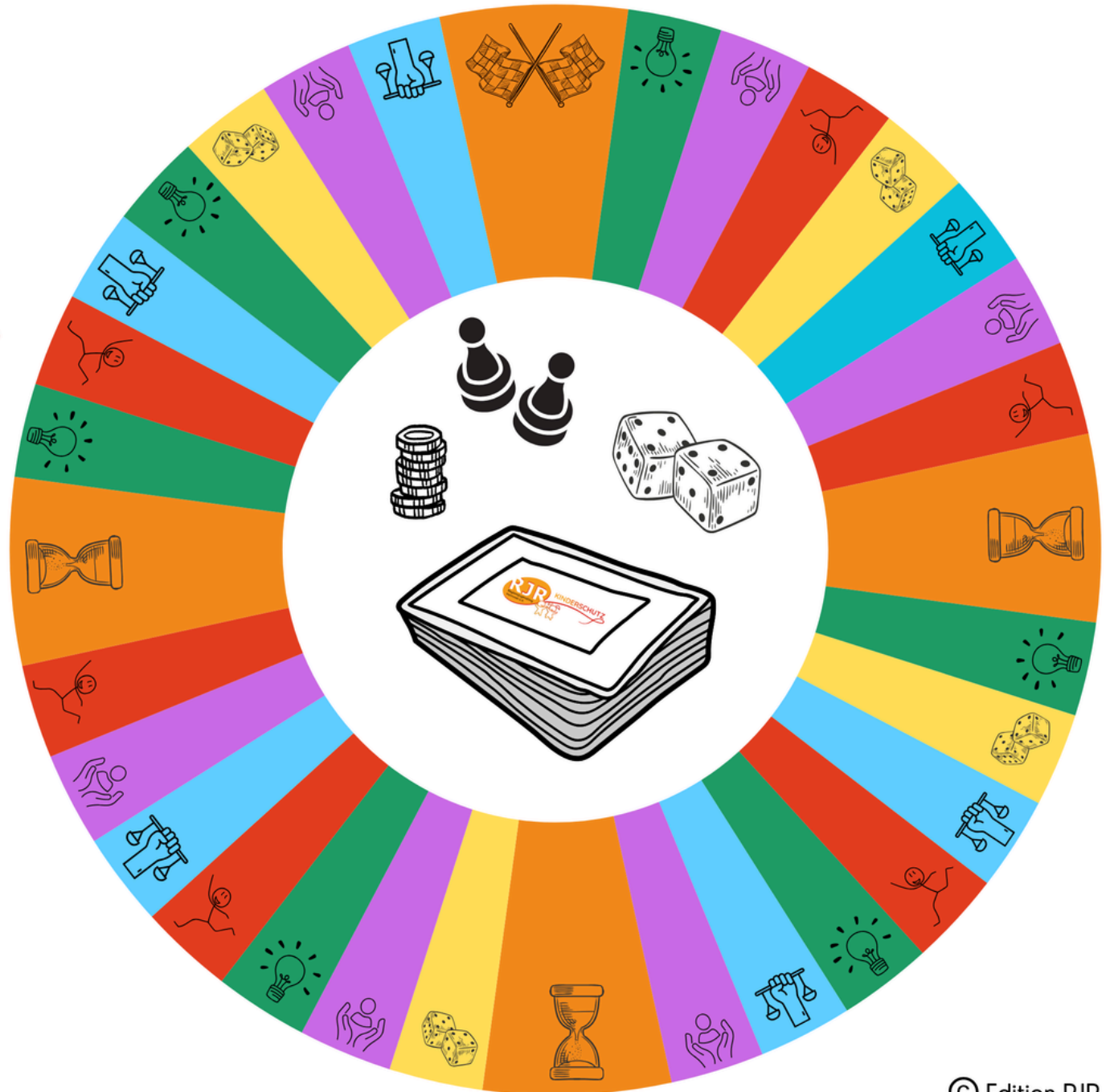


SUPERKRÄFTE FÜR ALLE!



