

# PLAKAT: Unser Plan gegen Mobbing

Wenn du betroffen bist:



Dich trifft  
keine Schuld!



Wenn du Mobbing beobachtest:

Gib Mobbing keine Chance!

## Hier gibt's Hilfe

- TELEFON** 116 111 „Nummer gegen Kummer“ (Montag bis Donnerstag von 14 bis 20 Uhr – kostenfrei)  
116 006 „Weißer Ring“ (Montag bis Sonntag von 7 bis 22 Uhr – kostenfrei)
- WHATSAPP** 0176 45714095 „Zeichen gegen Mobbing e. V.“ (kostenfrei)
- CHAT/E-MAIL** [nummergegenkummer.de](https://nummergegenkummer.de) (Chat Montag bis Samstag von 14 bis 20 Uhr – kostenfrei)



## Gemeinsam gegen Cybermobbing: