

**Nicht
mit mir!**

Eine Aktion der Sport-
jugend Lippe und der
Fachstelle Kinderrechte -
unterstützt durch den
Landessportbund NRW.



Gefördert durch das
Jugendamt des Kreises Lippe

Impressum

KSB Lippe - Sportjugend

Felix-Fechenbach-Straße 5 · 32756 Detmold

info@ksb-lippe.de · Telefon: 0 52 31/62 - 79 02



Weitere Infos und Kontakte findest du hier:
www.ksb-lippe.de/sportjugend/psg



Gefördert durch das Jugendamt des
Kreises Lippe

Dein Sportverein



Hallo,

wir von der Sportjugend Lippe und der Fachstelle Kinderrechte möchten, dass Du Dich in Deinem Sportverein wohlfühlst. Manchmal kann es vielleicht vorkommen, dass Dir eine Situation seltsam vorkommt? Du Dich unwohl fühlst, wenn Du mit anderen zusammen bist? Oder Du vielleicht sogar Bauchschmerzen bekommst, wenn Du zum Training gehst?

Mit dieser kleinen Broschüre möchten wir Dir helfen, Situationen zu erkennen, bei denen Du Dir nicht ganz sicher bist, ob das, was gerade passiert, richtig ist. Denn wir möchten, dass es Dir gut geht, wenn Du Sport machst.

Schau also mal rein!

Wenn du Fragen hast, sind wir gerne für Dich da.

Deine Sportjugend Lippe und Fachstelle Kinderrechte



„... Hoffentlich platzt
nicht wieder jemand rein,
wenn ich mich umziehe...“



VOR DEM TRAINING ... IN DER UMKLEIDE

- Niemand darf ohne Dein Einverständnis beim Umziehen oder Duschen reinkommen.
- Auf ein Anklopfen kannst du auch mit „Nein“ reagieren.
- Niemand darf ohne Dein Einverständnis Fotos oder Videos in der Umkleide oder an anderen Orten von Dir machen.
- Du hast ein Recht auf Privat- und Intimsphäre!
Du bestimmst, wer Dich fotografieren oder filmen darf!





„... Ich fühle mich unwohl, wenn der/die Trainer*in mich so seltsam anfasst...“



BEI DEM TRAINING... IN DER TURNHALLE

- Niemand hat das Recht, Dich zu begrabschen oder Dich anderweitig körperlich zu berühren.
- Wenn Du Berührungen nicht möchtest, sprich es an, mach Dich bemerkbar. Du weißt am besten, wo Deine Grenzen sind!
- Niemand darf Dich zwingen etwas zu tun, was Du nicht möchtest.
- Wenn Du etwas nicht möchtest, kannst Du laut „Stopp“ oder „Nicht mit mir“ sagen.





„Och nööö, jetzt hat
der/die Trainer*in mich
wieder fertig gemacht
vor allen Anderen...“

BEI DEM TRAINING... AUF DEM SPIELFELD



- Beleidigende oder blöde Sprüche haben weder auf dem Spielfeld noch am Spielfeldrand etwas zu suchen.
- Kränkende Gesten oder Handlungen musst Du nicht hinnehmen.
- Niemand hat das Recht, Dich zu beschimpfen oder zu verspotten.
- Fairness und Respekt sind wichtig!
Du kannst Deinen/Deine Trainer*in darauf ansprechen.



„Och nööö, jetzt wurde ich als letztes ins Team gewählt und alle haben gelacht...“

Haha!

Haha!

Haha!



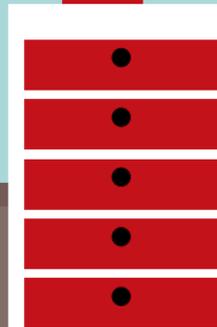
BEI DEM TRAINING... AUF DEM SPIELFELD

- Niemand darf aufgrund seines Geschlechts, der Hautfarbe, der Körpergröße, Religion oder Leistung schlecht behandelt werden.
- Kränkende Gesten oder Handlungen musst Du nicht hinnehmen.
- Niemand hat das Recht, Dich zu verspotten, weil Du anderer Meinung bist.
- Ein respektvoller Umgang miteinander ist wichtig. Ihr könnt in der Gruppe zusammen überlegen, ob es Alternativen für die Gruppeneinteilungen gibt, die fair und gleichberechtigt sind.





