

# Starke Judoka

Kinder haben Rechte - Hansokumake bei Missbrauch!

Geheimnisse,  
die dich  
bedrücken,  
darfst du  
verraten!

Hilfe holen ist kein Petzen!

Hör`auf dein  
Bauchgefühl!

Du entscheidest,  
wenn nah zu  
nah ist!

Sag es laut,  
wenn dich  
was stört!

**Trau dich, rede mit jemandem, du bist stark!**



Deutscher Judo-Bund e.V.  
**069-67720818**

*Wir hören zu!*

Kinder- und Jugendtelefon  
**116111** (kostenlos)  
NummergegenKummer

Hilfetelefon sexueller Missbrauch  
**0800 22 55 530** (kostenlos)  
[www.hilfetelefon-missbrauch.de](http://www.hilfetelefon-missbrauch.de)