

SEX 'n' tipps

Meine Rechte

BZgA

Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung

loveline.de

IMPRESSUM

Herausgeberin:

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)

Direktorin: Prof. Dr. Elisabeth Pott

Ostmerheimer Str. 220, 51109 Köln

www.bzga.de

Alle Rechte vorbehalten.

Autorin: Kirsten Khaschei

Redaktion: Mirjam Tomse

Gestaltungskonzept:

co/zwo.design, Düsseldorf

Fotos: Free Stock Textures,

PhotoAlto, Photocase

Druck: Rasch Druckerei und Verlag GmbH & Co. KG,

Lindenstraße 47, 49565 Bramsche

Auflage: 1.300.11.13

Dieses Faltblatt wird von der BZgA kostenlos abgegeben.

Es ist nicht zum Weiterverkauf durch die Empfängerin/
den Empfänger an Dritte bestimmt.

Bestellnummer: 13066009

The logo consists of the letters 'BZgA' in a bold, white, sans-serif font, set against a light gray rectangular background.

Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung

loveline.de

ÜBERSICHT

- Sex – ab wann, wer mit wem und überhaupt
- Dein Recht auf ärztliche Untersuchung und Schweigepflicht
- Verhütung ist deine Sache!
- Schwangerschaft und Geburt – wer entscheidet?
- Wobei deine Eltern noch ein Wörtchen mitzureden haben
- Jugendschutz: Die wichtigsten Regeln für die Hosentasche
- Wehr dich! Wenn andere dich ausgrenzen
- Auch da hast du Rechte: Sexuelle Nötigung und Gewalt
- Hallo?! Das Sexualstrafrecht gilt auch für Jugendliche!
- Rat und Information

SEX – AB WANN, WER MIT WEM UND ÜBERHAUPT?

SEXUALITÄT IST ETWAS SEHR INTIMES, VERANTWORTLICHER UMGANG MIT SEXUALITÄT SETZT EINE GEWISSE KÖRPERLICH-SEELISCHE REIFE VORAUSS.

Solange du **noch nicht 18 bist**, haben Eltern oder andere Erziehungsberechtigte die **Aufsichtspflicht** über dich. Das heißt, sie sind dafür verantwortlich, dass dir und auch anderen nichts passiert. Aber: Sie müssen dir auch Freiräume geben. Was genau heißt das? ...

... Grundsätzlich bestimmst du selbst, mit wem du zusammen sein willst. Deine Eltern dürfen sich einmischen, wenn sie sich um dich sorgen und eine Gefahr für dich vermuten. Wenn du zum Beispiel mit einem Erwachsenen sexuell verkehrst. Oder wenn dein Freund, deine Freundin oder die Clique mit Drogen zu tun hat oder anderweitig kriminell ist.

SCHUTZALTERSGRENZEN

Es gibt ein paar gesetzliche Bestimmungen zum Schutz von Jugendlichen. Die solltest du kennen. Sie sind nicht dazu da, dich in deiner Freiheit einzuschränken. Sie sind vor allem gemacht worden, um Jugendliche vor sexueller Ausnutzung zu schützen. Es gibt daher im Gesetz sogenannte **Schutzaltersgrenzen** für:

- **KINDER UNTER 14 JAHREN**
- **JUGENDLICHE VON 14 BIS UNTER 16 JAHREN**
- **JUGENDLICHE VON 16 BIS UNTER 18 JAHREN**
- Erwachsenen und Jugendlichen ist es verboten, Sex (Petting, Geschlechtsverkehr, Zungenküsse) mit **Kindern unter 14 Jahren** zu haben! Passiert das trotzdem, können deine Eltern oder andere

Übrigens: Für homosexuelle Kontakte (Mann und Mann; Frau und Frau) gelten dieselben Rechte und Bestimmungen wie für heterosexuelle Kontakte (Mann und Frau).



Erwachsene Anzeige wegen sexuellen Missbrauchs erstatten. Dann wird der ältere Sexualpartner oder die ältere Sexualpartnerin bestraft. Wenn ihr beide unter 14 seid, werdet ihr nicht bestraft.

