

## DU DARFST DIR IMMER HILFE HOLEN!

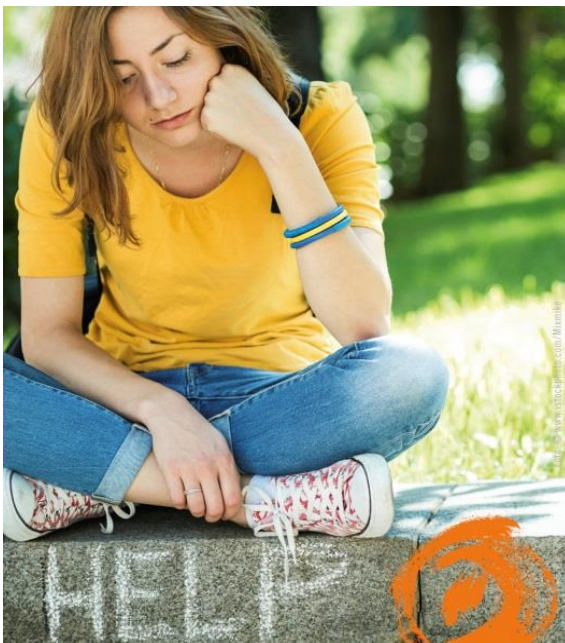
Gerade ist eine schwierige Zeit. Du verbringst viel Zeit zu Hause, kannst nicht in die Schule gehen und deine Freundinnen und Freunde vielleicht nicht treffen. Oft ist das gar nicht so einfach.

Hast du Stress oder Streit zu Hause?

Erlebst du Gewalt? Oder bist dir nicht sicher, ob das Gewalt ist?

Bist du alleine oder fühlst dich einsam?

Bist du traurig, verzweifelt oder voller Sorgen?



**DU DARFST DIR IMMER HILFE HOLEN!** **Wildwasser** Würzburg e. V.  
WENN DU TRAUIG BIST, DICH VERWIRRT FÜHLST ODER  
Verein gegen sexuelle Gewalt  
ANGST HAST, MUSST DU DAMIT NICHT ALLEINE BLEIBEN. an Mädchen und Frauen  
Hol' dir Hilfe und sprich' darüber! Telefon 0931.1 32 87  
www.wildwasserwuertzburg.de

Du musst damit nicht alleine bleiben!

**Ruf an oder schreib uns eine Mail! Wir sind für dich und deine Sorgen da!**

# HIER FINDEST DU HILFE:

## *Für Mädchen:*

### **Wildwasser Würzburg e.V.**

Verein gegen sexuelle Gewalt an Mädchen  
und Frauen

Beratungsstelle

Tel: 0931/132 87

[info@wildwasserwuerzburg.de](mailto:info@wildwasserwuerzburg.de)

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

## *Für Jungen und Mädchen:*

### **pro familia Beratungsstelle Würzburg**

Fachberatungsstelle bei sexueller Miss-  
handlung

von Kindern, Jugendlichen und jungen Er-  
wachsenen

Tel: 0931/460 650

[wuerzburg@profamilia.de](mailto:wuerzburg@profamilia.de)

[www.profamilia.de/wuerzburg](http://www.profamilia.de/wuerzburg)

## **Weitere Hilfsangebote**

### **Nummer gegen Kummer:**

Tel: 116 111

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

### **N.I.N.A. e.V.**

Tel: 0800 22 55 530

[beratung@save-me-online.de](mailto:beratung@save-me-online.de)

[www.nina-info.de/save-me-online](http://www.nina-info.de/save-me-online)

### **Kein Kind alleine lassen**

[www.kein-kind-alleine-lassen.de](http://www.kein-kind-alleine-lassen.de)

### **Jugendnotmail**

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