

*In diesem Roman geht es um sexualisierte Gewalt. Betroffene haben mit mir darüber gesprochen. Sie wollen nicht Opfer genannt werden, denn das würde sie hilflos machen – und die Täter nur noch stärker. Sexualisierte Gewalt findet an vielen Orten statt. Sie reicht von verletzenden Sprüchen über das Zusenden von sexistischen Nachrichten und Fotos bis zu Vergewaltigungen.*

Du bist auch betroffen? Hier wird dir anonym geholfen:

TELEFONISCH

Deutschland: 0800 2255530 oder 0800 1122200

Schweiz: 143

Österreich: 142 oder 0800 222555

IM INTERNET

*Deutschland*:

- [www.ansprechstelle-safe-sport.de](http://www.ansprechstelle-safe-sport.de)  
(auch Chat und Videochat)
- [www.hilfe-portal-missbrauch.de](http://www.hilfe-portal-missbrauch.de)  
(Hilfe in deiner Nähe)
- [www.hilfetelefon.de](http://www.hilfetelefon.de) (auch Chat)
- [www.anlauf-gegen-gewalt.org](http://www.anlauf-gegen-gewalt.org) (Leistungssport)

*Schweiz*:

- [www.opferhilfe-schweiz.ch](http://www.opferhilfe-schweiz.ch)
- [www.onlineopferberatung.ch](http://www.onlineopferberatung.ch)

*Österreich*:

- [www.rataufdraht.at](http://www.rataufdraht.at)
- [www.haltdergewalt.at](http://www.haltdergewalt.at)