Ein Präventionsspiel für
 die Kinder- und Jugendarbeit



- **Aussetzen / Start + ZIEL**
- **Aktionsfeld**
- **Rechte + Gesetze**
- **Stell dir vor ...**
- **Stark + Fit**
- **Noch mal würfeln**

SUPERKRÄFTE FÜR ALLE!



Ein Präventionsspiel für
die Kinder- und Jugendarbeit



SPIELANLEITUNG - SEITE 1

Dieses Spiel wurde speziell für Kinder von 8-12 Jahren entwickelt. Es hilft euch, gemeinsam über wichtige Themen zum Kinderschutz und zur Prävention nachzudenken und gemeinsam miteinander und voneinander zu lernen.

Zubehör:

- Spielfeld aus LKW-Plane
- 20 Spielchips in den 4 Farben der Spielkarten
- 3 Spielfiguren
- 1 Würfel

Vorbereitung:

Sucht euch einen Platz, an dem ihr das Spiel spielen wollt. Ihr könnt das Spielfeld auf einem Tisch oder auf dem Boden ausbreiten, drinnen oder draußen – ganz wie ihr möchtet!

SPIELANLEITUNG - SEITE 2

Legt die LKW-Plane aus und stellt sicher, dass alle genug Platz haben. Legt die Spielkarten - sortiert nach Farbe - in 4 Stapel in die Mitte des Spielfeldes.

Gruppeneinteilung:

Je nach Größe eurer Gruppe könnt ihr das Spiel gemeinsam oder in bis zu 3 Teams spielen.

Spieldauer:

Die Spielleiter:innen können die Zeit anpassen, je nachdem, wie lange ihr spielen möchtet. Für den ersten Durchgang empfehlen wir, dass alle Kinder zusammen spielen. Ihr spielt so lange, bis ihr in jeder Kategorie mindestens einen Chip erspielt habt.

SPIELANLEITUNG - SEITE 3

Fragen und Aktionen:

Ihr bekommt einen Spielchip, wenn eure Gruppe eine Frage richtig beantwortet oder eine bestimmte Aktion ausführt. Diskutiert in der Gruppe, bevor ihr antwortet!

Spielende:

Dieses Spiel hat kein wirkliches Ende. Die Spielleitung entscheidet, wie viele Chips gesammelt werden sollen bzw. wie lange gespielt wird.

Denkt daran, dass es beim Spielen nicht nur um das Gewinnen geht, sondern auch darum, gemeinsam zu lernen und Spaß zu haben!

Viel Freude beim Spielen und Lernen über Kinderschutz!

IMPRESSUM

Superkräfte für Alle!

Herausgeber:
Regionsjugendring Hannover e.V.
Fössestraße 77A
30451 Hannover
www.rjr-hannover.de

© Edition RJR, Hannover, 1. Auflage 2025

Idee und Texte:
Claudia Stelzmann
und Bianca Naqvi-Schnier

Grafik und Layout:
Remus Frey

HINWEISE FÜR DIE SPIELLEITUNG

- Die Spielkarten in der Kategorie "Gesetze + Rechte" erfordern teilweise Hintergrundwissen (UN-Kinderrechtskonvention; Grundgesetz ...). Auf evtl. Diskussionen sollte sich vor Einsatz des Spiels inhaltlich vorbereitet werden.
- Für einige Aktionen / Aufgaben werden Materialien wie z.B. Stifte + Papier benötigt. Diese sollten in jedem gut sortiertem Gruppenraum bzw. Materialzelt vorhanden sein.
- Auf den Spielkarten wurde bewusst auf Zeitangaben verzichtet. Wie lange eine Aktion / Aufgabe dauern soll, entscheidet ihr.
- Pro Kategorie wurden bewusst jeweils 3 Karten "blanko" gelassen, damit eigene Ideen ergänzt werden können.

