

## Damit du dich sicher fühlst:

### **Dein Körper gehört dir!**

Mädchen und Jungen dürfen selber über ihren Körper bestimmen und haben das Recht, Berührungen anzunehmen und zurückzuweisen.

### **Auch Worte können weh tun!**

Kinder dürfen sich gegen abwertende Sprüche, Ausgrenzungen oder Zwang wehren.

### **Du darfst selbst entscheiden!**

Mädchen und Jungen dürfen unangenehme Berührungen zurückweisen.

### **Dein Gefühl hat recht!**

Du merkst, wenn sich etwas komisch oder unangenehm anfühlt.

### **Du darfst nein sagen!**

Kinder dürfen und müssen in bestimmten Situationen Grenzen ziehen und „Nein“ sagen.

### **Es gibt gute und schlechte Geheimnisse!**

Geheimnisse, die Dir Angst und Kummer bereiten, darfst Du weitererzählen. Hilfe holen ist kein Petzen.

### **Sprich darüber, damit es dir besser geht - hol dir Hilfe!**

Sprich mit deinen Eltern oder anderen Erwachsenen, denen du vertraust. Hol dir Hilfe!

**„Ansprechpartner\*innen bei Beschwerden und Fragen in Bezug auf sexuelle Gewalt im Bereich des Dekanates Untereichsfeld.“**

Pfarrgemeinde St. Cyriakus



Martin Grosche  
Tel. 05527/72414



Lucia Kirscht  
Tel. 0176/61904809

Dekanat Untereichsfeld



Christiane Wüstefeld  
Tel. 05527/72372



Sigrid Nolte  
Tel. 05527/847419