

WER KANN HELFEN?

Es ist sehr schwer, sich gegen Größere oder Stärkere zu wehren. ABER: Egal, was der andere tut oder sagt, du hast immer ein Recht auf Hilfe.

Rede mit einer Person, der du vertraust. Das kann jemand aus der Familie sein, aus der Schule, ein Freund oder eine Freundin. Versuche es so lange, bis du jemanden findest, der dir zuhört und dir glaubt.



AUCH WIR HELFEN DIR!

Du kannst uns anrufen oder eine E-Mail schicken. „Silberdistel“ ist eine Beratungsstelle für Mädchen und Jungen, die etwas blödes Sexuelles erlebt haben.

Telefon: 07141 – 688 71 90
info@silberdistel-ludwigsburg.de
www.silberdistel-ludwigsburg.de

Du kannst auch die Nummer gegen Kummer des Kinder- und Jugendtelefons anrufen. Das Telefongespräch kostet nichts und keiner erfährt etwas davon, wenn du es nicht möchtest.

Telefon: 11 6 111
oder 0800 111 0 333
Mo - Sa von 14:00 - 20:00 Uhr
www.nummergegenkummer.de

WICHTIGE TIPPS FÜR MÄDCHEN UND JUNGEN

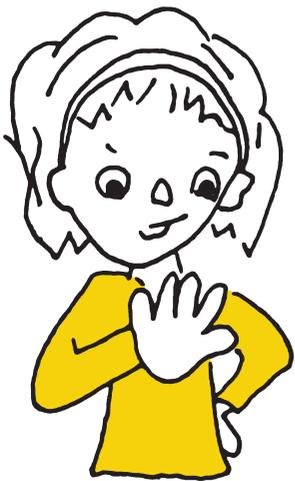


**„Du bist wertvoll
- trau Dich!“**

Silberdistel e.V.
Fachberatungsstelle gegen sexuelle Gewalt

DAS IST NICHT IN ORDNUNG

Manchmal fassen Erwachsene oder ältere Jugendliche einem Kind an den Po, an die Brust, an die Scheide oder an den Penis. Oder sie wollen, dass das Kind sie dort anfasst.
Das nennt man sexuellen Missbrauch.



Manchmal sagen Erwachsene oder Jugendliche zu einem Kind komische Sachen, oder zeigen Sex-Bilder zum Beispiel im Internet auf dem Computer oder Handy.

Das können Menschen sein, die das Kind gut kennt und vielleicht auch mag. Zum Beispiel

jemand aus der Familie oder Freunde. Manchmal sind es auch Fremde.

HILFE HOLEN IST KEIN PETZEN

Manchmal sagen Erwachsene: "Das ist unser Geheimnis, du darfst das nicht weiter erzählen". Aber das stimmt nicht. Wenn jemand blöde Dinge sagt und tut, dann darf man das immer weiter erzählen. Das ist kein Petzen sondern Hilfe holen. Jedes Kind hat ein Recht auf Hilfe.



DEIN KÖRPER GEHÖRT DIR

Du alleine darfst bestimmen, wer dich anfassen darf! Niemand hat das Recht, dich anzufassen, wenn du das nicht willst!

Auch Verwandte, Lehrer, Trainer oder Bekannte dürfen das nicht.

Und niemand darf von dir Berührungen verlangen, die dir unangenehm oder eklig sind.

Ausnahme:
Wenn du krank oder verletzt bist, muss dich ein Arzt oder eine Ärztin untersuchen.