UND WIE IMMER GILT:

- Alles geschieht freiwillig.
- Wer nicht mitspielen möchte, ist herzlich eingeladen, nur dabeizusitzen.
- Allen Kindern, die mitspielen möchten, sollte die Teilnahme ermöglicht werden. Aktionen oder Fragen können entsprechend angepasst werden.
- Es darf einmal eine neue Karte gezogen werden, wenn man die zuvor gezogene Frage, nicht beantworten möchte.
- Die Spielleitung kann Zeit für Rückfragen geben.

VERWENDETE QUELLEN

- UN-Kinderrechtskonvention (UN-KRK)
- JuSchG
- SGB VIII
- STGB

AKTION



WIE VIELE HÄNDE?

1 KIND SCHLIESST DIE AUGEN. DIE ANDEREN VERTEILEN IHRE HÄNDE AUF IHREM/SEINEM KÖRPER.

BESPRECHT VORHER, WO BERÜHRT WERDEN DARF.

RECHTE + GESETZE



KINDERRECHTE

„SCHUTZ DER PRIVATSPHÄRE UND EHRE“ (ART. 16 UN-KRK)

WAS HEISST DAS?
NENNT 3 BEISPIELE

STELL DIR VOR ...



VERVOLLSTÄNDIGT DIE SÄTZE:

WENN ICH FRÖHLICH BIN, ...
WENN ICH ANGST HABE, ...
WENN ICH MICH EKLE, ...
WENN ICH AUFGEREGT BIN, ...

STARK + FIT



DAS KOMISCHE GEFÜHL

ES WARNT DICH VOR SITUATIONEN, DIE DIR NICHT GUT TUN UND FÜHLT SICH BEI JEDEM KIND ANDERS AN.

MALT AUF, WIE EUER KOMISCHES GEFÜHL AUSSIEHT UND ERZÄHLT EUCH EINE SITUATION, WO DAS KOMISCHE GEFÜHL DA WAR.

AKTION



DIE GEFÜHLSAMPEL

SAMMELT ERLEBNISSE MIT ANDEREN MENSCHEN, WO EURE GEFÜHLE AUF ROT (= SCHLECHT), GELB (UNWOHL) ODER GRÜN (= SEHR GUT) WAREN.

RECHTE + GESETZE



WAS WIRD NICHT IN DER UN-KINDERRECHTS-KONVENTION GEREGLT?

- 1) DAS RECHT AUF FREIZEIT
- 2) DAS RECHT AUF HAUSTIERE
- 3) DAS RECHT AUF PRIVATLEBEN (DINGE, DIE DU MIT NIEMANDEM TEILEN WILLST)

STELL DIR VOR ...



ACHTUNG GEHEIM!

EIN KIND HAT EIN GEHEIMNIS, DAS SICH SCHLECHT ANFÜHLT.

- 1) DARF ES DAS GEHEIMNIS VERRATEN?
- 2) WARUM JA ODER WARUM NEIN?

STARK + FIT



DER MUT-MACH-RAP TEIL 1

FÜLLT DIE LÜCKEN:
MEINE GEFÜHLE SIND RICHTIG UND WICHTIG!
DEINE GEFÜHLE SIND RICHTIG UND WICHTIG!
ICH SAG ----- „LASS DAS SEIN!
GRENZEN SETZEN -----
VERLETZEN !

AKTION



STILLE POST

1 KIND DENKT SICH EINEN SATZ AUS UND FLÜSTERT IHN DEM NÄCHSTEN KIND INS OHR. DAS LETZTE KIND DER GRUPPE MUSS DEN SATZ LAUT AUFSAGEN.

RECHTE + GESETZE



EIN BILD VON MIR!

WER DARF ENTSCHIEDEN, OB EIN BILD VON DIR VERÖFFENTLICHT WIRD?

1) AB 8 JAHREN ENTSCHEIDE ICH ALLEINE.

2) VON 0 BIS 18 JAHREN ENTSCHEIDEN MEINE ELTERN ALLEINE.

3) ZWISCHEN 8 UND 17 JAHREN ENTSCHEIDEN KINDER UND ELTERN GEMEINSAM.

STELL DIR VOR ...



