

## **EXTERNE HILFEPORTEALE / BERATUNGSSTELLEN**

### **Hilfe-Portal Sexueller Missbrauch:**

**Telefon:** Hilfe-Telefon Sexueller Missbrauch: 0800 – 22 55 530 (kostenfrei und anonym)  
**Internet:** [www.hilfe-portal-missbrauch.de](http://www.hilfe-portal-missbrauch.de)  
[www.hilfe-telefon-missbrauch.de](http://www.hilfe-telefon-missbrauch.de)  
[www.hilfe-telefon-missbrauch.online](http://www.hilfe-telefon-missbrauch.online)

### **Social-Media:**

**Twitter:** @ubskm\_de  
**Instagram:** @missbrauchsbeauftragter

### **Hilfetelefon Sexueller Missbrauch:**

Wenn Sie sich Sorgen um ein Kind machen, einen Verdacht haben oder Fragen zum Thema stellen möchten, rufen Sie bitte die untenstehende Nummer an. Es gibt eine Vielzahl von Wegen nach Ihrem Anruf. Dort wird Ihnen weitergeholfen, wenn Sie Entlastung, Beratung und Unterstützung für die nächsten Schritte suchen.

**Hilfetelefon Sexueller Missbrauch - 0800 / 22 55 53**

### **Phoenix - Beratung gegen sexuelle Ausbeutung von Jungen**

Phoenix ist eine Beratungsstelle gegen sexuelle Ausbeutung von Jungen, die saarlandweit tätig ist. Wir bieten ein kostenloses und niedrigschwelliges Hilfsangebot für Jungen, männliche Jugendliche und junge Erwachsene bis 21 Jahre, die sexuelle Gewalt erfahren haben und deren Bezugspersonen an. Ratsuchende werden persönlich (auf Wunsch auch anonym), per Telefon oder per E-Mail beraten. Die Beratungsstelle befindet sich in Saarbrücken.

Um die Opfer sexueller Gewalt um Hilfeprozess umfassend zu unterstützen, beraten wir auch Eltern und andere Bezugspersonen, pädagogische Fachkräfte und Institutionen, die Informationsveranstaltungen zum Thema sexuelle Gewalt durchführen möchten.

<https://www.awo-saarland.de/phoenix/> **Telefon: 0681-76 19 685**

### **Nele – Fachberatungsstelle für sexuell missbrauchte Mädchen und junge Frauen**

Du bist betroffen? - Melde dich bei uns. Was passiert bei meinem Anruf? Die Beratung ist für dich kostenlos. Wir können auch anonym beraten, wenn du deinen Namen nicht sagen möchtest. Dein Anliegen behandeln wir selbstverständlich streng vertraulich und leiten dieses unter keinen Umständen an Dritte weiter. Wir hören dir zu und fragen nach, wenn etwas unklar ist. Wir haben Zeit und überlegen, was man als Nächstes tun kann. Du bekommst Hinweise und Tipps.

Vielleicht bist du nicht sicher, ob du sexualisierte Gewalt erlebt hast. Auch dann darfst du dich melden!

<https://nele-saarland.de/> **Telefon: 0681-32043**

### **Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen #schweigenbrechen:**

Das Hilfetelefon "Gewalt gegen Frauen" ist ein bundesweites Beratungsangebot für Frauen, die Gewalt erlebt haben oder noch erleben. Unter der Nummer 08000 116 016 und via Online-Beratung unterstützen wir Betroffene aller Nationalitäten, mit und ohne Behinderung – 365 Tage im Jahr, rund um die Uhr. Auch Angehörige, Freundinnen und Freunde sowie Fachkräfte werden dort anonym und kostenfrei beraten.

**Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen - 08000 / 116 016**

### **Opfer-Telefon des WEISSEN RINGS:**

Wer eine Straftat erlebt hat, hat ein Recht darauf, gehört und ernst genommen zu werden. Die geschulten ehrenamtlichen Beraterinnen und Berater am Opfer-Telefon des WEISSEN RINGS gehen auf Sie ein, wenn Sie Unterstützung nach einer Straftat brauchen oder in Vertretung für jemanden anrufen. Gemeinsam mit Betroffenen erörtert der WEISSE RING Wege, um Ihnen die bestmögliche Hilfe und Unterstützung zukommen zu lassen. Dabei arbeitet der WEISSE RING eng mit den Außenstellen des WEISSEN RINGS zusammen, die flächendeckend und bundesweit Opferhilfe vor Ort leisten. Darüber hinaus verweisen wir auch an externe Beratungsstellen oder andere Unterstützungsmöglichkeiten im erreichbaren Umfeld. Auch zu Opferschutzorganisationen in anderen Ländern pflegt der WEISSE RING durch die Mitgliedschaft im europäischen Dachverband Victim Support Europe eine gute Verbindung.

**Opfer-Telefon des WEISSEN RINGS - 116 006**

**Nummer gegen Kummer:**

Gibt es etwas, das Dich aus dem Gleichgewicht bringt? Etwas, das Dich unglücklich macht und Dich denken lässt: „Ich weiß nicht mehr weiter.“ Die „Nummer gegen Kummer“ steht Dir zur Seite und spricht mit Dir darüber. Dabei ist es egal, was Dich gerade bedrückt.

Stress mit Eltern, Freunden oder Mitschülern? Mobbing oder Abzocke im Internet oder Klassenzimmer? Angst, Missbrauch, Essstörungen, Depression oder Sucht? Wenn Du Dich gerade mit Deinen Problemen alleine fühlst Die Nummer gegen Kummer sind für Dich da. Montags bis samstags von 14 bis 20 Uhr unter der Rufnummer 116 111.

**Nummer gegen Kummer - 116 016****Polizei-Beratung – Wenn Sie Opfer einer Straftat werden**

Die Erfahrung, Opfer einer Straftat zu werden, kann sich tief ins Bewusstsein eingraben. Hier finden Sie Informationen zu den Delikten, Ihren Rechten als Opfer, Entschädigungsmöglichkeiten und den Ablauf eines Strafverfahrens.

Die Polizei informiert Sie über unterschiedliche Formen von Kriminalität. Jedes Kapitel enthält neben grundlegenden Erläuterungen auch eine Fülle von Fakten und Tipps, die Ihnen in schweren Situationen eine Hilfe sein können. Damit Sie Ihre Rechte als Opfer auch wahrnehmen können, ist die Erstattung einer Strafanzeige in den meisten Fällen notwendig. Dazu können Sie sich an jede Polizeidienststelle wenden.

<https://www.polizei-beratung.de/infos-fuer-betroffene/>