- Wenn du **14 oder 15 Jahre** alt bist, befindest du dich in einer Art rechtlichen Übergangszone. Du darfst jetzt mit anderen Jugendlichen Sex (Petting, Geschlechtsverkehr, Zungenküsse) haben, wenn sie nicht deutlich älter sind als du (nicht über 21 Jahre).
- Ab **16 Jahren** traut dir das Gesetz zu, dass du selbst entscheiden kannst, mit wem und wann du Sex (Petting, Geschlechtsverkehr, Zungenküsse) haben möchtest, angenommen mit Kindern unter 14 Jahren natürlich.

BEIM SEX MIT ERWACHSENEN GIBT ES DEUTLICHE GRENZEN:

- Frauen und Männer, die dich erziehen, ausbilden oder betreuen – also Lehrerinnen und Lehrer, Trainerinnen und Trainer, Erzieherinnen und Erzieher oder Pflegeeltern – machen sich strafbar, wenn sie sich dir sexuell nähern. Erwachsene dürfen keinen Sex mit dir haben, wenn ein Abhängigkeitsverhältnis besteht und sie Druck ausüben könnten.
- Strafbar macht sich, wer dich für Sex bezahlt. Die Bezahlung muss nicht aus Geld bestehen.
- Strafbar macht sich auch, wer eine Zwangslage ausnutzt, um Sex zu haben.

**UNABHÄNGIG VOM ALTER:
WENN DU ZUM SEX DURCH GEWALT ODER
DURCH EINE DROHUNG GEZWUNGEN WIRST,
MACHT SICH DER ODER DIE ANDERE STRAFBAR.
ES IST EGAL, OB DU 12 ODER 17 JAHRE ALT
ODER ERWACHSEN BIST.**

DEIN RECHT AUF ÄRZTLICHE UNTERSUCHUNG UND SCHWEIGEPLICHT

Es kann sein, dass du zu einer Ärztin oder einem Arzt musst. Vielleicht, weil du dich untersuchen lassen willst. Oder weil du ein Rezept für die Pille oder die „Pille danach“ brauchst. Möglich ist auch, dass du dich mit einer sexuell übertragbaren Krankheit angesteckt hast. Oder dass du schwanger bist.

Bist du in einer medizinischen Krisensituation, ist es immer gut, eine oder mehrere Vertrauenspersonen zu haben. Das können Freunde, Verwandte oder deine Eltern sein. Dieser Person/diesen Personen kannst du dich anvertrauen, besprechen wie es weitergeht und du bist nicht allein in der Situation.

Wichtig: *Du entscheidest, wem du dich anvertrauen möchtest!!!*

Keine Sorge: Wenn du 14 Jahre oder älter bist, stehen Ärztinnen und Ärzte unter Schweigepflicht. Sie dürfen ohne deine Zustimmung nicht mit jemand anderem über dich reden. Auch nicht mit deinen Eltern.

Übrigens: *Auch Beraterinnen und Berater in Schwangerschaftsberatungsstellen stehen unter Schweigepflicht.*

Eine Ausnahme sind Krankheiten, die nur geheilt werden können, wenn deine Eltern ihr Einverständnis zu bestimmten Heilmethoden, wie beispielsweise Operationen, geben. Im Zweifelsfall hat aber immer dein Recht auf Geheimhaltung Vorrang!

Bei nur sehr wenigen **sexuell übertragbaren Krankheiten** kann es sein, dass die Ärztin oder der Arzt das dem Gesundheitsamt melden muss. Aber keine Angst: Dein Name würde dabei nicht genannt werden.

Falls du über deine Eltern privat versichert bist, erhalten normalerweise deine Eltern die Rechnung über deinen Arztbesuch. Darauf kann die Diagnose vermerkt sein, also der Grund für deinen Arztbesuch. Um deine medizinischen Daten zu schützen, fragst du am besten die Ärztin oder den Arzt, wie die Rechnung aussehen wird und wie deine Privatsphäre gewahrt bleiben kann.