TIPPS GEGEN DAS TRAURIG-SEIN!

EIN FREUND/EINE FREUNDIN IST IN LETZTER ZEIT OFT TRAURIG.

ZÄHLT 3 DINGE AUF, DIE IHN ODER SIE TRÖSTEN.

STARK + FIT



DER MUT-MACH-RAP TEIL 2

FÜLLT DIE LÜCKEN:

EIN - - - - - GEHEIMNIS BEHALTE
ICH FÜR MICH,
EIN SCHLECHTES GEHEIMNIS
SAGE ICH WEITER!
ICH KANN HELFEN UND MIR HILFE
- - - - -!

DENN EINES SAG ICH DIR,
MEIN KÖRPER GEHÖRT - - - !

AKTION



SO EIN QUATSCH!

SCHNEIDET EINE MINUTE LANG LUSTIGE GRIMASSEN.

RECHTE + GESETZE



NICHT VERRATEN.

MANCHE DINGE ÜBER DICH SOLLTEST DU NUR WENIGEN MENSCHEN VERRATEN.

NENNT 3 -4 DINGE ÜBER EUCH, DIE IHR NUR DEN WENIGSTEN VERRATEN SOLLTET.

STELL DIR VOR ...



VERVOLLSTÄNDIGT DIE SÄTZE:

WENN ICH TRAURIG BIN, ...
WENN ICH WÜTEND BIN, ...
WENN ICH MICH SCHÄME, ...
WENN ICH STOLZ AUF MICH BIN, ...

STARK + FIT



SUPERKRÄFTE FÜR ALLE!

DIE SUPERSCHURKEN UND SUPERSCHURKINNEN GREIFEN AN.

WER HAT IN EURER GRUPPE WELCHE SUPERKRAFT, UM DIE FIESLINGE GEMEINSAM ZU BESIEGEN?

AKTION



MALT EINEN SUMSEFRUNZ BEIM BADEN

JEDES KIND MALT IN 1 MINUTE
EINEN SUMSEFRUNZ BEIM
BADEN. DER KREATIVITÄT
SIND KEINE GRENZEN
GESETZT. DANACH ZEIGEN
SICH ALLE IHRE BILDER.

RECHTE + GESETZE



KÖNIG/KÖNIGIN VON DEUTSCHLAND

EIN GESETZ IST EINE REGEL,
AN DIE SICH ALLE IN EINEM
LAND HALTEN MÜSSEN.

BESTIMMT DREI GESETZE, DIE
AB SOFORT IN
DEUTSCHLAND IM SINNE
ALLER KINDER GELTEN
SOLLTEN.

STELL DIR VOR ...



PSSST. HÖR MAL ZU.

MANCHMAL FÄLLT ES SCHWER,
DINGE ZU ERZÄHLEN.

WÜRD EUCH EIN
KUMMERKASTEN IN
KINDERGRUPPE ODER SCHULE
HELFFEN? WIE SOLLTE ER
AUSSEHEN?
HABT IHR NOCH ANDERE
IDEEN?

STARK + FIT



DAS IST UNSER HAUS!

IHR WOHNTE ALLE IN
EINEM HAUS.

NENNT 4 BIS 5 REGELN FÜR
EUER HAUS, DAMIT ES ALLEN
GUT GEHT.

AKTION



SCHUHKETTE

STELLT EUCH EURER
SCHUHGRÖSSE NACH AUF,
OHNE MITEINANDER ZU
REDEN.

RECHTE + GESETZE



ICH GEHE NICHT MIT

NACH DER SCHULE
ERZÄHLT EINE FREMDE
PERSON, DASS DEINE
ELTERN SIE GEBETEN HABEN,
DICH ABZUHOLEN.

NENNT 3-4 ANTWORTEN,
WARUM IHR NICHT
MITGEHT.

STELL DIR VOR ...



ICH HAB DA MAL NE FRAGE

IHR BEOBACHTET, DASS EIN
FREUND/EINE FREUNDIN ÖFTER
OHNE BROTDOSE ZUR SCHULE
KOMMT.
IHR FINDET DAS KOMISCH.

