



Die **Nummer gegen Kummer** ist montags bis samstags von 14 – 20 Uhr erreichbar.



Das **Hilfetelefon** ist bei allen Fragen und für Hilfe bei sexuellem Kindesmissbrauch für Kinder, Jugendliche und Erwachsene zu folgenden Zeiten erreichbar: Montag, Mittwoch und Freitag von 9 – 14 Uhr, Dienstag und Donnerstag von 15 – 17 Uhr.



Save me online hilft, wenn statt einer telefonischen Beratung bei sexuellem Kindesmissbrauch lieber Online-Hilfe per E-Mail gewünscht ist.