

Verhaltensregeln für Kinder und Jugendliche in den Ferienfreizeiten der Saarländischen Turnerjugend (STJ)

Deine Rechte und Regeln für eine schöne und sichere Freizeit

Damit sich alle wohlfühlen und Spaß haben können, gibt es ein paar wichtige Regeln und Hinweise. Sie helfen dir und allen anderen, eine tolle und sichere Zeit zu erleben.:

Du hast das Recht ...

1. Spaß zu haben und dich wohlfühlen.
2. so zu sein, wie du bist.
3. fair und respektvoll behandelt zu werden.
4. deine Meinung zu sagen.
5. „Nein“ zu sagen, wenn dir etwas unangenehm ist.
6. Hilfe zu bekommen, wenn dich etwas stört oder belastet.
7. zu wissen, welche Betreuer*innen dir helfen können.
8. dass private Dinge über dich nicht einfach weitererzählt werden.

Das ist uns besonders wichtig:

9. Dein Körper gehört dir. Niemand darf dich anfassen, wenn du das nicht willst.
10. Heimweh ist okay – wir helfen dir dabei.
11. Du wirst nie ausgelacht, wenn du Angst hast oder traurig bist.
12. Schlechte Geheimnisse, die dir ein ungutes Gefühl machen, darfst du immer weitererzählen.
13. Wenn du dich unwohl fühlst oder dir etwas komisch vorkommt, darfst du jederzeit mit uns reden.

So gehen wir miteinander um:

14. Wir lachen niemanden aus.
15. Wir schließen niemanden aus.
16. Wir helfen uns gegenseitig.
17. Wir lösen Streit mit Worten, nicht mit Gemeinheiten.
18. Wir sind fair zueinander.

Regeln im Zeltlager-Alltag:

19. Wenn du nachts raus musst oder dich unwohl fühlst, weck uns einfach. Wir helfen dir.
20. Wenn du das Gelände verlassen möchtest, sag uns bitte Bescheid.
21. Du respektierst die Privatsphäre im Zelt, beim Umziehen und Duschen.
22. Niemand wird zu Mutproben gezwungen.

Handy & Fotos:

23. Fotos und Videos werden nur gemacht, wenn alle einverstanden sind.
24. Niemand wird heimlich fotografiert oder gefilmt.
25. In Gruppen- oder Chatnachrichten sind wir freundlich zueinander.
Niemand wird in Chats geärgert oder ausgeschlossen.

Wenn etwas nicht gut läuft, darfst du jederzeit:

- 26. mit Betreuer*innen sprechen
- 27. mit der Freizeitleitung sprechen
- 28. einer Person sagen, der du vertraust
- 29. um Hilfe bitten.

Wir nehmen dich ernst.

Das kannst du tun, damit die Freizeit schön wird:

- 30. ehrlich sagen, wenn etwas nicht stimmt
- 31. pünktlich zu Treffpunkten kommen
- 32. auf Sachen und Material achten
- 33. anderen helfen
- 34. Bescheid sagen, wenn du dich verletzt hast oder krank fühlst

Das Wichtigste zum Schluss:

Du bist hier sicher.

Du bist wichtig.

Und du darfst dir Hilfe holen – immer.

Mit deiner Unterschrift sagst du:

Ich habe meine Rechte und die Regeln verstanden und helfe mit, dass sich alle wohlfühlen.

Name des Teilnehmenden: _____

Datum: _____

Unterschrift des Kindes/Jugendlichen: _____

Unterschrift der Erziehungsberechtigten: _____

Wenn du oder deine Eltern mehr über Schutz und Hilfe im Sport wissen möchten, findet ihr hier Infos:

www.stb.saarland/der-stb/praevention-sexualisierter-gewalt