WEM ERZÄHLT IHR DAVON?

STARK + FIT



ALLES STEHT KOPF

ANGST,
WUT, FREUDE, EKEL,
TRAURIGKEIT

ERZÄHLT EUCH
GEGENSEITIG, WO IHR
DIESE GEFÜHLE IN EUREM
KÖRPER FÜHLT, WENN SIE
DA SIND.

AKTION



LAUTE POST

DIE KINDER SETZEN SICH IN EINEN KREIS. EIN KIND FLÜSTERT SEINEM NACHBARKIND WIE BEIM STILLE-POST-SPIEL EIN "NEIN" ZU. BEI DER WEITERGABE VON KIND ZU KIND SOLL DAS NEIN IMMER LAUTER WERDEN.

ACHTET DARAUF, DASS IHR EUCH NICHT IN DIE OHREN SCHREIT.

RECHTE + GESETZE



EURE MEINUNG ZÄHLT!

(ART. 22 + 23 UN-KRK)

BESPRECHT FOLGENDE FRAGEN:

1. WAS DÜRFT IHR IN DER GRUPPENSTUNDE/AUF FREIZEIT MITBESTIMMEN?
2. WAS NICHT?
3. WAS WÜRDET IHR GERNE MITBESTIMMEN?

STELL DIR VOR ...



STREITSCHLICHTUNG

BEIM FUSSBALLSPIELEN GERÄT EINE GANZE GRUPPE IN STREIT UND ES KOMMT ZU SCHLIMMEN BELEIDIGUNGEN.

WIE KÖNNT IHR DIE SITUATION ENTSCHÄRFEN?

STARK + FIT



KOMPLIMENTERUNDE

MACHE JEDEM IN DER RUNDE EIN KOMPLIMENT.

ES BEGINNT DIE PERSON, DIE ALS LETZTES ETWAS SÜSSES GEGESSEN HAT.

WEITER IM UHRZEIGERSINN.

AKTION



LAVA

SPIELT EINE RUNDE „DER BODEN IST LAVA“.

BESPRECHT VORHER, WO IHR „GESCHÜTZT“ SEID.

RECHTE + GESETZE



KINDERRECHTE

JEDES KIND HAT DAS RECHT AUF GEWALTFREIE ERZIEHUNG (ART. 19 UN-KRK)

WAS HEISST DAS?
NENNT 3 BEISPIELE

STELL DIR VOR ...



SICHERE ORTE

MALT/BESCHREIBT EUREN PAUSENHOF/SPIELPLATZ.

WAS MACHT IHR DA AM LIEBSTEN? WO FÜHLT IHR EUCH SICHER?

WELCHE ECKEN/BEREICHE MEIDET IHR UND WARUM?

STARK + FIT



ANGST ALS FREUND

FALLEN EUCH BEISPIELE EIN, WO EUCH EURE ANGST DAVOR BESCHÜTZT HAT, ETWAS GEFÄHRLICHES ODER UNANGENEHMES ZU TUN?

AKTION



VERTRAUENSFALL

SUCHT EUCH EINE PERSON, BEI DER IHR EUCH WOHLFÜHLT UND DIE UNGEFÄHR GLEICH GROSS IST. STELLT EUCH MIT DEM RÜCKEN VOR DIE PERSON UND LASST EUCH VORSICHTIG NACH HINTEN KIPPEN.

RECHTE + GESETZE



GEMISCHTE ZIMMER

DIE JUGENDLEITER:INNEN DÜRFEN NICHT ERLAUBEN, DASS JUNGEN UND MÄDCHEN SICH EIN ZIMMER TEILEN, WENN EINER VON IHNEN UNTER 16 JAHRE ALT IST (§ 180 I STGB).

WAS HALTET IHR DAVON?

STELL DIR VOR ...



