 10:00 – 12:00 Uhr

## Medizinische Hilfe und (anonyme) Spurensicherung

<https://www.diakonie-west.de/wp-content/uploads/2022/11/Flyer-ASS-mehrsprachig.pdf>

Der „Runde Tisch – Häusliche Gewalt Kreis Steinfurt“ setzt sich dafür ein, Opfern von sexualisierter Gewalt ein Hilfeangebot an die Hand zu geben. In Kooperation mit dem Institut für Rechtsmedizin in Münster wurde ein Verfahren entwickelt, das eine vertrauliche und anonyme Spurensicherung nach einer Sexualstraftat ermöglicht. Nach der ärztlichen Untersuchung, einer Verletzungsdokumentation und der Spurensicherung in einem der unten aufgeführten Krankenhäuser werden die Spuren zehn Jahre anonymisiert im Institut für Rechtsmedizin gelagert. Erfolgt im Zeitraum von zehn Jahren eine Anzeige, können die Spuren als wichtiges Beweismittel dienen.

**Maria-Josef-Hospital**  
Gynäkologische Abteilung  
Lindenstraße 29,  
48268 Greven  
02571 502-0

**Klinikum Ibbenbüren**  
Frauenklinik  
Große Straße 41  
49477 Ibbenbüren  
05451 52-0

**Mathias-Spital Rheine**  
Frauenklinik  
Frankenburgstraße 31  
48431 Rheine  
05971 42-0

### Gewaltopferambulanz am UKM Münster (Rechtsmedizin)



**Tel.: 0251 / 83 - 55 160**

Unbürokratische Hilfe für Menschen, die Opfer von Gewalt geworden sind: kompetente Beratung durch speziell ausgebildete Ärztinnen/Ärzte  
gerichtsverwertbare Dokumentation von Verletzungen  
**Sicherung von Spuren und Beweismaterialien**  
kostenfrei bei Vorlage eines rechtsmedizinischen Untersuchungsschecks (RMU, gibt's bei Ermittlungsbehörden und beim Weißen Ring)  
vertraulich, auf Wunsch anonym

Uniklinik Münster, Institut für Rechtsmedizin,  
Röntgenstraße 23, 48149 Münster

#### Sprechzeiten

Montag, Mittwoch und Donnerstag: 8:00 – 16:00 Uhr  
Dienstag: 9:00 – 16:00 Uhr  
Freitag: 8:00 - 15.30 Uhr  
und nach Vereinbarung

Ambulante und/oder konsiliarische Untersuchungen körperlicher Gewaltopfer **außerhalb** unserer Gewaltopferambulanz bedürfen einer terminlichen Absprache (**0251 / 83 55 151**). Sie finden montags bis freitags von 10 - 14 Uhr und nach Vereinbarung statt.

### Trauma-Ambulanz für Kinder und Jugendliche (psychotherapeutische Unterstützung)



**Tel.: 0251 / 83 - 56 440**

Psychotherapeutische Beratung und Unterstützung nach traumatischen Erlebnissen für Betroffene, Angehörige und Hinterbliebene, Akuttherapie

Uniklinik Münster, Institut für Kinder- und Jugendmedizin  
Albert-Schweitzer-Campus 1, 48149 Münster  
Mail: [martina.monninger@ukmuenster.de](mailto:martina.monninger@ukmuenster.de)

#### Beratungstermine nach Vereinbarung

Uns ist besonders wichtig, kurzfristig einen Termin für ein Erstgespräch anzubieten. Unsere Patienten oder ihre Eltern können sich hierzu unter **Tel. 0251 / 83-56440** (Sekretariat) bzw. **Tel. 0251 / 83-56418** (Station, **24/7**) melden. Die Anmeldung ist auch über den/die Opferschutzbeauftragte/n der Polizei oder behandelnde Ärzt:innen möglich.

