

## Rat und Hilfe

### Kinder- und Jugendanwaltschaft Tirol

Telefon: 0512/508-3792

Mail: [kija@tirol.gv.at](mailto:kija@tirol.gv.at)

[www.kija-tirol.at](http://www.kija-tirol.at)

### Rat auf Draht

Telefon: 147

Mail: [147@rataufdraht.at](mailto:147@rataufdraht.at)

[www.rataufdraht.at](http://www.rataufdraht.at)

### KIZ Notschlafstelle

Beratung und Hilfe rund um die Uhr

Pradlerstraße 75, Innsbruck

Telefon: 0512/580059

Mail: [info@kiz-tirol.at](mailto:info@kiz-tirol.at)

### Kinderschutz Innsbruck

Telefon: 0512/583757

Mail: [innsbruck@kinderschutz-tirol.at](mailto:innsbruck@kinderschutz-tirol.at)

### Kinderschutz Wörgl

Telefon: 05332/72148

Mail: [woergl@kinderschutz-tirol.at](mailto:woergl@kinderschutz-tirol.at)

### Kinderschutz Imst

Telefon: 05412/63405

Mail: [imst@kinderschutz-tirol.at](mailto:imst@kinderschutz-tirol.at)

### Kinderschutz Lienz

Telefon: 04852/71440

Mail: [lienz@kinderschutz-tirol.at](mailto:lienz@kinderschutz-tirol.at)

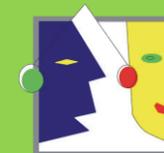
### Kinderschutz Reutte

Telefon: 05672/64510

Mail: [reutte@kinderschutz-tirol.at](mailto:reutte@kinderschutz-tirol.at)

# NIEMAND darf dir weh tun!

## Infos und Tipps für Kinder



Kinder &  
Jugend  
Anwaltschaft  
T i r o l

Hol dir die kostenlosen Web-Apps



Deine Rechte U18  
<https://rechte-u18.at>



School Checker  
<https://schoolchecker.at>

## Gewaltfreies Aufwachsen

Du hast das Recht ohne Gewalt aufzuwachsen.

Es steht auch im Gesetz, dass deine Eltern dich liebevoll erziehen und beschützen sollen.

Die Anwendung von körperlicher Gewalt und das Zufügen von seelischer Gewalt sind nicht erlaubt.

Beispiele für körperliche Gewalt:

- Schlagen
- Zwicken
- an den Haaren ziehen usw.

Es gibt auch keine „gesunde“ Watschen.

Seelische Gewalt passiert hingegen oft mit Worten.

Beispiele für seelische Gewalt:

- Jemand macht dir Angst.
- Jemand schreit dich an oder macht sich lustig über dich.
- Jemand beleidigt dich oder erzählt Lügen über dich.

**NIEMAND** darf dir Schmerzen zufügen!

## Was geht zu weit?

Berührungen und Zärtlichkeiten können schön sein. Es kommt aber auch vor, dass jemand zärtlich zu dir ist, ohne dass du das willst.

- Du hast das Recht, **NEIN** zu sagen!
- Über deinen Körper bestimmst du allein!
- Deine Gefühle sind wichtig!
- Du kannst deinen Gefühlen vertrauen!
- Du bist nicht schuld!
- Die Verantwortung liegt immer bei den Erwachsenen!

## Was du gegen Gewalt tun kannst

Häufig wehren sich Gewaltopfer nicht, weil sie Angst vor den Folgen haben oder davor, wie die Täterin/der Täter reagiert.

Wenn in deiner Familie Gewalt vorkommt, ist es besonders schwer, sich zu wehren. Aber es ist wichtig, dass du etwas unternimmst, um dich selbst zu schützen!

- Vertraue dich jemandem an!
- Rede mit jemandem!
- Hol dir Hilfe!
- Lerne dich selbst vor Gewalt zu schützen:  
Steig niemals in ein fremdes Auto ein!  
Mach die Türe nicht auf, wenn du alleine bist!  
Gehe nicht mit Fremden mit!

## Wer kann dir helfen?

- Verwandte
- Freundinnen/Freunde
- Nachbarinnen/Nachbarn
- Lehrpersonen
- Beratungsstellen

## Wie kannst du helfen, wenn jemand von Gewalt betroffen ist?

- Zuhören
- Fragen stellen
- Hilfe anbieten und zu einer Vertrauensperson begleiten
- Berate dich mit Freundinnen/Freunden
- Hole Erwachsene dazu, denen du vertraust
- Wende dich an eine Beratungsstelle und biete deine Begleitung an