„... Warum will sich
der/die Betreuer*in/
Übungsleiter*in alleine
mit mir treffen?..“

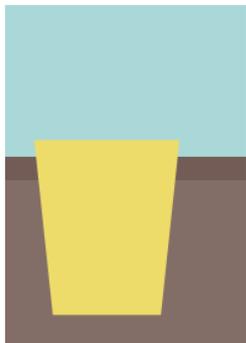




NACH DEM TRAINING... ZUHAUSE



- Es gibt keinen Grund, dass der/die Betreuer*in oder Übungsleiter*in sich mit Dir alleine trifft.
- Einzelstunden sind nur mit der Zustimmung Deiner Eltern erlaubt.
- Dein/Deine Betreuer*in hat kein Recht sich in Dein Privatleben außerhalb des Sports einzumischen.
- Private Nachrichten oder Anrufe von Deinem/Deine Betreuer*in musst Du nicht annehmen. Du kannst die Nachrichten z.B. Deinen Eltern zeigen.



„... Warum beleidigen
die anderen mich in der
WhatsApp-Gruppe?...“

Du Opfer!!!

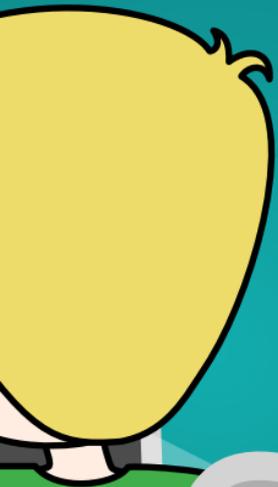


Hahaha...

Hast du das gesehen...?

&\$!#%

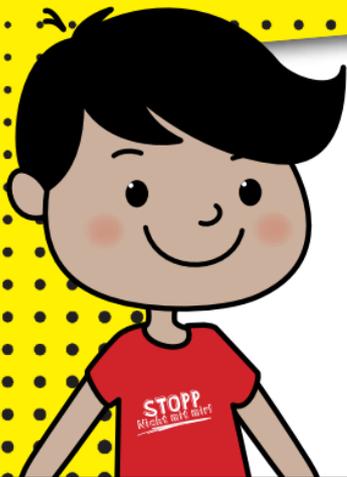




NACH DEM TRAINING... IM NETZ

- Niemand hat das Recht Dich in WhatsApp oder im Netz zu beleidigen.
- Sprich das Problem an. Vereinbart Regeln für Gruppe.
- Niemand hat das Recht Gerüchte oder Fotomontagen von Dir zu versenden.
- Speichere die Beweise ab. Lösche/blockiere den betreffenden Kontakt. Du bist nicht allein.





Weitere Infos und
Kontakte findest du hier:
[www.ksb-lippe.de/
sportjugend/psg](http://www.ksb-lippe.de/sportjugend/psg)



**Wenn Dir diese Situationen bekannt vorkommen,
wenn Du das selber schon erlebt hast, wenn Du so etwas
beobachtet hast, dann fragst du Dich vielleicht gerade:
Stimmt mein Bauchgefühl?**

Wenn es ein Geheimnis ist, darf ich es trotzdem erzählen,
wenn es sich nicht gut anfühlt? Könnten andere auf mich sauer sein?
Wie kann ich die richtigen Worte dafür finden und wer hört mir zu?

Diese Fragen sind völlig normal. So geht es vielen anderen auch,
die solche Situationen erlebt haben. Du kannst Dir Unterstützung
holen - hol Dir Rat und teil Deine Ängste und Sorgen.
Das erleichtert Dich und Dir kann geholfen werden.

Wir sind für Dich da, hören Dir zu und nehmen Dich ernst!

Wir wollen gemeinsam eine Lösung finden!

Du erreichst uns unter:

Christin Görtler

Kreissportbund Lippe
c.goertler@ksb-lippe.de

0 52 31/62 - 79 10

Mareike Brinkmeyer

Fachstelle Kinderrechte
m.brinkmeyer@kreis-lippe.de

0 52 31/62 - 43 30