

## Yardım isteme hakkın var!

Yalnız değilsin. Buna benzer olayları yaşayan bir sürü kız ve erkek çocuğu var.

Yardım alabilirsin. Örn. bir kız arkadaşına, annene, babana, öğretmenine veya bize - Violetta'ya - başvurabilirsin.

Bizde konuşabilir, ağlayabilir, öfkeni dile getirebilir, resim yapabilir, yazabilir veya dinleyebilir, oynayabilir, gülebilir ve benzer olaylarla karşılaşmış diğer kızlarla buluşabilirsin.

**Sadece istediğin kadarını anlatabilirsin.**

**Seninle ve güvendiğin yetişkinlerle meselenin nasıl devam edeceğini ve sana nelerin yardım edeceğini konuşacağız.**



# Violetta

Fachberatungsstelle für sexuell missbrauchte Mädchen und junge Frauen

Wöhlerstraße 42 (Haus C)  
30163 Hannover  
Telefon 0511 855554  
Faks 0511 855594  
info@violetta-hannover.de  
www.violetta-hannover.de



### Telefon ile görüşme saatleri

Salı günleri 16:00 – 18:00 saat  
Çarşamba günleri 9:00 – 11:00 saat  
Perşembe günleri 10:00 – 13:00 saat

Diğer zamanlarda sen veya güvendiğin bir kişi telesekreterimize bir haber bırakabilir, biz geri arayacağız. Şahsi danışma sadece randevu üzerine yapılır.

### Buradan da danışma ve destek alabilirsin

Buradan da danışma ve destek alabilirsin:  
Beratungsstelle gegen sexuellen Missbrauch von Kindern und Jugendlichen der Region Hannover  
Peiner Straße 8, 30519 Hannover, Telefon 0511 – 61622160

Nazik desteğiyle



# Violetta

Cinsel tacize uğrayan kızlar ve genç kadınlar için uzman danışma merkezi



## Genç kızlar için bilgiler

## Bedenin sana ait!

İstemediğin takdirde kimse sana ne dokunabilir ne de seni öpebilir.

Örn. kucaklama ve sokulma gibi hoşuna giden ve sevdiğin hoş dokunmalar vardır.

Veya göğsünden, kaba etinden veya cinsel organından ellenmen veya yetişkin bir insanın penisine dokunmanı istemesi gibi hoş olmayan dokunmalar da vardır.

Senden çıplak soyunmanı istedikten sonra fotoğraflarını çeken veya istemediğin halde senin önünde soyunulan durumlar da olabilir.

Birisi seni bunlara yapmaya ikna eder veya bunlara zorlarsa, aklın karışabilir veya korkmaya başlayabilirsin.

**Böyle bir şeyi kimse senden isteyemez!**



## Hoş veya hoş olmayan dokunmalar vardır

Bazen dokunmalar insana başta hoş gelir ve bunu istemediğinin farkına ancak daha sonra varırsın.

Bu gibi hareketleri örn. amcan/dayın, deden, erkek kardeşin, baban, annen, bir öğrenci arkadaşın, öğretmenin, antrenörün veya komşunun önceden tanıdığın insanlar yapabilir veya senden isteyebilir...

Yetişkin insanlar olsa da, buna 'hayır' diyebilir ve elinden geldiğince karşı koyabilirsin.

Belki kimsenin sana inanmayacağından veya herkesin sana kızacağından korkuyorsundur. Belki de suçun sende olduğuna inanıyorsundur. Belki kimseye anlatmayacağına söz vermişsindir...

**Ne olursa olsun, nasıl tavır göstermiş olsan da veya nasıl olsan da – böyle bir olay hiç bir zaman senin suçun değildir.**

## Hissine güven!

Sürprizler gibi insanın hoşuna giden güzel gizler vardır. Ama seni üzen ve korkutan saçma sırlar da vardır.

Kendini rahatsız veya bir şeylerin yolunda gitmediğini hissedersen, hislerine güven. Güvendiğin bir kişiyle konuşmaya çalış.

**Birisi sana yasaklamış olsa bile, saçma sırlar hakkında konuşabilirsin.**