## Medizinische Hilfe und (anonyme) Spurensicherung in Osnabrück

[Netzwerk ProBeweis – Hilfe bei häuslicher / sexueller Gewalt](#)

### Vertrauliche Spurensicherung für Betroffene von häuslicher oder sexueller Gewalt



Wir bieten Hilfe und Unterstützung für Menschen (m/w/d) bei häuslicher (Gewalt zwischen (Partner\*innen und Ex-Partner\*innen oder sexueller Gewalt und dokumentieren die Beweise unabhängig von einer Anzeige bei der Polizei. Das sichert Ihnen die Möglichkeit, auch später noch gegen verursachende Personen vorzugehen. Wir wissen: Vielen Betroffenen fällt es sehr schwer, nach erlebter Gewalt sofort zu entscheiden, ob sie eine Anzeige bei der Polizei erstatten wollen. Für ein mögliches späteres Gerichtsverfahren ist es jedoch wichtig, zeitnah nach der Gewalterfahrung Befunde und Spuren fachkundig zu dokumentieren und zu sichern. Unsere speziell geschulten Ärztinnen und Ärzte sorgen dafür, dass alle relevanten Befunde sachkundig und gerichtsverwertbar dokumentiert werden. Was mit den Spuren anschließend passiert, entscheiden nur Sie: Die Ärztinnen und Ärzte unterliegen der Schweigepflicht.

### Partnerkliniken in Osnabrück

Teilen Sie bei der Aufnahme mit, dass es sich um eine Spurensicherung handelt

Klinik für Geburtshilfe und  
Frauenheilkunde  
Niels-Stensen-Kliniken  
Marienhospital Osnabrück  
Bischofsstraße 1  
49074 Osnabrück  
0541 326-0      0541 326-4227

Klinikum Osnabrück GmbH  
Notaufnahmezentrum  
Am Finkenhügel 1  
49076 Osnabrück  
  
0541 405-7400

## (Polizeilicher) Opferschutz

**Im akuten Notfall **Polizeinotruf 110** wählen!**

### Kreispolizeibehörde Steinfurt, Kommissariat Kriminalprävention und Opferschutz

<https://steinfurt.polizei.nrw/Node/7234>



**Tel.: 0 59 71 / 938 – 59 22**

(Jutta Giffhorn)

**Tel.: 0 59 71 / 938 – 59 17**

(Berthold Roß)

Polizeiliche Beratung für Opfer von Straftaten,  
Angehörige und Zeugen  
Informationen über mögliche Opferhilfeleistungen, Vermittlung von  
Kontakten zu weiterführenden Hilfsangeboten wie  
Beratungsstellen, Trauma-Ambulanzen etc.  
Ausgabe von rechtsmedizinischen Untersuchungsschecks (RMU)

Hansaallee 10, 48429 Rheine  
Mail: [KKKP/O.Steinfurt@polizei.nrw.de](mailto:KKKP/O.Steinfurt@polizei.nrw.de)

**Ansprechpersonen:**

**Jutta Giffhorn**

**Berthold Roß**

## Landeskriminalamt NRW, Hinweistelefon Sexueller Missbrauch von Kindern und Jugendlichen

<https://polizei.nrw/artikel/hinweistelefon-sexueller-missbrauch-von-kindern-und-jugendlichen>



**Tel.: 0800 / 0 431 431**

Wer Beobachtungen gemacht hat, die auf möglichen sexuellen Missbrauch von Kindern und Jugendlichen oder Kinderpornografie hindeuten, kann in NRW seit dem 22.10.2021 das Hinweistelefon anrufen.

Am anderen Ende des Telefons sitzen vier Kriminalist:innen mit sehr viel Erfahrung – nicht nur auf diesem Gebiet, sondern auch im Bereich Verbreitung und Besitz von Missbrauchsabbildungen.

