

Lena und Trainer André beim „Telefonieren“
– man muss nicht alle Fragen beantworten.



zu, dass sie dabei ein komisches Gefühl hatte. André erklärt den Kids, wie wichtig es ist, auf dieses „Bauchkribbeln“ zu hören. Sie lernen, dass sie in solchen Fällen auch „Nein“ sagen können und dürfen. „NEIN ist unsere mächtigste Waffe!“, sagt André.



„Lärm, Licht, Leute“

„Wenn ihr in eine Situation mit anderen Menschen geratet, die euch Angst machen – was tut ihr dann?“, fragt André die Kursteilnehmer. „Lärm, Licht, Leute“, kommt es wie aus der Pistole geschossen von dem neunjährigen Benjamin. Was bedeutet: So schnell wie möglich irgendwohin gehen,

wo es hell ist, wo Lärm ist und wo Leute sind. Denn in einer solchen Umgebung traut sich nicht so schnell jemand ein Kind anzugreifen.

Kids haben Power

Und wenn man tatsächlich von jemandem festgehalten wird? Dann kommt eben die Nummer mit dem Schienbein! „Ihr Kids habt ganz schön Power“, sagt André. Wenn er sich – im Rollenspiel – von seinen Kursteilnehmern treten lässt, trägt er natürlich immer einen Schienbeinschoner.

Einmal hat ihn allerdings mal ein Kind aus Versehen mit voller

Wucht am ungeschützten Bein erwischt – „da ist mein Schienbein von oben bis unten dick angeschwollen. Ich konnte nicht mehr laufen!“

Egal ob André ihnen als Besoffe-

ner, als verkleideter Polizist oder als Autofahrer entgegenkommt – Sarah und die anderen Kursteilnehmer haben gelernt, dass sie nicht wehrlos sind, sondern Power haben!

Tipps zur Sicherheit

1. Du musst niemandem deinen Namen und deine Adresse sagen.
2. Wenn du dich unwohl fühlst, weil sich dir gegenüber jemand komisch verhält oder dich sogar angreift, dann warte nicht ab, was passiert, sondern handle gleich.
3. Geh, wenn du kannst, so schnell wie möglich an einen hellen Ort, wo Leute sind und wo du Lärm hörst („Lärm, Licht, Leute“).
4. Wenn dich jemand nicht vorbeilassen will oder dich angreift, dann ruf laut und deutlich: „NEIN, lassen Sie mich vorbeilassen!“ Streck dabei deine Hand mit der offenen Handfläche nach vorne von dir. Lass dich nicht ein-



Als der Trainer Sara „angreift“, hilft nur noch der feste Tritt gegen's Schienbein.

schüchtern. Wenn er dich trotzdem festhält, tritt, so fest du kannst, gegen sein Schienbein.

5. Wenn dich ein Mitschüler angreift oder komisch anfasst und du es dem Lehrer oder der Lehrerin erzählst, bist du keine Petze!

6. Gute Geheimnisse soll man nicht weiter erzählen, aber schlechte schon – das sind die, bei denen du ein schlechtes Gefühl hast.

Reden ist die stärkste Waffe

Ganz wichtig!
Die meisten Menschen sind nett und wollen dir nichts tun! Aber: Es gibt auch ein paar Ausnahmen! Es ist besser ein bisschen zu vorsichtig als zu unvorsichtig zu sein.