



## Kleiner Sicherheits-Leitfaden für Eltern und Kinder

Liebe Eltern unserer OUTFIGHT-Kids,

mit diesem kleinen Leitfaden möchten wir euch ein paar Tipps mit nach Hause geben, die leicht umzusetzen sind und euren Kindern in schwierigen Situationen helfen sollen. Sie ersetzen natürlich nicht die Aufsichtspflicht oder andere wichtige Aufgaben, für die Eltern zuständig sind. Unsere Tipps sollen euch hauptsächlich aufmerksam machen und eurem Kind etwas mehr Sicherheit geben:

- **Grundlegendes:**

Nein heißt nein.

Keiner darf deinem Kind weh tun.

Mit Fremden muss man nicht sprechen.

Bringe deinem Kind wichtige Telefonnummern bei (zu Hause, Handynummer Mutter/Vater, Polizei kann kostenlos mit der 110 angerufen werden).

- **Draußen unterwegs:**

Gehe mit deinem Kind den Schulweg und alternative Wege ab, bis es diese gut kennt.

Dein Kind sollte abgelegene Straßen meiden und sich auf belebten Straßen bewegen.

Dein Kind sollte wissen, wo es sich zur Not Hilfe holen kann (Geschäfte etc.).

Dein Kind sollte nicht alleine zur Schule gehen, sondern mit anderen Kindern.

Übe mit deinem Kind, Distanz zu anderen Fußgängern zu wahren.

Übe mit deinem Kind, sich nicht in ein Gespräch mit Fremden verwickeln zu lassen.

Schreibe nie den Namen des Kindes von außen sichtbar auf den Schulranzen oder andere Dinge. Fremde können durch das Kennen des Namens das Vertrauen des Kindes erlangen („Du bist doch Tim, ich kenne deinen Vater gut.“).



Übe mit deinem Kind, laut zu schreien. Idealerweise nicht um Hilfe, sondern „Feuer!“

Bei Feuer fühlen sich andere Menschen auch bedroht und helfen eher.

Übe mit deinem Kind, andere um Hilfe zu bitten. Benutzt dabei Sätze wie „Sie in der Blauen Jacke und der roten Mütze, helfen Sie mir, ich habe Angst/dieser Mann verfolgt mich/diese Person tut mir weh“.

Verabrede ein Code-Wort mit deinem Kind für den Fall, dass eine andere Person (Onkel, Oma, Freunde) das Kind abholt. Nur bei der Nennung des Codeworts darf das Kind mitgehen.

- **Mit den Eltern sprechen:**

Kinder müssen wissen, dass sie Mama und Papa alles erzählen dürfen, was sie bedrückt oder ihnen ein komisches Gefühl macht.

Schlechte Geheimnisse dürfen verraten werden. Dafür gibt es keinen Ärger.

Erkläre deinem Kind, was Grenzen sind und was Erwachsene, Bekannte, Verwandte dürfen und was nicht.

Hilfe holen ist kein Petzen.

Das Kind hat keine Schuld daran, wenn es Gewalt erlebt.

Übe mit deinem Kind diese Regeln immer wieder!

Liebe Grüße

Sifu Frank und das **OUTFIGHT**-Team