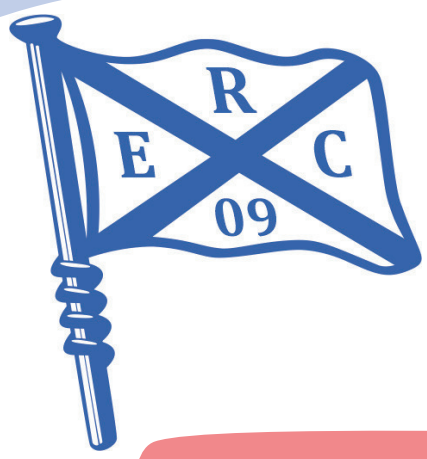




Kinder- und Jugendschutz

im Elmshorner Ruder-Club von 1909 e.V.

Wichtige Regeln für dich!

Umkleide

- Deine Privatsphäre wird respektiert.
- Die Umkleide ist kein Aufenthaltsraum.
- Erwachsene nutzen möglichst zeitversetzt zu Kindern und Jugendlichen die Umkleide.
- Trainer*innen und Betreuer*innen ziehen sich nicht gleichzeitig mit dir um.
- Handys bleiben in der Tasche.



Alkohol, Rauchen und Drogen

- Kinder und Jugendliche trinken KEINEN Alkohol und rauchen nicht.
- Andere Drogen sind für alle im Verein verboten.
- Erwachsene trinken keinen Alkohol bei der Betreuung von Kindern und Jugendlichen.
- Bei Veranstaltungen draußen nicht in der Nähe von Kindern rauchen.
- Trau dich **Nein** zu sagen.



Fotos und Videos

- Fotos von dir gibt es nur, wenn DU das willst.
- Fotos von dir werden nur veröffentlicht, wenn du das möchtest.
- Deine Eltern müssen dem zustimmen.
- Wenn du das nicht willst: **Sag Nein**.
- In den Umkleiden und Duschen werden keine Fotos gemacht.



Körperkontakt

- Hilfestellungen sind wichtig, aber nur, wenn du dich wohl fühlst und dem zustimmst.
- Niemand hat das Recht, dich im Intimbereich zu berühren.
- Bewusste Berührungen am Po, an der Brust und zwischen den Beinen sind Tabu.
- Du musst selbst zustimmen, bevor du berührt wirst (z.B. umarmen, ...).



Wo bekomme ich Hilfe?

- Wenn sich etwas falsch anfühlt: Sprich darüber.
- Du hast Rechte.
- Du wirst ernst genommen.
- Du bist nicht allein.
- Es ist nicht deine Schuld.



Im ERC: kinderundjugendschutz@erc09.de

Hilfetelefon Sexueller Missbrauch:

0800 22 55 530 (anonym, kostenfrei)

Kinder- und Jugendtelefon: **0800 111 0 330**

oder **116 111** (anonym, kostenfrei)

Wendepunkt e.V.: 04121 / 475730 (anonym) in Elmshorn

Allein im Raum

- Trainer*innen und Betreuer*innen nehmen dich nicht mit in ihre privaten Räume.
- Bevor du mit ihnen in ein Auto steigst, müssen deine Eltern dem zustimmen.
- Es gibt keine Treffen zwischen EINEM Erwachsenen und EINEM Kind oder Jugendlichen.



Handy und Nachrichten

- Trainer*innen und Betreuer*innen schreiben dir nur privat, wenn es wichtig ist.
- Deine Eltern wissen Bescheid.
- Nutze keine selbst löschenden Nachrichten.
- Kommunikation ist transparent.
- Kontakt mit Trainer*innen und Betreuer*innen über soziale Medien wie Snapchat, Instagram, Tiktok, etc sollte nicht stattfinden.



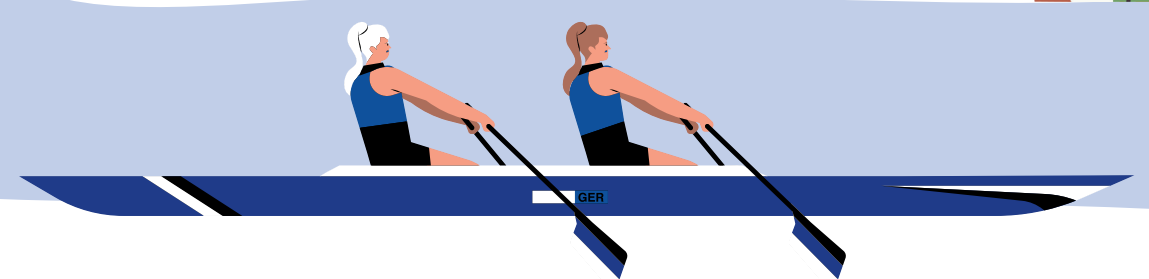
Duschen

- Niemand darf ohne dein **Okay** in die Dusche kommen.
- Kinder und Jugendliche warten, bis Erwachsene fertig sind, bevor sie duschen oder sich Umziehen.
- Erwachsene duschen nicht, wenn Kinder oder Jugendliche in den Bereichen sind.
- Nur Personen des gleichen Geschlechts dürfen in die Duschbereiche.



Gespräche

- Gespräche mit Trainer*innen und Betreuer*innen finden in geeigneten offenen Räumen statt.
- Sie werden angekündigt.
- Du darfst jederzeit jemanden dazu holen.
- Du darfst gehen und Nein sagen.
- Gemeine Worte musst du nicht gut finden. Rede mit anderen darüber.



Aktiv im
Kinder- und
Jugendschutz
DER SPORT IN SCHLESWIG-HOLSTEIN