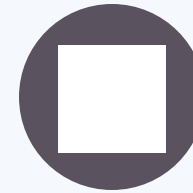




Hier findest
du
MUT
und weitere
Hilfe



In der Schule
direkt bei uns



Kummerkasten im
2. Stock (SMV-
Zimmer)



Auf dem Aushang
im Klassenzimmer
(QR-Code)



Auf der
Homepage der
Schule



Per E-Mail unter
mut@prMrs.de

MUT hilft mir, weil **Gewalt, Missbrauch, Verachtung und Demütigung sind nicht in Ordnung!**

- **Schützt dich selbst und deine Freunde** – wir helfen dir dabei und sind für dich da, besonders, wenn die Schule wieder geschlossen haben sollte.
- **Dein Körper und deine Gedanken gehören dir!** Du bestimmst selbst darüber! Vertraue deinem eigenen Gefühl! Wenn sich etwas unangenehm oder komisch anfühlt ist es das meisten auch! Du hast immer das Recht NEIN zu sagen und dir Hilfe zu bekommen!
- **Helft euch gegenseitig!** Haltet guten Kontakt zu euren Freunden und Mitschülern, besonders, wenn die Schule nochmal schließen sollte. Wenn ein Freund Hilfebraucht und sich nicht selbst traut, Hilfe zu holen – Melde dich!

Mein Unterstützer Team

Fr.Sigl/Hr.Dewit

Unsere

E-Mail:

mut@prMrs.de

Nummer gegen Kummer **Tel: 116 111**

Telefon bei Missbrauch oder dem
Verdacht **Tel: 0800 22 555 30**

Im Internet www.deine-playlist-2020.de

Du musst nichts aushalten, melde dich!

IMMA e. V. - Initiative für Münchner Mädchen

- **Beratungsstelle für Mädchen* und junge Frauen***
Jahnstraße 38
80469 München
- [Lageplan](#)
- Möchtest Du mit uns sprechen? Du kannst uns jederzeit anrufen unter der Telefonnummer: 089/260 75 31
- E-mail: beratungsstelle@imma.de
- www.onlineberatung.imma.de
- **Telefonische Beratung und Terminvereinbarung:**
 - Montag: 14-16 Uhr
 - Mittwoch: 14-18 Uhr
 - Donnerstag: 10-12 Uhr
 - oder per Rückruf
- **Offene Beratung für Mädchen* und junge Frauen*:**
Dienstag: 14-16 Uhr
ohne Terminvereinbarung



KIBS e. V. Beratungsstelle für Jungen und junge Männer

- <https://www.kinderschutz.de/Angebote/Beratung-bei-sexuellem-Missbrauch/KIBS/Jungen>
- KIBS - KINDERSCHUTZ MÜNCHEN
(insbesondere für Jungen)
Landwehrstraße 34
80336 München
- Möchtest Du mit uns sprechen? Du kannst uns jederzeit anrufen unter der Tel: 089 / 231716-9120
- Online Beratung über die Homepage
- E-Mail: mail@kibs.de



Weitere wichtige Ansprechpartner Schule

- Herr Geppert (Schulpsychologe) Sebastian.geppert@prmg.de
- Tel: 089/ 74426-104

- Herr Pfarrer Maurer (Schulseelsorger) pfarrer@ths-pullach.de
- Tel: 089/ 74426-107

- Frau Pfarrerin Lambrecht (Schulseelsorgerin) pfarrerin@ths-pullach.de
- Tel: 089/ 74426-183

Weitere wichtige Ansprechpartner Internet

- Bei der **bke-Jugendberatung** können Jugendliche andere junge Menschen als Gesprächspartner finden und Kontakt zu erfahrenen Beraterinnen und Beratern aufnehmen.
- Internetauftritt: <https://jugend.bke-beratung.de>
- **Save me online** hilft, wenn du lieber Online-Hilfe per E-Mail gewünscht wünschst:
- Internetauftritt: <https://nina-info.de/save-me-online>
- Auf dem Hilfeportal Sexueller Missbrauch finden Betroffene weitere Informationen und Ansprechpartner.
- Internetauftritt: www.hilfeportal-missbrauch.de