



Evangelische  
Jugend Bremen

FACHSTELLE  
SEXUALISIERTE GEWALT  
IN DER BREMISCHEN  
EVANGELISCHEN KIRCHE

## Du bist nicht allein!

Mehr Unterstützung, weitere Hilfen  
und Angebote findest du auch hier.



Dinge können passieren, die sich falsch anfühlen. Doch du kannst handeln: Grenzen setzen, Hilfe holen, andere stärken. Egal was war – es ist okay zu reden und Hilfe zu brauchen. Menschen sind für dich da.

## Alltäglicher Sexismus

„Leute kommentieren ständig meinen Körper, obwohl ich das nicht will.“  
„Andere bestimmen einfach, wie ich sein soll. Das nervt total.“

## Catcalling – kein Kompliment

„Auf dem Heimweg pfeifen sie mir nach. Es macht mir Angst.“  
„Ich will nur in Ruhe gehen, aber irgendwer ruft immer was hinterher.“

## Digitale Grenzverletzungen

„Online fragt man mich Sachen, die echt gar nicht gehen.“  
„Ich kriege einfach Bilder geschickt, die ich null sehen wollte.“

## Druck & Manipulation

„Man versucht mich zu irgendwas zu drängen, obwohl ich klar Nein sage.“  
„Ich soll immer irgendwas ‚beweisen‘, nur damit andere zufrieden sind.“

## Körperliche Übergriffe

„Leute fassen mich an, ohne zu fragen. Einfach so.“  
„Ich sag Nein, aber manche hören trotzdem nicht auf.“

**krisenchat.de**



Anonyme Soforthilfe per  
Chat für alle unter 25.

**schreib-olli.de**



Beratung von N.I.N.A. bei  
sexuellem Missbrauch.

**schattenriss.de**



Fachberatungsstelle gegen  
sexualisierte Gewalt an Mädchen\*.

**jungenbuero-bremen.de**



Beratungsstelle gegen  
sexualisierte Gewalt an Jungen\*.

**HIER FÜR DICH  
VOR ORT**

Name

Tel.

Mail