

DEVI SAPERE:

- Magari qualcuno cerca di convincerti che ti piace, che è una cosa normale e che te lo stai solo immaginando: **Fidati di te e di quello che senti!** Le persone che parlano così vogliono solo confonderti le idee.
- Ci sono molti modi per ribellarsi. Per esempio, puoi urlare, picchiare, calciare, mordere, andartene, correre via, chiamare aiuto, inventarti una scusa, dire una bugia e molto altro ancora. **Tutto** quello che ti viene in mente **è permesso** quando ti senti in pericolo. Puoi ribellarti - in qualsiasi modo, con le parole, con il tuo corpo o lanciando oggetti e puoi chiamare aiuto.
- Può anche succedere che dici di NO o ti ribelli in altro modo, ma l'altra persona non ti lascia stare. Magari hai talmente tanta paura che non osi fare niente. In questi casi è molto importante **che chiedi aiuto**.
- Qualche volta, alcuni adulti cercano di contattare dei bambini tramite internet, per incontrarli di persona più tardi, per abusarne o per farli posare davanti alla webcam. **Quando navighi su internet, non dare a nessuno il tuo indirizzo, il tuo numero di**

telefono, la tua foto o riprese con la webcam. Non fermarti nelle chatroom quando la gente parla di argomenti che ti danno fastidio, ti mettono in imbarazzo o ti fanno paura. Se, navigando in internet, provi delle sensazioni fastidiose, parlane con qualcuno.

● **Non hai nessuna colpa** se qualcuno ha fatto questo o qualcosa di simile con te, anche se hai accettato soldi o regali o se hai infranto delle regole. Non è colpa tua se avevi paura, ma nello stesso tempo, un po' ti piaceva. È **sempre** l'adulto ad esserne responsabile. Gli adulti sanno bene che non devono abusare sessualmente dei bambini. Raccontalo ad una persona di cui ti fidi, per esempio a qualcuno della tua famiglia, un insegnante, un amico di famiglia o a qualcuno del consultorio.

● Fatti coraggio e chiedi aiuto. Può darsi che gli adulti non facciano niente o non ti credano. Non lasciarti scoraggiare e raccontalo a qualcun altro. Ricordati: se hai subito un abuso sessuale, se qualcuno sta abusando di te o ha tentato di farlo, **non hai nessuna colpa!**

NON MI TOCCARE!



Consigli per bambini



Die Lobby
für Kinder
und Jugendliche

Deutscher Kinderschutzbund
Kreisverband Nürnberg e.V.

Rothenburger Str. 11 · 90443 Nürnberg
Tel.: 0911-929190 00
kinderschutzbund-nuernberg@odn.de



Fachberatungsstelle für Mädchen
und Frauen gegen sexuellen
Missbrauch und sexualisierte Gewalt

Rückertstraße 1 · 90419 Nürnberg
Tel.: 0911-331330
info@wildwasser-nuernberg.de



Die Lobby
für Kinder
und Jugendliche

Deutscher Kinderschutzbund
Kreisverband Nürnberg e.V.



Fachberatungsstelle für Mädchen
und Frauen gegen sexuellen
Missbrauch und sexualisierte Gewalt

Nürnberg

REFERAT FÜR JUGEND, FAMILIE UND SOZIALES

Ciao!

Forse hai sentito parlare di abuso sessuale in televisione, hai letto qualcosa su internet o sul giornale. Magari te ne ha parlato un'amica o un amico.

Quando qualcuno ti guarda o ti parla in modo fastidioso, ti tocca o ti bacia senza che tu lo voglia - ecco che iniziamo a parlare di abuso sessuale. Qualche volta, le persone che fanno questo, cercano di intimidire i bambini, di ricattarli o di minacciarli. Spesso sono persone che conosci e a cui vuoi bene.

Abbiamo scritto questi **SUGGERIMENTI** per te, in modo che tu sappia che cosa significa „abuso sessuale“ e per farti sapere a chi ti puoi rivolgere, se dovesse capitare a te.

Molte ragazze e anche ragazzi vengono nel nostro consultorio per raccontarci che qualche adulto o magari qualche ragazzo più grande si è comportato in modo molto strano. Ci hanno raccontato, per esempio, che

- qualcuno gli ha fatto vedere delle foto di persone nude o foto porno
- dovevano toccare qualcuno
- qualcuno gli ha fatto delle strane foto di carattere sessuale
- qualcuno gli ha chiesto in chat di descrivere i propri peli sotto le ascelle o altre parti del corpo o di farli vedere con la webcam
- dovevano leggere cose di sesso nella chat
- sono stati baciati o che dovevano baciare qualcuno
- sono stati toccati (sul sedere, sui seni, sul pene o sulla vagina, sotto la maglietta)

Gli adulti, o anche ragazzi più grandi, che fanno questo, possono essere persone che tu non conosci. Ma possono anche essere persone che conosci molto bene, per esempio qualcuno della tua famiglia, insegnanti o amici dei tuoi genitori. Quello che abbiamo raccontato adesso, purtroppo succede a molti bambini e ragazzi.



Nessuno ha il diritto di farti paura!

Non hai nessuna colpa

Fidati di te e di quello che senti!

Puoi ribellarti!

DEVI SAPERE:

- **Il tuo corpo è solo tuo.** Solo tu decidi chi ti può toccare e chi no. Nessuno ha il diritto di toccarti contro la tua volontà - nemmeno familiari, parenti, insegnanti o conoscenti. **Puoi ribellarti!**
- Ci sono sensazioni belle e sensazioni fastidiose. Se qualcosa ti fa paura, ti fa sentire strano o ti da fastidio senza che tu lo possa spiegare, **c'è un motivo.**
- Ci sono segreti buoni e segreti cattivi. Un segreto buono, per esempio, è quello che regalerai a tua mamma per il compleanno. Se invece c'è un segreto che ti crea problemi, che ti fa diventare triste o che ti fa addirittura paura, **ne devi parlare con un adulto.** Non significa fare la spia! Lo stesso vale anche se qualcuno ti minaccia! Per esempio: „Se lo dici a qualcuno, allora vedrai...“ **Nessuno ha il diritto di farti paura** con le parole, con schiaffi o con cattiverie. Adulti o ragazzi più grandi che fanno paura a bambine o bambini, sono cattivi!
- Se qualcuno ti fa un regalo, **non devi fare** niente, perché per i regali non si paga. Se un adulto ti regala qualcosa e vuole che tu, per esempio, gli dai un bacio, non sei obbligato a farlo. Se non vuoi un regalo, puoi rifiutarlo..
- Se qualcuno ti tocca in modo fastidioso, se ti racconta cose sgradevoli, se vuole fotografarti o ti fa vedere immagini orribili, **puoi dire di NO.**
- **Puoi ribellarti contro le telefonate strane.** Se qualcuno al telefono ti racconta delle cose schifose o ti fa paura: metti giù la cornetta!
- Se qualcuno in chat vuole sapere qualcosa del tuo corpo o ti chiede delle cose sconce, **fallo sapere ai tuoi genitori** o ad altri adulti.