Mehr zum Thema findest du unter dem Stichwort „Ärztliche Betreuung für Heranwachsende“ im Familien-Wegweiser:

www.familien-wegweiser.de

VERHÜTUNG IST DEINE SACHE!

Wenn du Sex haben darfst, musst du natürlich über Verhütung Bescheid wissen und verhüten können. Und zwar ohne vorher groß um Erlaubnis fragen zu müssen. Die wichtigsten Verhütungsmittel sind das Kondom und die Pille. Aber es gibt noch mehr: Das Diaphragma, den Vaginalring oder das Hormonpflaster zum Beispiel. Lass dich darüber ausführlich von einer Ärztin/einem Arzt oder in einer Beratungsstelle aufklären. Das steht dir rechtlich zu!

Kondome ...

... bekommst du in Apotheken, Drogerien, Supermärkten, an Tankstellen oder im Internet. Du kannst sie auch an Automaten ziehen. Achte auf die richtige Größe und darauf, dass sie nicht beschädigt sind. Und dass das Haltbarkeitsdatum noch aktuell ist.

Die Pille ...

... wird von einer Frauenärztin oder einem Frauenarzt verschrieben – von Ärztinnen und Ärzten, die im Gesundheitsamt, Krankenhaus oder z.B. bei pro familia arbeiten.

Tipp: Oft ist es hilfreich, über Themen wie Verhütung mit den Eltern zu sprechen.

Bist du unter 14, brauchen Frauenärztinnen und Frauenärzte die Einwilligung deiner Eltern um dir die Pille verschreiben zu dürfen.

Wenn du 15 oder älter bist, stellen dir viele Frauenärztinnen und Frauenärzte auch ein Pillenrezept aus, ohne die Erlaubnis deiner Eltern einzuholen, falls du das möchtest. Wenn die Ärztin oder der Arzt überzeugt ist, dass du die Entscheidung alleine treffen kannst, wird er oder sie deine Eltern nicht hinzuziehen.

Bist du 16 und älter, kann eine Frauenärztin oder ein Frauenarzt dir die Pille verschreiben. Deine Eltern dürfen ohne deine Zustimmung nicht darüber informiert werden.

Auch als Minderjährige kannst du die „Pille danach“ bekommen.

Aber: Die „Pille danach“ ist kein Verhütungsmittel. Sie darf nur genommen werden, wenn du befürchtest, schwanger geworden zu sein! Ein Rezept bekommst du bei Frauenärztinnen und Frauenärzten, im Krankenhaus oder bei pro familia-Ärztinnen und -Ärzten.

Denk dran: Nach ungeschütztem Sex hast du für die „Pille danach“ nur wenig Zeit. Je früher du sie einnimmst, desto besser! Am besten nimmst du sie innerhalb der ersten 12 Stunden, spätestens musst du sie am 3. (72 Stunden) bis 5. Tag (120 Stunden) nach dem ungeschützten Sex einnehmen, damit sie noch wirkt.

SCHWANGERSCHAFT UND GEBURT – WER ENTSCHEIDET?

Eine Schwangerschaft wirft, gerade wenn es ungeplant und unverhofft passiert, viele Fragen auf.

Vielleicht kannst du dir nur schwer oder gar nicht vorstellen, Mutter eines Kindes zu sein und fühlst dich zu jung. Vielleicht bist du verunsichert, ob du die Schule oder eine Ausbildung mit einem Kind schaffen kannst. Deine Lebensplanung ist eigentlich eine andere, du weißt nicht, wie du dich und das Kind finanzieren sollst... und vieles mehr.

Du kannst dich mit diesen Fragen an eine Schwangerschaftskonfliktberatungsstelle wenden (z.B. von donum vitae oder pro familia). Die Beraterinnen und Berater dort helfen dir kostenlos. Sie beantworten deine Fragen, besprechen mit dir wie es wäre, mit einem Kind zu leben und welche Unterstützungsmöglichkeiten du hättest. Sie erklären, wie ein Schwangerschaftsabbruch abläuft und was für Möglichkeiten du hättest, wenn du dich dafür entscheidest.

