



Notfall-Spickzettel

Zum Ausdrucken und an den Kühlschrank hängen.

BEI AKUTER GEFAHR

Wenn ein Kind gerade in Gefahr ist, sofort die Polizei anrufen:

117 Notruf Polizei

EIN VERDACHT, ABER KEINE AKUTE GEFAHR

Handle nicht überstürzt. Hol dir zuerst Rat, viele Stellen beraten auch anonym.

- Ruhig bleiben, deinem Kind zuhören, ohne es auszufragen.
- Eine verdächtige Person nicht selbst konfrontieren.
- Beobachtungen mit Datum notieren, keine überstürzten Entscheidungen treffen.

BERATUNG & HILFE (SCHWEIZ)

142	Opferhilfe Schweiz — 24h, kostenlos, vertraulich
147	Pro Juventute — Beratung für Kinder, Jugendliche & Eltern (24h)
0848 35 45 55	Elternnotruf Schweiz
058 433 33 99	Helpline Kinderschutz Schweiz — Erstberatung & Triage
058 433 33 50	clickandstop.ch — Meldestelle digitale sexualisierte Gewalt

DIE GEHEIMNIS-REGEL

„Du musst niemanden umarmen oder küssen, den du nicht magst, auch mich nicht.“

„Ein Bauchweh-Geheimnis darfst du immer erzählen, auch wenn du es versprochen hast oder dir gedroht wurde.“

WENN SICH DEIN KIND ANVERTRAUT

Ich glaube dir.

Keine Schuld.

Gut, dass du es sagst.

Was du vermeiden solltest:

- „Warum hast du nichts gesagt?“ kommt als Vorwurf an.
- „Bist du sicher?“ sät Zweifel und lässt verstummen.