



# Häusliche Gewalt? Seelische Krisen?

Probleme in der Partnerschaft? Stress in der Familie? Der Dauerstreit belastet Sie – oder es kommt sogar zu Gewalt? **Es gibt Anlaufstellen, die betroffene Menschen beraten und unterstützen.**

Sie sind von Gewalt bedroht oder haben Gewalt erlitten? Sie befürchten, dass in Ihrem Umfeld (Familie, Nachbarschaft, Freundeskreis ...) Gewalt geschieht?



HIER FINDEN ERWACHSENE, KINDER UND  
JUGENDLICHE BERATUNG UND HILFE

Hilfetelefon

Gewalt gegen **Frauen**

**116 016**

Nummer gegen Kummer für

**Kinder und Jugendliche**

**116 111**

Hilfetelefon

Gewalt an **Männern**

**0800 1239900**

Bayerisches Hilfetelefon für **lesbische,  
schwule, bisexuelle, transgeschlechtliche,  
intergeschlechtliche und queere Menschen**

**0800 00 112 03**

**Sie sind in Gefahr? Du bist in Gefahr?**

Sofort die Polizei rufen!

**110**

Infos und Links zu Beratungsangeboten (telefonisch, per E-Mail,  
in Help-Chats) bei häuslicher Gewalt und in seelischen Krisen:

[bayern-gegen-gewalt.de](http://bayern-gegen-gewalt.de)

**GEWALT  
LOS  
WERDEN**

[bayern-gegen-gewalt.de](http://bayern-gegen-gewalt.de)