Ob du das Kind bekommen möchtest oder nicht – die endgültige Entscheidung liegt bei dir.

Wenn du das Kind bekommen willst, kannst du finanzielle Unterstützung von der Bundesstiftung Mutter und Kind, Sozialhilfe oder Elterngeld beantragen. Mehr dazu erfährst du bei der Schwangerschaftsberatungsstelle. Es gibt auch Mutter-Kind-Einrichtungen, in denen du mit deinem Kind wohnen kannst, bis du die Schule oder die Ausbildung abgeschlossen hast. Bis du volljährig bist, hat das Jugendamt die Vormundschaft. Das heißt: Du bist für die Pflege und Betreuung des Kindes zuständig, während das Amt im Hintergrund die Aufsicht behält.

Bist du der Vater des Kindes, musst du finanziell für das Kind aufkommen. Hast du noch kein eigenes Einkommen, kann die Mutter des Kindes beim Jugendamt Unterhaltsvorschuss beantragen.

***Tip:* Sorge vor, dass du nicht ungewollt Vater wirst und benutze ein Kondom!**



Bist du jünger als 14 Jahre

brauchst du neben der Bestätigung der Schwangerschaftskonfliktberatungsstelle für einen Schwangerschaftsabbruch die Einwilligung deiner Eltern. Aber: Weder deine Eltern, noch dein Freund oder andere dürfen dich zu einem Schwangerschaftsabbruch zwingen!

Bist du zwischen 14 und

16 Jahren ist es ähnlich wie beim Verschreiben der Pille: Der Arzt oder die Ärztin schätzt ein, ob du reif genug bist, die Entscheidung selbst zu treffen. Auch für dich gilt: Niemand darf dich zu einem Schwangerschaftsabbruch zwingen!

Bist du 16 Jahre und älter

kannst du, nach einer Beratung in einer Schwangerschaftskonfliktberatungsstelle, selbst entscheiden, ob du das Kind bekommen oder die Schwangerschaft abbrechen willst.

Bevor ein Schwangerschaftsabbruch durchgeführt werden kann, musst du dich bei einer Beratungsstelle beraten lassen. Schwangerschaftskonfliktberatungsstellen gibt es bei donum vitae, dem Diakonischen Werk, dem DRK, der Arbeiterwohlfahrt, dem paritätischen Wohlfahrtsverband und pro familia. Deine Eltern oder dein Freund dürfen auch mitkommen, wenn du das willst.

Der Schwangerschaftsabbruch wird frühestens drei Tage nach der Beratung durchgeführt, damit du genug Zeit hast, nachzudenken und eine Entscheidung zu treffen.

Kosten: Wenn du kein größeres eigenes Einkommen hast, hast du Anspruch auf Kostenerstattung durch die Krankenkasse. Mehr dazu erfährst du in der Beratung.

***Wichtig:** In Deutschland ist es in den ersten 12 Wochen der Schwangerschaft straffrei einen Schwangerschaftsabbruch vornehmen zu lassen, wenn man nachweislich eine Beratung in einer Schwangerschaftskonfliktberatungsstelle in Anspruch genommen hat.*

WOBEI DEINE ELTERN NOCH EIN WÖRTCHEN MITZUREDEN HABEN ...



Deine Eltern sollten deine **Privatsphäre achten** und nicht in deinem Tagebuch, in deinen Briefen oder auf deinem Handy nachsehen. Es sei denn, **sie haben Anlass zu befürchten, dass du in Gefahr bist**. Oder dass auf deinem Handy Pornos oder Gewaltfilme zu sehen sind. Auch in der Wohnung musst du einen Ort für dich haben. In deinem Zimmer zum Beispiel oder im Badezimmer.

