

# DEINE RECHTE

SIND UNS WICHTIG

**TRAU  
DICH!**

Ich habe  
eine Recht  
auf Hilfe.

Ich habe das  
Recht, NEIN  
zu sagen!

Ich vertraue  
meinem Gefühl!

Schlechte Geheimnisse  
erzähle ich weiter.

Mein Körper  
gehört mir!

Keiner darf mir Angst  
machen!

Respekt  
für mich!

Hör mir zu!

**Bei Hinweisen auf sexualisierte Gewalt**

- Wenn du etwas weißt oder
- Wenn du Gewalt selber erlebt hast

**Wende dich bitte an eine erwachsene Person, der du vertraust!**

**Telefonnummern findest du in diesem Heft.**

Hallo liebe Kinder,

In unserer Pfarrgemeinde treffen sich Kinder in verschiedenen Gruppen. Es gibt zum Beispiel die Erstkommunionkinder, die Ministranten, die Sternsinger, die Firmlinge und die Kinder- und Jugendgruppen von Kolping.

Wir wollen, dass sich alle Kinder in unserer Pfarrgemeinde wohl fühlen.

Deshalb sollen alle eure Rechte achten. Damit dies gelingt, haben wir folgende Grundregeln aufgestellt:

### 1. Stopp-Regel



**Du hast das Recht, Nein zu sagen.** Niemand darf dich gegen deinen Willen berühren. Gegen Berührungen, Blicke oder Sprüche, die dir unangenehm sind, darfst du dich wehren.

Nein heißt Nein!

Jeder Mensch hat eine eigene Art Nein zu sagen. Manche wehren sich mit Blicken, Worten oder ihrer Körperhaltung, andere gehen beispielsweise weg.

Du hast das Recht, dass dein Nein respektiert wird.

### 2. Respekt-Regel



**Du hast das Recht, fair und gerecht behandelt zu werden!**

Kein Kind, kein Jugendlicher oder Erwachsener darf dir drohen oder Angst machen. Egal ob mit Blicken, Worten, Bildern, Spielanweisungen oder Taten. Niemand darf dich erpressen, dich ausgrenzen oder abwertend behandeln.

### 3. Gesprächs-Regel



**Du hast das Recht, deine Ideen und Vorschläge einzubringen!**

Wir lassen uns gegenseitig ausreden und hören einander zu. Jeder darf seine Meinung sagen und sich beschweren.

Aber wir sprechen respektvoll miteinander und stellen niemanden bloß.

### 4. Hilfe holen ist kein Petzen!



**Du hast das Recht, Hilfe zu holen!**

Wir trauen uns, Hilfe zu holen. Denn es kann manchmal schlimme Folgen haben, wenn man keine Hilfe holt.

Wenn du dich unwohl fühlst oder ein schlechtes Geheimnis dir Angst macht, darfst du es weitersagen, auch wenn du versprochen hast, es für dich zu behalten. Das ist kein Petzen!

### 5. Dein Körper gehört dir!



**Du hast das Recht, zu bestimmen, wer dich anfassen darf!**

Du darfst auch selbst bestimmen, wen du anfassen willst. Niemand darf dich gegen deinen Willen küssen, berühren, fotografieren, filmen, Aufnahmen posten oder weiterschicken.

## An diese Personen kannst du dich wenden:

Aus der Kolpingsfamilie:

**Silvia Ruhland** ☎ 0160 93980216

**Sebastian Most** ☎ 09606 95979050

Als Betreuerin der Ministranten:

**Julia Schreier** ☎ 01525 5284576

Aus der KLJB Saltendorf:

**Katharina Bogner** ☎ 01511 5504241

**Simon Schlosser** ☎ 0160 95953942

Aus der Spielvereinigung Pfreimd – Abteilung Turnen

**Mona Bock** ☎ 09606 292944

**Josefine Duscher** ☎ 0170 207 11 81

Aus dem Franziskuskindergarten:

**Daniela Kielhorn** ☎ 09606 7179

Aus dem Kindergarten St. Martin Pfreimd:

**Gabi Schönberger** ☎ 0172 580 8180

Aus dem St. Anna Kinderhaus Wernberg-Köblitz:

**Christine Lippert** ☎ 09604 914033

☎ 09606 1614

Aus der Landgraf-Ulrich-Mittelschule Pfreimd:

**Reinhilde Bodensteiner** ☎ 09606 914911

Aus der Grund- und Mittelschule Wernberg-Köblitz:

**Mona Bock** ☎ 09606 292944

Hier kannst du anrufen:

**Nummer gegen Kummer-** Kinder- und Jugendtelefon ☎ 116 111

🏠 <https://www.nummergegenkummer.de/onlineberatung/#/>

Hier kannst du dich informieren:

Initiative **Trau dich!**

🏠 <https://www.trau-dich.de>