KOMISCHES GEFÜHL

IM SPORTUNTERRICHT BEMERKT IHR, DASS EUER/E MITSCHÜLER:IN MEHRERE BLAUE FLECKEN HAT. DAS VERURSACHT BEI EUCH EIN KOMISCHES GEFÜHL.

WAS KÖNNTET IHR TUN? MIT WEM KÖNNTET IHR DARÜBER SPRECHEN?

STARK + FIT



NEIN, NÖ, NEE

WANN HABT IHR DAS LETZTE MAL "NEIN" GESAGT UND WARUM ?

AKTION



MANEGE FREI!

BILDET EINE MENSCHENPYRAMIDE.

RECHTE + GESETZE



WER DARF...?

...OHNE ANKLOPFEN DAS ZIMMER BETRETEN?
... INS BADEZIMMER KOMMEN, WENN MAN SICH FERTIG MACHT?
... EUCH UMARMEN UND TRÖSTEN, WENN ES EUCH MAL SCHLECHT GEHT?
... EUCH KITZELN BIS IHR LACHT?

STELL DIR VOR ...



ICH WILL NICHT HEIM

EIN KIND AUS EURER GRUPPE ERZÄHLT EUCH, DASS ES SICH NACH DEM FERIENCAMP NICHT NACH HAUSE TRAUT. ES WIRKT BESORGT UND UNSICHER.

WIE KÖNNT IHR ALS GRUPPE DARAUFG REAGIEREN? MIT WEM KÖNNTET IHR SPRECHEN, UM DEM KIND ZU HELFEN?

STARK + FIT



VERTRAUENSPERSON

MIT WEM REDET IHR AM LIEBSTEN, WENN IHR ANGST HABT?

AKTION



FUNDSTÜCK

SUCHT EUCH EINEN ROTEN GEGENSTAND UND DENKT EUCH EINE KURZGESCHICHTE DAZU AUS.

**RECHTE
+
GESETZE**



ICH DARF AUCH WAS SAGEN!

KINDER HABEN DAS RECHT, IHRE MEINUNG IN ALLEN ANGELEGENHEITEN, DIE SIE BETREFFEN, ÄUSSERN ZU DÜRFEN. (ART. 12 UN-KRK)

WANN HAST DU DAS LETZE MAL DEINE MEINUNG GESAGT? WIE HAT ES DIE SITUATION VERÄNDERT?

**STELL DIR
VOR ...**



KEINE FOTOS BITTE

IHR SEID DRAUSSEN UNTERWEGS UND BEMERKT, DASS EINE FREMDE PERSON FOTOS VON EUCH MACHT. IHR FÜHLT EUCH UNWOHL UND MÖCHTET DAS NICHT.

WAS KÖNNT IHR TUN? AN WEN KÖNNT IHR EUCH WENDEN?

STARK + FIT



ICH BIN ...

NENNT 3 EIGENSCHAFTEN, DIE IHR AN EUCH SELBST BESONDERS MÖGT.

AKTION



SCHMACKOFATZ

SUCHT EINE PERSON MIT DEM GLEICHEN LIEBLINGSSESSEN WIE IHR.

**RECHTE
+
GESETZE**



**EUER KÖRPER
GEHÖRT EUCH**

WAS HEISST DAS?
NENNT 3 BEISPIELE

**STELL DIR
VOR ...**



VORURTEILE

IHR HÖRT, WIE JEMAND SAGT:
"PUPPEN SIND NUR FÜR MÄDCHEN UND FUSSBALL IST NUR FÜR JUNGS!"

WAS DENKT IHR DARÜBER?
FINDET IHR DAS RICHTIG ODER NICHT? WARUM?

STARK + FIT



BESTE FREUND:INNEN

WAS IST EUCH BESONDERS WICHTIG AN EINEM/R BESTEN FREUND:IN ?

AKTION



GEFÜHLSREGENBOGEN

ORDNET DEN FARBEN DES REGENBOGENS GEFÜHLE ZU.

RECHTE + GESETZE



WER DARF ...?