Piercing, Tattoos und **Schönheits-OPs** darfst du nicht ohne die Erlaubnis deiner Eltern vornehmen lassen. Deine Eltern sind nämlich auch für deine Gesundheit verantwortlich! Und gute Studios und Kliniken wissen das.

Es ist häufig so, dass Eltern ihre Kinder mehr eigene Entscheidungen treffen lassen, wenn sie merken, dass sie ihren Kindern vertrauen können.

Hier ein paar Tipps, wie du deinen Eltern zeigen kannst, dass du verantwortungsvoll bist und sie sich keine Sorgen machen müssen:

- Zeig deinen Eltern, dass du Verantwortung übernehmen kannst!
- Raste nicht gleich bei jedem Streit aus. Erklär deinen Eltern ruhig und gelassen deine Position.
- Wer immer nur fordert, dem gibt man nicht gern. Mach deshalb auch mal ein Gegenangebot. Zum Beispiel die Küche aufräumen.
- Halte dich an Absprachen. Wenn du mit deinen Eltern ausgemacht hast, dass du um 21:00 Uhr zu Hause sein sollst, dann sei auch pünktlich da.
- Zeige, dass du Pflichten übernehmen kannst. Arbeite regelmäßig für die Schule und hilf auch mal ungefragt im Haushalt mit.
- Verhüte mit Pille oder Kondom! Die meisten Eltern haben nämlich Angst, dass ihre Kinder ungewollt Mutter oder Vater werden. Kann man ja irgendwie auch verstehen, oder?

... und im Urlaub?

Ab 14 Jahren darfst du auch ohne deine Erziehungsberechtigten verreisen. Vorausgesetzt, du bekommst deren schriftliche Einwilligung.

Regeln und Gesetze sind auch für Jugendliche in jedem Land unterschiedlich. Wenn du dich dort aufhältst, gelten auch für dich die Regeln des jeweiligen Landes (z. B. in Bezug auf Alkoholkonsum, Ausgehen, Sexualität und vieles mehr). Es ist sehr hilfreich, wenn du dich vor einer Reise über die Gesetze und Regeln des Landes informierst.

Tipp: Die Broschüre „ReiseLust – Tipps für schöne Ferien“ enthält wichtige und interessante Infos zu Themen wie Impfschutz, Inhalt einer Reiseapotheke, günstige Übernachtungsmöglichkeiten, sexuell übertragbare Infektionen und Verhütung sowie Gesundheit bezogen auf Essen und Trinken vor Ort. Der kleine Sprachführer im Anhang enthält nützliche Sätze aus den Bereichen Kennenlernen, Begrüßung/Abschied und Verhütung in vier Sprachen.

Diese Broschüre kannst du unter www.loveline.de bestellen oder downloaden.

JUGEND- SCHUTZ

DIE WICHTIGSTEN REGELN FÜR DIE HOSENTASCHE

Es gibt Jugendschutz-
Vorschriften, an die man
sich halten muss.
Deine Eltern müssen
auch darauf achten.
Hier sind die wichtigsten
Vorschriften:



Tabak

Rauchen

Bier und Wein

Härtere alkoholische Getränke

Aufenthalt in Gaststätten

**Aufenthalt bei öffentlichen
Tanzveranstaltungen und in
Diskotheken**

Kino (vorausgesetzt, der Film ist
für das jeweilige Alter freigegeben)

Filme und Computerspiele

Nachtclubs und Bars

Spielhallen

Glücksspiele
mit Gewinnmöglichkeit

Jugendgefährdende Orte
(Drogen, Prostitution, ...)

