



# reset one

**dich hat's erwischt. mann, das war kein spaß mehr!**

du bist jung | du bist männlich | jemand hat dich bedroht, geschlagen, abgezogen, gemobbt oder...

- es beschäftigt dich
- etwas hat sich verändert: du bist wütend, sinnst auf rache – traust dich nicht mehr raus, nicht mehr zur schule
- hast fragen oder brauchst infos. willst mal hören, ob es anderen auch so geht und was die machen
- interessierst dich für selbstbehauptung und konflikt-training oder was es sonst noch gibt
- willst mal durchspielen, was du machen kannst, wenn dir jemand blöd kommt
- möchtest dich wieder sicher fühlen

**was kannst du tun? geh es an! meld dich bei uns!**

tagsüber telefonisch unter 34 33 17 15 (AB),  
per mail: [reset-one@gmx.de](mailto:reset-one@gmx.de), persönlich mittwochs  
von 14 bis 17 uhr in der selbsthilfe-, kontakt- und  
beratungsstelle, perleberger str. 44, 10559 berlin-moabit