- ...AUS EUREM GLAS TRINKEN?
- ... EUCH IM AUTO MITNEHMEN?
- ... EUCH ÜBER DEN KOPF STREICHELN?
- ... EUCH ZUM EISSEN EINLADEN?

STELL DIR VOR ...



AUA, MEIN BAUCH!

EIN KIND KLAGT IMMER WIEDER ÜBER BAUCHSCHMERZEN, BESONDERS VOR BESTIMMTEN SITUATIONEN WIE TESTS ODER WENN ES ZUR SCHULE GEHEN SOLL.

WAS KÖNNTEN DIE GRÜNDE FÜR DIE BAUCHSCHMERZEN SEIN ? WIE KÖNNT IHR DEM KIND HELFEN?

STARK + FIT



LIEBLINGSMOMENT

WAS WAR HEUTE EUER SCHÖNSTER MOMENT ?

AKTION



ABFLUG

BASTELT EINEN PAPIERFLIEGER UND LASST IHN SO WEIT FLIEGEN WIE IHR KÖNNT.

RECHTE + GESETZE



NUR FÜR EUCH

BRAUCHT ES EXTRA GESETZE FÜR KINDER?

BESPRECHT, OB IHR DAS RICHTIG FINDET ODER NICHT.

STELL DIR VOR ...



BÄH-ALARM

ÜBERLEGT EUCH, WAS EKEL FÜR EUCH BEDEUTET, UND ERZÄHLT VON EINER SITUATION, IN DER IHR EUCH GEEKELT HABT!

STARK + FIT



STARK SEIN KANN MAN LERNEN!

IN VIELEN KINDERGÄRTEN UND GRUNDSCHULEN WERDEN SELBSTBEHAUPTUNGSKURSE WIE "I CAN DO" ODER "STOPP - DAS WILL ICH NICHT!" ANGEBOTEN.

HABT IHR SCHON MAL AN SO ETWAS TEILGENOMMEN? ERZÄHLT EUCH DAVON!

AKTION



WAS FÜHLST DU?

STELLT EIN GEFÜHL NUR MIT
EUREM GESICHT UND
KÖRPER DAR – DIE
ANDEREN RATEN!

**RECHTE
+
GESETZE**



KINDHEIT IN DEUTSCHLAND

VON WANN BIS WANN
IST MAN PER
(JUGENDSCHUTZ)GESETZ
IN DEUTSCHLAND KIND?

**STELL DIR
VOR ...**



WOHLFÜHLECKE

STELLT EUCH VOR, WIE EURE
PERFECTE WOHLFÜHLECKE
AUSSEHEN WÜRDEN.

WAS DARF AUF KEINEN FALL
FEHLEN?

STARK + FIT



VERTRAUEN

WAS BEDEUTET FÜR EUCH
VERTRAUEN ?

AKTION



SPIEGLEIN, SPIEGLEIN

SUCHT EUCH EINE/N
PARTNER:IN UND STELLT
EUCH GEGENÜBER. NUN
VERSUCHT IHR, DIE
BEWEGUNGEN DER ANDEREN
PERSON ZU SPIEGELN.
WECHSELT EUCH AB.

**RECHTE
+
GESETZE**



**JUGENDLICH IN
DEUTSCHLAND**

VON WANN BIS WANN
IST MAN PER
(JUGENDSCHUTZ)GESETZ
IN DEUTSCHLAND
JUGENDLICHE:R?

**STELL DIR
VOR ...**



WAS IST DENN HIER LOS?

IHR BEOBACHTET, WIE EIN/E
FREUND:IN MIT EINER
FREMDEN PERSON SPRICHT.
EUCH IST DAS NICHT
GEHEUER.

WAS KÖNNT IHR MACHEN?

STARK + FIT



TUT MIR LEID!

WANN HAST DU DIR DAS
LETZTE MAL EINE
ENTSCULDIGUNG VON
JEMANDEM GEWÜNSCHT ?
WIE SIEHT EINE
ENTSCULDIGUNG AUS ?
WAS IST DIR DABEI
WICHTIG ?