Pornografie

Unter 16 Jahren	Ab 16, aber unter 18 Jahren
Darf nicht gekauft werden	Darf nicht gekauft werden
Nicht in der Öffentlichkeit	Nicht in der Öffentlichkeit
Darf weder gekauft, noch getrunken werden. Ausnahme: Jugendliche ab 14 Jahre in Begleitung Erziehungsberechtigter	Gesetzlich nicht geregelt. Darf also gekauft und getrunken werden
Darf weder gekauft, noch konsumiert werden	Darf weder gekauft, noch konsumiert werden
Nur mit Erziehungsberechtigten. Ausnahme: Zwischen 5 und 23 Uhr darf eine Mahlzeit und ein Getränk konsumiert werden.	Gestattet bis 24 Uhr
Nicht gestattet. Ausnahme: Wenn z. B. der Jugendtreff eine Party für unter 16-Jährige veranstaltet. Oder mit den Eltern auf einem Volksfest.	Gestattet bis 24 Uhr
Ab 12 Jahre: gestattet bis 20 Uhr Ab 14 Jahre: gestattet bis 22 Uhr	Gestattet bis 24 Uhr
Nur, wenn das Alter freigegeben ist	Nur, wenn das Alter freigegeben ist.
Nicht gestattet.	Nicht gestattet.
Nicht gestattet.	Nicht gestattet.
Nicht gestattet. Ausnahme: Schützenfeste, Jahrmärkte, wenn der Gewinn aus Waren von geringem Wert besteht	Nicht gestattet. Ausnahme: Schützenfeste, Jahrmärkte, wenn der Gewinn aus Waren von geringem Wert besteht
Nicht gestattet.	Nicht gestattet.
Sowohl der Besitz als auch die Verbreitung von Magazinen, Filmen usw. ist verboten	Sowohl der Besitz als auch die Verbreitung von Magazinen, Filmen usw. ist verboten



WEHR DICH! WENN ANDERE DICH AUSGRENZEN

Du hast mehr Rechte und Pflichten, als du wahrscheinlich vermutest! Man darf dich nämlich nicht diskriminieren! Das heißt: Es ist verboten, dich wegen bestimmter Merkmale zu beleidigen, einzuschüchtern, zu erniedrigen oder in deiner Würde zu verletzen. Und umgekehrt darfst du andere wegen solcher Merkmale nicht ausgrenzen oder benachteiligen. Deine Umgebung hat dich so respektvoll zu behandeln wie alle anderen Menschen auch! Wenn sich jemand nicht daran hält, kannst du dich wehren und ihn oder sie anzeigen.

Zu diesen „bestimmten Merkmalen“ gehört:

- Niemand darf wegen der **ethnischen Herkunft** diskriminiert werden. Es ist egal aus welchem Land die Menschen kommen oder wo sie aufgewachsen sind.
- Niemand darf wegen des **Geschlechtes** diskriminiert werden. Egal ob Männer, Frauen oder Menschen, bei denen nicht eindeutig ist, ob sie körperlich Frauen oder Männer sind (intersexuelle Menschen).

- Niemand darf wegen der **sexuellen Orientierung** diskriminiert werden, zum Beispiel weil Menschen schwul oder lesbisch sind.
- Niemand darf wegen einer **körperlichen oder geistigen Behinderung** diskriminiert werden.
- Niemand darf wegen einer **religiösen Überzeugung** diskriminiert werden – das gilt für Christen ebenso wie für Muslime und Menschen anderer Weltanschauung.

Diese Rechte sind im Grundgesetz verankert und im „Allgemeinen Gleichbehandlungsgesetz“ (AGG) näher beschrieben.

***Wichtig:** Wenn du ständigen Belästigungen und Anfeindungen ausgesetzt bist, hole dir Hilfe! Vertraue dich deinen Eltern, einer Lehrerin, einem Lehrer oder einer anderen Vertrauensperson an.*

***Nicht gut wäre:** Durchhalten, nur weil man denkt, man könne sowieso nichts machen oder wegschauen.*

AUCH DA HAST DU RECHTE: SEXUELLE GEWALT!

Sexuelle Belästigung ist sexuelle Gewalt. Von **sexueller Belästigung** spricht man, wenn dich jemand mit Worten oder körperlich angreift und wenn diese Angriffe auf deine Sexualität abzielen.

