

Es gibt Lösungen!

- ☞ du hast es erzählt und dir wird geglaubt.
- ☞ du bekommst Verständnis und Trost.
- ☞ du wirst gefragt, was dir helfen kann.
- ☞ es geht um **DEINE** Lösung.

Das braucht manchmal viele Schritte.

Vielleicht gehst du

- ... zu einer Beratungsstelle
- ... zur speziellen Beratungsstelle „Wendepunkt“
- ... ins Mädchenhaus
- ... zur Schulsozialarbeit
- ... zum Jugendamt
- ... zur Polizei



Profis, die dir helfen können:

als Fachstellen:

Ev. Familien- und Erziehungsberatungsstelle

der Diakonie im Kirchenkreis Halle e.V., Halle (Westf.), Martin-Luther-Str. 9
Tel.: 0 52 01/184-70, feb@diakonie-halle.de

Mädchenhaus Bielefeld Zufluchtsstätte: Tel.: 05 21/2 10 10 (rund um die Uhr!)

Beratungsstelle: Bielefeld, Renteistr. 14, Tel.: 05 21/17 30 16

Außerdem Internet-online-Beratung unter: www.maedchenhaus-bielefeld.de

Wendepunkt – Anlauf- und Beratungsstelle bei sexualisierter Gewalt gegen Kinder und Jugendliche

Gütersloh, Tel.: 0 52 41/85 24 95, wendepunkt@kreis-guetersloh.de

pro familia

Gütersloh, Roonstr. 2, Tel.: 0 52 41/2 04 50, guetersloh@profamilia.de

Anrufen und fragen kannst du auch noch folgende Ansprechpartner*innen aus dem Haller Arbeitskreis gegen sexuellen Missbrauch an Mädchen und Jungen:

Alina Groneick (Berufskolleg Halle) Halle (Westf.), Tel.: 0 52 01/81 46 21, a.groneick@awo-guetersloh.de

Anke Venohr (Gesamtschule Halle), Halle (Westf.), Tel.: 0 52 01/8 12 63 10, ankevenohr@web.de

Sandra Werner (Gleichstellungsstelle der Stadt Halle (Westf.)) Halle (Westf.), Tel.: 0 52 01/183-181, sandra.werner@hallewestfalen.de

Bettina Ruks (Gleichstellungsstelle der Gemeinde Steinhagen) Steinhagen, Tel.: 0 52 04/997-206, bettina.ruks@steinhagen.de

Nora Breuer/Ariane Vaughan (Gleichstellungsstelle der Stadt Werther (Westf.)), Werther (Westf.), Tel.: 05203/ 705-62, gleichstellung-werther@gt-net.de

Annika Bütow (Fachberatung Offener Ganztage (AWO Gütersloh)) Gütersloh, Tel.: 05241/903531, a.buetow@awo-guetersloh.de

Ursula Rutschkowski (Opferschutzbeauftragte der Polizei) Gütersloh, Tel.: 0 52 41/869-1873, opferschutz.guetersloh@polizei.nrw.de

Anja Holle (Städt. Kindertagesstätte Künsebeck) Halle (Westf.), Tel.: 0 52 01/77 19, anja.holle@hallewestfalen.de

Gesine Uflerbäumer (Rechtsanwältin) Halle (Westf.), Tel.: 0 52 01/7 35 62 13, post@uflerbaeumer.de

Angela Schwentker (Rechtsanwältin) Halle (Westf.), Tel.: 05201/8563689, post@kanzlei-schwentker.de

Kreis Gütersloh – Abt. Jugend Regionalstelle Nord Halle (Westf.), Werther Str. 1, Tel.: 0 52 01/81 45-0

Haus der Jugend „Checkpoint“ Steinhagen (AWO) Steinhagen, Tel.: 05204/4546, hdj@hdj-steihagen.de

Anonyme und kostenlose Beratung bekommst du auch hier:

„Nummer gegen Kummer“, Tel: 116111

www.nummergegenkummer.de

www.hast-du-stress.de

www.bke.de

Hilfetelefon sexueller Missbrauch, Tel: 0800 2255530

www.hilfeportal-missbrauch.de

Ein wichtiger Grund zum Reden!

Sexuelle Gewalt



Sexuelle Gewalt – was hat das mit mir zu tun?

...was hat das mit mir zu tun?

„Neulich hat mir meine Freundin erzählt, dass ihr Cousin zu Besuch war. Er kam nachts in ihr Zimmer und hat sie angegrapscht. Sie hat geweint, als sie das erzählte und will sonst mit keinem drüber reden. Seitdem geht's mir auch nicht gut. Ich hab geschworen, es nicht weiterzuerzählen, ich kann das aber kaum aushalten.“

(Lina, 13)

„Ich mache viel mit meinem Onkel, der ist cool drauf und eigentlich ganz nett. Aber manche Sachen, die der macht, sind voll krass. Dann guckt er mich so komisch an. Ich weiß dann schon, was kommt. Letztens hat er mich, als wir allein waren, an den Busen gefasst und an sich gedrückt. Ich wollte das nicht, aber er hat einfach weitergemacht. Das passiert nur, wenn das kein anderer mitkriegt.“

(Sofia, 15)

Kennst du das auch?



Du brauchst das nicht allein auszuhalten!

- Du hast keine Schuld!
- Niemand darf mit dir Dinge tun, die du nicht willst!
- Es ist normal, Gefühle zu bekommen, wenn du angefasst wirst. Von Ekel bis Erregung, alles ist möglich.
- Du brauchst dich nicht zu schämen, du kannst nichts dafür!
- Das passiert leider nicht nur dir, sondern auch anderen!
- Schlechte Geheimnisse muss man nicht für sich behalten!
- Du darfst dich wehren!
- Sag NEIN, wenn du etwas nicht willst.
- Hol dir Hilfe!

Ein wichtiger Grund zum Reden!

Wenn dein „Nein“ alleine nicht reicht, gibt es Menschen, die weiterhelfen können.

Vielleicht kannst du es

... deiner besten Freundin
... deinem Freund oder deiner Freundin
... deiner Lieblingslehrerin oder deinem Lieblingslehrer
... deiner Mutter
... deinem Vater
oder einer anderen Vertrauensperson erzählen.

Gib nicht auf, bis du eine Person gefunden hast, die dich ernst nimmt.

Dann könnt ihr gemeinsam überlegen, was dir helfen könnte.

Außerdem gibt es „Profis“, die solche Probleme kennen, damit umgehen können und die mit dir zusammen nach Lösungen suchen.

