

MERKBLATT FÜR ELTERN

Was tun bei einem vermuteten sexuellen Übergriff auf ein Kind oder einen Jugendlichen, eine Jugendliche?

- Bewahren Sie Ruhe und überstürzen Sie nichts. Handeln Sie aber zielstrebig und entschieden.
- Machen Sie Notizen (Datum, Zeit usw.) über die Beobachtungen, die Sie beunruhigen. Lassen Sie sich von einer Fachstelle beraten.
- Sprechen Sie nicht selber mit dem vermuteten Täter, der vermuteten Täterin. Diese Gespräche sind heikel und sollten von Fachleuten geführt werden.
- Wenden Sie sich an eine Vertrauensperson wie zum Beispiel an die Klassenlehrerin, den Klassenlehrer, eine Leitungsperson, die Schulsozialarbeit oder Ihre Schulärztin, Ihren Schularzt.
- Wählen Sie Ihre Gesprächspartnerinnen und Gesprächspartner sorgfältig aus und tragen Sie dazu bei, dass keine Gerüchte entstehen.

Was ist zu tun bei einem klaren, akuten Fall?

- Lassen Sie sich von einer Fachstelle über die notwendigen Schritte beraten oder gehen Sie direkt zur Polizei.

Fachstellen und Informationen

Lantana, Fachstelle Opferhilfe
bei sexueller Gewalt
www.lantana-bern.ch
Tel. 031 313 14 00

Beratungsstelle Opferhilfe Bern
www.opferhilfe-bern.ch
Tel. 031 370 30 70

Selber Grenzen verletzt?

Tun Sie alles, damit Sie sich keine weiteren Übergriffe zu Schulden kommen lassen. Holen Sie sich Hilfe bei einer Fachstelle.

Fachstelle Gewalt Bern
Seilerstrasse 25 / Postfach
3001 Bern
Hotline: 0 765 765 765
Für allgemeine Fragen: 031 381 75 06
www.fachstellegewalt.ch

MERKBLATT FÜR ELTERN

Das Recht auf «Nein!»

Es ist wichtig, Kinder und Jugendliche aufs Thema sexuelle Übergriffe anzusprechen. Überlegen Sie zusammen mit Ihrer Tochter, Ihrem Sohn, wie und mit wem Ihre Jugendlichen nebst Ihnen als Eltern über schwierige Situationen und Erlebnisse, bedrückende oder verletzte Gefühle reden können.

Mit den folgenden sechs Botschaften stärken Sie Ihr Kind:

- **Dein Körper gehört Dir**
Du entscheidest selbst über Deinen Körper: Du entscheidest, wer ihn wie, wo und wann anfassen darf.
- **Deine Gefühle sind wichtig**
Rede über Deine Gefühle, gerade auch wenn sie unangenehm sind. Sie wollen Dir etwas sagen.
- **Du hast ein Recht auf ein «Nein!»**
Du darfst Nein sagen, wenn Dir etwas unangenehm ist.
- **Es gibt gute und schlechte Geheimnisse**
Geheimnisse, die Dich bedrücken oder Dir Angst machen, sind schlechte Geheimnisse. Erzähl jemandem, dem Du vertraust, davon, sprich über Deine Ängste und Gefühle.
- **Hol Dir Hilfe**
Du darfst Dir immer Hilfe holen. Wenn Dir etwas passiert ist, das Dich bedrückt oder Dir Angst macht, hol Dir Rat und Unterstützung (Adresse auf der Vorderseite).
- **Du bist nicht schuld**
Egal, was Du denkst oder jemand anders zu Dir sagt: Du bist nicht schuld, wenn Dich jemand für seine eigenen Zwecke missbraucht.