

#MeToo: Egal ob du Opfer von sexuellen Übergriffen in der Familie oder im Verein geworden bist, sprich es an! Rede mit einer Vertrauensperson in der Familie oder im Verein. Dies gilt auch, wenn dir solche Geschehnisse anvertraut wurden.

Manchmal fällt es auch leichter mit einem Dritten zu sprechen. Dafür bieten externe Beratungsstellen ihre Hilfe an. Dort erfahrt ihr wie es weiter geht, wie euch geholfen werden kann und wie ihr helfen könnt.

Die naheliegendste Beratungsstelle zu eurem Aufenthaltsort findet ihr hier: <https://www.hilfeportal-missbrauch.de/adressen/hilfe-in-ihrer-naehe/kartensuche.html>

Auch könnt ihr beim Hilfetelefon anrufen: 0800 22 55 530