AKTION



ALLE SINNE SIND WICHTIG

SUCHT EUCH EINE PERSON,
DER IHR VERTRAUT UND FÜHRT
EINEN PARCOURS MIT
GESCHLOSSENEN AUGEN
DURCH.
NEHMT EUCH AN DIE HAND
UND HÖRT GEGENSEITIG AUF
DIE ANWEISUNGEN.

RECHTE + GESETZE



DAS IST FAIR

OFT WIRD ÜBER FAIRES
(BE)HANDELN GEREDET.
WAS BEDEUTET DAS FÜR
EUCH?

STELL DIR VOR ...



SCHMETTERLINGE IM BAUCH

WENN DU DICH FREUST, WO
IM KÖRPER FÜHLST DU DAS?
WIE FÜHLT ES SICH AN?

STARK + FIT



NOTRUF

WENN EIN UNFALL
PASSIERT, KANN EUCH DIE
FEUERWEHR ODER DIE
POLIZEI HELFEN.
WIE LAUTEN DIE
TELEFONNUMMERN UND DIE
5 W-FRAGEN DAFÜR?

AKTION



WACH AUF

ZAPPELT 1 MINUTE LANG
DURCH DEN RAUM/DURCH
DIE GEGEND.
LEGT VORHER FEST, WER
DIE ZEIT NIMMT.

RECHTE + GESETZE



WHATSAPP, TIK TOK UND INSTAGRAM

LAUT
NUTZUNGSBEDINGUNGEN
SIND DIESE APPS ERST AB 13
JAHREN ERLAUBT. WIE
FINDET IHR DAS?

STELL DIR VOR ...



DER BAUMTRICK

MANCHMAL FÄLLT ES SCHWER, DIE
EIGENEN GRENZEN ZU ZEIGEN.
FOLGENDE ÜBUNG KANN DA
HELFE:
STELLT EUCH VOR, IHR SEID SO
STARK, WIE EIN BAUM.
AUTOMATISCH WERDET IHR
SICHERER AUF BEIDEN BEINEN
STEHEN UND SELBSTBEWUSSTER
WIRKEN. PROBIERT ES MAL AUS!

STARK + FIT



SO KANNST DU MIR HELFE

IHR SEID WÜTEND/
TRAURIG. WIE KANN MAN
EUCH UNTERSTÜTZEN? WAS
BRAUCHT ODER WÜNSCHT
IHR EUCH?

AKTION



MUTKREIS

STELLT EUCH IM KREIS AUF
UND SAGT NACHEINANDER
LAUT UND DEUTLICH EINE
STARKE BOTSCHAFT WIE
„ICH BIN MUTIG!“ ODER
„ICH BESTIMME ÜBER
MICH!“.

RECHTE
+
GESETZE



KINDERRECHTE IM INTERNET

„KINDER HABEN DAS RECHT,
MEDIEN WIE DAS INTERNET ZU
NUTZEN“ (ART. 17 UN-KRK)

WIE KANN EINE SICHERE
INTERNETNUTZUNG GARANTIERT
WERDEN?
WELCHE REGELN GIBT ES DAFÜR
UND WELCHE AUFGABEN HABEN
DIE WEBSEITEN UND APPS?

STELL DIR
VOR ...



TURBOKRAFT

STELLT EUCH AUFRECHT HIN UND
DREHT EUCH MIT
AUSGESTRECKTEN ARMEN EINMAL
UM EUCH SELBST. DAS IST EUER
SCHUTZKREIS. IHR BESTIMMT,
WER IN DEN KREIS HINEINDARF.

STELLT EUCH DIESE ÜBUNG VOR,
WENN IHR EUCH UNSICHER
FÜHLT.

STARK + FIT



LÖWENSTIMME

ÜBT, MIT LAUTER UND
KLARER STIMME „LASS DAS!“
ODER „HÖR AUF!“ ZU
SAGEN, DAMIT EUCH ALLE
HÖREN.

AKTION



RECHTE
+
GESETZE



STELL DIR
VOR ...



STARK + FIT