Montag – Freitag 8:00 – 16:00 Uhr



**mobil 0151 / 55 16 48 26**

Beratung, Informationen und Rechtshilfe für Kriminalitätsoffern, Expertisen  
Hilfe bei Anträgen nach dem Opferentschädigungsgesetz  
Ausgabe von rechtsmedizinischen Untersuchungsschecks (RMU)

**Ansprechpartner:**

**Herr Jürgen Roscher, Außenstelle Steinfurt**

Mail: [roscher.juergen@mail.weisser-ring.de](mailto:roscher.juergen@mail.weisser-ring.de)

<https://steinfurt-nrw-westfalen-lippe.weisser-ring.de/>



**ODABS**

Online Datenbank für  
Betroffene von Straftaten

Eine umfangreiche Datenbank mit Kontaktdaten von  
Ansprechpartner:innen und Akteur:innen in Opferschutz und  
Opferhilfe

<https://www.odabs.org/index.html>



## Psychosoziale Prozessbegleitung

### Ambulanter Sozialer Dienst der Justiz NRW beim Landgericht Münster



**Tel.: 0 59 71 / 91104 - 46**

Opferberatung und **psychosoziale Prozessbegleitung** für  
Opfer von Straftaten im Landgerichtsbezirk Münster

**Ansprechpartnerin:**

**Judith Boukamp**

Poststr. 27, 48431 Rheine

Mail: [judith.boukamp@lg-muenster.nrw.de](mailto:judith.boukamp@lg-muenster.nrw.de)

Mail extra: [asd.rheine@lg-muenster.nrw.de](mailto:asd.rheine@lg-muenster.nrw.de)

Montag – Mittwoch:

10:00 – 12:00 Uhr und 15:00 – 18:00 Uhr

Donnerstag – Freitag:

10:00 – 12:00 Uhr und 13:30 – 15:30 Uhr

### Fachberatungsstelle Opferhilfe, Chance e.V. Münster



**Tel.: 0251 / 134 66 372**  
**mobil 0152 / 5108 26 37**

Opferberatung und **psychosoziale Prozessbegleitung** für  
Opfer von Straftaten in Münster und dem Münsterland. Das  
Angebot richtet sich an Männer und Frauen  
sowie Kinder und Jugendliche und an Angehörige.  
kostenfrei, vertraulich, auf Wunsch anonym (nur Opferberatung)

**Ansprechpartnerin:**

**Heike Clephas, Fachberaterin Opferhilfe**

Rincklakeweg 19, 48153 Münster

Mail: [h.clephas@chance-muenster.de](mailto:h.clephas@chance-muenster.de)

### Fachberatungsstelle Zartbitter Münster e.V.



**Tel.: 0251 / 4 140 555**

Opferberatung und **psychosoziale Prozessbegleitung** für  
Opfer von Sexualdelikten im Landgerichtsbezirk Münster  
kostenfrei, vertraulich, auf Wunsch anonym (nur Opferberatung)

**Ansprechpartnerin:**

**Christiane Gelbhardt**

Hammer Str. 220, 48153 Münster

Mail: [info@zartbitter-muenster.de](mailto:info@zartbitter-muenster.de)

Beratungstermine nach Vereinbarung

Montag und Freitag: 10:00 – 12:00 Uhr

Dienstag: 16:00 – 18:00 Uhr

Mittwoch: 14:00 – 16:00 Uhr

Donnerstag: 11:00 – 13:00 Uhr



## Jugendämter

### Landesjugendamt

Warendorfer Str. 25, 48145 Münster

**Tel.: 0251 / 59 – 101**

### Kreisjugendamt Steinfurt

Tecklenburger Str. 10, 48565 Steinfurt

**Tel.: 0 25 51 / 69 – 2305**

### KJA Steinfurt, Verwaltungsstelle Tecklenburg

Landrat-Schultz-Str. 1, 49545 Tecklenburg

**Tel.: 0 25 51 / 69 – 3222**

### Jugendamt Rheine

Klosterstr. 14, 48431 Rheine

**Tel.: 0 59 71 / 939 – 511**

### Stadt Ibbenbüren, Fachdienst Kinder, Jugend und Familie

Alte Münsterstr. 16, 49477 Ibbenbüren

**Tel.: 0 54 51 / 931 – 582**

### Krisendienst (Jugendschutzstelle Hörstel):

**sofortige Hilfe für Kinder und Jugendliche von 0 – 17 Jahren in akuten Krisen  
außerhalb der Geschäftszeiten der Jugendämter:**

