

1.1 TIL DIG SOM ER BARN/UNG

Hvad kan du gøre, hvis du selv bliver udsat for overgreb? Eller hvis du har viden eller mistanke om, at en af dine kammerater bliver udsat for overgreb?

Ret til et liv uden overgreb

Alle børn har ret til et liv uden vold og overgreb. Det står i børnekonventionen og i forskellige danske love, og det betyder at du som barn er beskyttet, og at det er forbudt at udsætte dig eller andre børn for fysiske, psykiske eller seksuelle overgreb eller udnyttelse.

Det er aldrig din skyld!

Det er altid er den voksnes ansvar, når der bliver begået overgreb! Hvis du er blevet udsat for et overgreb, kan det aldrig være din egen skyld, og du vil aldrig selv blive straffet i forbindelse med overgrebet.

Du skal med andre ord ikke frygte selv at blive straffet, hvis du fortæller om et overgreb mod dig selv eller nogen, du kender.

Snak med en voksen, du er tryk ved...

Det kan være rigtig svært at finde ud af, hvad du skal gøre, hvis du er blevet udsat for overgreb –eller hvis du har mistanke om, at én, du kender, er udsat for overgreb.

Det er vigtigt, at du ikke går med det selv, men at du får snakket om det med en voksen, du er tryk ved. Det kan være din far eller mor, din klasselærer, din træner eller måske din kammerats forældre.

Du kan også bruge en anonym rådgivning

Det kan nogle gange være trygt at tale med en anonym rådgivning først. Der findes flere forskellige anonyme rådgivninger, hvis du kan sms-e, chatte eller tale i telefon med voksne, som sidder klar til at hjælpe dig.

I den blå boks til højre, kan du finde kontaktoplysninger til politiet og til forskellige anonyme rådgivningstjenester.



Som ung kan du også kontakte UngeNetværket i Næstved Kommune, hvor du kan få anonym rådgivning og vejledning via telefon, mail, chat eller fysisk fremmøde. Du finder UngeNetværkets hjemmeside på www.ungenetvaerket-naestved.dk.

POLITI

Politiet

Hvis du selv eller din familie bliver udsat for vold eller overgreb, kan du altid ringe til politiet på 112. Hvis du vil anmelde noget, der allerede er sket, kan du ringe til politiet på 114.

TELEFON: 112

Børnetelefonen

Børnetelefonen

Alle børn og unge kan ringe anonymt til Børnetelefonen om alle slags bekymringer og problemer. Du kan også få hjælp til at finde en bisidder, som kan hjælpe dig med at skrive, ringe og gå med til møder i kommunen.

TELEFON: 116 111 (DU KAN OGSÅ SMS' E)



RED Rådgivning

– alle har ret til et liv uden kontrol og pres

RED Rådgivning kan hjælpe dig, hvis du oplever, at andre bestemmer over dit liv, eller hvis du føler dig kontrolleret og presset, fx hvis din familie begynder at tale om ægteskab mod din vilje eller om genopdragelsesrejser. Når du kontakter RED, behøver du ikke fortælle, hvem du er.

TELEFON: 70 27 76 66



Bryd Tavsheden

– om børnevold og kærestevold

Hvis du oplever vold i din familie eller i dit forhold, kan du få hjælp hos Bryd Tavsheden. Du kan skrive anonymt til brevkassen og chatte eller tale med en rådgiver, som lytter og hjælper dig videre mod et liv uden vold.

TELEFON: 20 67 05 06



Livslinien

Har du selvmordstanker? Er du bekymret for et menneske i krise? Eller er du pårørende eller efterladt til selvmord? Livsliniens rådgivere er der for at lytte til dig og hjælpe dig med at sætte ord på det, der er svært.

TELEFON: 70 20 12 01

Læs mere på Børneportalen

På Børneportalen kan du både læse mere om dine rettigheder, og du kan læse om, hvad du kan gøre, hvis du har brug for hjælp i forbindelse med overgreb.

<https://www.boerneportalen.dk/har-du-brug-for-hjaelp/vold-og-overgreb/>