Also zum Beispiel:

- in deiner Gegenwart unanständige Bemerkungen über dich machen,
- dir belästigend hinterher pfeifen,
- dich angrabschen,
- dir anzügliche E-Mails oder SMS schreiben, die du nicht haben willst,
- Telefonterror,
- dir gegen deinen Willen Pornobilder oder -filme zeigen.

Wichtig: *Du erkennst eine sexuelle Belästigung immer daran, dass du dich unwohl fühlst oder schämst. Solche Gefühle sind ein wichtiges Alarmsignal. Du solltest sie **immer** ernst nehmen und dir Hilfe holen!*

Sexuelle Nötigung ist ein Verbrechen, das sich gegen deine sexuelle Selbstbestimmung richtet. Also wenn jemand dir droht oder Gewalt gegen dich ausübt oder deine schutzlose Lage ausnutzt,

um mit dir Sex zu haben, begeht er ein Verbrechen. Vergewaltigung ist eine der schlimmsten Formen sexueller Gewalt. Die Täter und Täterinnen werden dafür hart bestraft.

Mädchen und Jungen können Opfer von Sexualstraftaten werden, das Geschlecht spielt dabei keine Rolle. Die Täter können Männer und Jungen, wie auch Frauen und Mädchen sein, das ist unabhängig vom Alter oder Geschlecht.

Übrigens: *Jungs schämen sich manchmal, Hilfe zu holen, weil sie fürchten, dass das unmännlich sei. Aber das ist falsche Scham! Jedes Opfer hat ein Recht auf Hilfe, egal ob männlich oder weiblich.*

Informationen und Hilfe für Missbrauchsoffer sowie Adressen von Fachberatungsstellen in deiner Nähe gibt es z.B. online im **Hilfeportal** Sexueller Missbrauch:

www.hilfeportal-missbrauch.de

oder bei der **Service-Hotline** des Unabhängigen Beauftragten für Fragen des sexuellen Missbrauchs unter:

0800 22 55 530 (kostenfrei).



Auch das ist Gewalt:

Wenn du heimlich mit dem **Handy** oder einer **Kamera gefilmt** wirst. Noch schlimmer: Wenn die Bilder dann ins Internet gestellt werden! Niemand darf dich ohne deine Zustimmung filmen oder fotografieren. Und schon gar nicht den Film dann herumzeigen oder veröffentlichen. Wenn dir das passiert, wende dich an eine Vertrauensperson. Und erstatte Anzeige! Die Täter werden bestraft!

Wenn **Porno- oder Gewaltfilme** oder derartige Bilder auf deinem Handy oder Computer landen. Niemand darf dir solche Filme oder Bilder zuspiesen. Auch du darfst sie nicht weitergeben, sonst machst du dich strafbar. Am besten, du informierst eine Vertrauensperson! Deine Eltern oder eine Lehrerin/einen Lehrer zum Beispiel. Du kannst auch zur Polizei gehen.

Manche Filme und Bilder sind sehr grausam, so dass es nicht einfach ist, das zu verarbeiten. Auch dann solltest du dir Hilfe holen!

Wenn du **zur Heirat gezwungen** wirst, ist das eine schwere Menschenrechtsverletzung! Heiraten darfst du in Deutschland nur, wenn du einverstanden bist! Und wenn du mindestens 18 Jahre – bzw. ausnahmsweise wenn du 16 Jahre alt bist, dein künftiger Mann oder deine künftige Frau volljährig ist und das Familiengericht der Eheschließung zustimmt. Wenn du von Zwangsverheiratung bedroht bist, solltest du dir unbedingt Hilfe holen!

Infos bekommst du zum Beispiel unter www.zwangsheirat.de

Dort berät man dich auch online und anonym und vermittelt dir Adressen von Anlaufstellen in deiner Nähe.



HALLO?!

DAS SEXUALSTRAFRECHT GILT AUCH FÜR JUGENDLICHE!

