

Deutsch



Video über  
Kinderrechte

in mehreren  
Sprachen verfügbar

**DU HAST RECHTE,  
DU GEHÖRST DAZU!**



Save the Children

Gefördert vom



Bundesministerium  
für Bildung, Familie, Senioren,  
Frauen und Jugend

im Rahmen des Bundesprogramms

Demokratie **leben!**

[www.savethechildren.de](http://www.savethechildren.de)

# SPIELEN UND NEUES AUSPROBIEREN

Du darfst **Hobbys** entdecken, **Neues** lernen und herausfinden, was dir **Spaß** macht.



Aber manchmal ist es schwer, an neue Orte zu gehen.



Frag nach, wenn dich etwas interessiert.



Geh nicht allein – nimm Freund\*innen, Geschwister oder Eltern mit.



Fang klein an und gib dir Zeit – Schritt für Schritt fühlst du dich wohler.

## Du gehörst **dazu!**

Wenn jemand sagt „Du darfst nicht mitmachen“ – nur weil du geflüchtet bist – ist das Diskriminierung. Das ist nicht erlaubt!

Du darfst überall mitmachen:



im Sportverein



in der Schule



in der Bibliothek



im Jugendclub

Wenn du dich ausgeschlossen fühlst, sprich mit Erwachsenen (z. B. Eltern, Lehrkräften, Sozialarbeiter\*innen).

Wenn du dich ungerecht behandelt fühlst und die Erwachsenen um dich herum dir nicht zuhören, kannst du dich hier beschweren:



**KinderRechteForum** (bundesweite Ombudsstelle für Kinderrechte) Du kannst das KinderRechteForum anrufen unter der Nummer 0800 6695840

oder im Chat schreiben [www.kinderrechteforum.org/hilfe](http://www.kinderrechteforum.org/hilfe)

Du kannst auch eine Email schreiben an [hilfe@kinderrechteforum.org](mailto:hilfe@kinderrechteforum.org)



Die **KiDs Beratung** in Berlin hört dir zu und berät dich. Die Telefonnummer ist 030 80206323. Du kannst auch eine E-Mail schreiben an [kids@kinderwelten.net](mailto:kids@kinderwelten.net)



Wenn du Sorgen hast, kannst du die **Nummer gegen Kummer** anrufen: 116 111. Du kannst auch online mit ihnen chatten: [www.nummergegenkummer.de/onlineberatung](http://www.nummergegenkummer.de/onlineberatung)



## Deine **Rechte** – überall!

Egal, wo du wohnst oder woher du kommst: **Du hast Rechte!**

Es gibt viele Wege, mehr über deine Rechte zu erfahren und Hilfe zu bekommen.



**Heft**  
„Unsere Rechte,  
unsere Zukunft“

verfügbar in mehreren Sprachen  
(jemand kann es dir ausdrucken)