Montag – Donnerstag: 16:30 - 08:00 Uhr am nächsten Tag

Freitag: ab 13:00 Uhr

Wochenenden und Feiertage: 24h

**Tel.: 0 54 59 / 98 360**

## Landes- und bundesweite Hilfen

### Hilfe und Beratung für Betroffene, Angehörige und Fachkräfte



## Hilfe-Telefon Sexueller Missbrauch

Anrufen - auch im Zweifelsfall  
**0800 22 55 530**

#### Telefonzeiten

Mo., Mi., Fr.: 9.00 bis 14.00 Uhr  
Di, Do: 15.00 bis 20.00 Uhr

Das Hilfe-Telefon berät anonym, kostenfrei und **mehrsprachig**.  
Nicht besetzt an bundesweiten Feiertagen und am 24. und 31. Dezember.  
Außerhalb unserer Telefonzeiten können Sie uns eine **Nachricht schreiben**.

#### WENN DER SPASS AUFHÖRT, REDE MIT UNS!

Manchmal fällt telefonieren schwer oder es ist nicht möglich. In unserer Online-Beratung unterstützen wir Jugendliche, Erwachsene und Fachkräfte anonym zum Thema sexualisierter Gewalt.

Wir beraten sicher und vertraulich per E-Mail und antworten in der Regel innerhalb von zwei bis drei Werktagen.

Fachkräfte und Institutionen haben darüber hinaus die Möglichkeit, Termine mit uns per Videochat zu vereinbaren.

<https://www.hilfe-telefon-missbrauch.online/>

### Beratung für Frauen, Informationen für unterstützende Personen, Informationen für Fachkräfte täglich rund um die Uhr erreichbar, anonym, kostenfrei, barrierefrei, mehrsprachig



### Beratung und Hilfe für von Gewalt betroffene Männer

Angebot der Länder NRW, Bayern, Baden-Württemberg und Mecklenburg-Vorpommern  
vertraulich, kostenfrei, auf Wunsch anonym



<https://www.maennergewaltschutz.de/beratungsangebote/maennerschutzeinrichtungen/>

Beratung für Eltern, Kinder und Jugendliche  
kostenfrei, auf Wunsch anonym

The infographic is divided into two main sections. The left section is for 'Kinder- und Jugendtelefon' (116111) and the right section is for 'Elterntelefon' (0800 1110550). Both are supported by Deutsche Telekom. The left section includes details on availability (14-20h weekdays, 0800-1110333 nationwide) and alternative contact methods (youth chat and email). The right section includes details on availability (9-11h weekdays, 17-19h Tues/Thursdays) and nationwide reach.

**Kinder- und Jugendtelefon**  
116111  
NummergegenKummer

freecall  
unterstützt durch die Deutsche Telekom

**anonym und kostenlos erreichbar:**  
montags bis samstags 14 – 20 Uhr  
weiterhin bundesweit erreichbar  
über deutsches Festnetz und Handy  
unter 0800 – 111 0 333

Jugendliche beraten Jugendliche (samstags 14-20 Uhr)

em@il-Beratung  
www.nummergegenkummer.de

**Elterntelefon**  
0800 1110550  
NummergegenKummer

freecall  
unterstützt durch die Deutsche Telekom

**anonym und kostenlos erreichbar:**  
über das deutsche Festnetz und Handy  
montags bis freitags  
9 – 11 Uhr und  
dienstags und donnerstags  
17 – 19 Uhr

Telefonseelsorge: Beratung und Hilfe in Krisensituationen  
24/7 erreichbar, kostenfrei, auf Wunsch anonym

The logo for TelefonSeelsorge features a stylized rainbow arch above the text. It includes two phone numbers, the slogan 'WIR HÖREN ZU', and the website address.

TelefonSeelsorge 0800-1110111  
0800-1110222

**WIR HÖREN ZU**

www.telefonseelsorge.de