**AB 14 JAHREN BIST DU BEDINGT STRAFMÜNDIG.
DAS HEISST, DU KANNST FÜR SEXUALSTRAFTATEN
ZUR VERANTWORTUNG GEZOGEN WERDEN.
DAFÜR KANN MAN DICH BELANGEN:**

- Sexueller Missbrauch von Kindern, von Jugendlichen und von Schutzbefohlenen
- Besitz, Verbreitung und Erwerb von Pornografie, wie zum Beispiel Kinder – und Jugendpornografie, Gewalt- oder Tierpornografie
- Sexuelle Nötigung, also wenn du jemanden gewaltsam oder durch Drohung oder durch Ausnutzen einer schutzlosen Lage zu sexuellen Handlungen zwingst
- Jugendgefährdende Prostitution, also Prostitution in der Nähe einer Schule oder anderen Örtlichkeiten, die Personen unter 18 Jahren nutzen, oder in einem Wohnhaus, in dem Personen unter 18 Jahren wohnen.
- Sexualbeleidigung, also wenn du eine Person mit Absicht mit sexuellen Bezeichnungen beleidigst und herabsetzt.

RAT UND INFORMATION

Bei **Gewalt in der Schule** kannst du dich auch an schulpsychologische oder sozialpädagogische Fachkräfte wenden.

Bei sexueller Belästigung, Übergriffen und sexueller Gewalt findest du Hilfe bei speziellen Beratungsstellen, z.B.: in den Kinderschutz-Zentren in deiner Umgebung
■ www.kinderschutz-zentren.org
oder bei:

- www.wildwasser.de
- www.zartbitter.de

Fachgerechte Hilfe und Auskünfte bietet in diesen Fällen insbesondere das bundesweite Hilfetelefon – Gewalt gegen Frauen. Es ist kostenlos unter der Rufnummer 08000 116 016 oder über www.hilfetelefon.de zu erreichen.

Mädchen und Frauen können sich auch an den örtlichen Frauennotruf und örtliche Frauenberatungsstellen wenden (Telefonbuch) oder an den Bundesverband Frauenberatungsstellen und Frauennotrufe e.V. Weitere Informationen dazu findest du unter www.frauen-gegen-gewalt.de

Bei gesundheitlichen Fragen, wenn du die Pille brauchst oder die „Pille danach“, schwanger bist oder du dich über Sexualität und Verhütung informieren möchtest, wende dich bitte an:

- Ärztinnen und Ärzte (Gynäkologinnen, Gynäkologen);
- Beratungsstellen:
- Arbeiterwohlfahrt (www.awo.org)
- Deutscher Caritasverband (www.caritas.de)
- Deutsches Rotes Kreuz (www.drk.de)
- Diakonisches Werk (www.diakonie.de)
- donum vitae (www.donumvitae.de)
- pro familia (www.profamilia.de)

Je nach Wohnort und Beratungsstelle können die Angebote unterschiedlich sein.

Anonyme telefonische Beratung zu Sexualität, Partnerschaft, Stress mit den Eltern, Schulproblemen, Gewalt usw. erhältst du kostenlos
Nummer gegen Kummer, erreichbar unter: 116 111 sowie dem **Kinder- und Jugendtelefon**: 0800 111 0 333

Mehr ausführliche und kostenlose Infos findest du unter www.loveline.de

Dort kannst du auch kostenlos Broschüren bestellen oder downloaden, zum Beispiel:

- sex'n'tipps – Das erste Mal
- sex'n'tipps – Verhütung
- sex'n'tipps – Jungenfragen
- sex'n'tipps – Mädchenfragen
- sex'n'tipps – Körper und Gesundheit
- sex'n'tipps – Wohin wenn's brennt?

Alle Broschüren erhältst du kostenlos über:
BZgA, 51101 Köln
Fax: 0221 8992-257
order@bzga.de
www.loveline.de

In dieser Broschüre erfährst du alles über deine Rechte rund um Liebe und Sexualität. Was du selbst entscheiden kannst und was deine Eltern verantworten müssen. Wie du dich schützen kannst, wenn deine Rechte verletzt werden. Aber auch, was passiert, wenn du die Rechte anderer missachtest.

BZgA

**Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung**