



**TRAU
DICH!**

Hilfe bei Gewalt in der Familie

**Wirst du geschlagen?
Wirst du bedroht?
Wirst du auf eine Art angefasst,
die du nicht möchtest?**

**Niemand darf das. Auch nicht
deine Eltern, Geschwister oder andere
Familienmitglieder.**

Im Notfall,

**wenn du Angst hast,
wenn du dich nicht sicher fühlst:
Ruf die Polizei (Telefon 117).**

Im Notfall ☎- 117

Polizei (immer erreichbar), www.kapo.gr.ch

Hier findest du Hilfe ☎- 147

Beratung für Kinder und Jugendliche
(immer erreichbar), SMS 147, www.147.ch

Wenn etwas Schlimmes passiert ist

Opferhilfe Graubünden 081 257 31 50, www.soa.gr.ch

wenn's
knallt

**TRAU
DICH!**

**Sprich
darüber.
Hol dir
Hilfe.**

**Die Telefonnummer 147 hilft
dir weiter. Ruf dort an oder schreib
eine SMS.**

**Du kannst auch mit deiner Lehrerin
oder deinem Lehrer sprechen.**



Koordinationsstelle Häusliche Gewalt
Post da coordinaziun violenza a chasa
Servizio di coordinamento violenza domestica

weitere



Infos



**TRAU
DICH!**