



DU BIST UNS WICHTIG!

Deine Rechte

bei der TanzSportGemeinschaft

„Strunde-Pänz“ der Große Gladbacher KG



Bei uns sollst Du Spaß am Tanzen haben und dich sicher und wohlfühlen.

Dein Körper gehört dir.

Beim Tanzen müssen wir uns manchmal berühren, zum Beispiel bei Hilfestellungen oder Hebefiguren. Wenn dir etwas unangenehm ist, darfst du das sagen.

Du darfst NEIN oder STOPP sagen.

Wenn du etwas nicht möchtest oder dich nicht wohlfühlst, darfst du immer “Nein” oder “Stopp” sagen. Deine Grenzen sind wichtig.

Deine Gefühle sind wichtig.

Wenn dich etwas traurig macht, dir Angst macht oder sich komisch anfühlt, sprich darüber.

Niemand darf dich schlecht behandeln.

Beleidigen, Auslachen, Mobbing, absichtliches Verletzen oder unangenehme Berührungen sind nicht in Ordnung.

Du darfst dir immer Hilfe holen.

Sprich mit einer Person, der du vertraust, zum Beispiel mit der Leitung der Strunde-Pänz, den Trainer*innen, einer Betreuungsperson oder natürlich Deinen Eltern.

Wenn du uns etwas erzählst:

Wir hören dir zu.

Wir nehmen dich ernst.

Wir helfen dir.

Denk immer daran:

Du darfst NEIN sagen. • Du darfst STOPP sagen. • Du darfst dir Hilfe holen.

Die Namen und Kontaktdaten der Ansprechpersonen findest du zusammen mit deinen Eltern auf unserem Kontaktblatt „Wichtige Kontakte im Verdachts- oder Krisenfall“.