



När någon gjort dig illa
en bok för yngre barn





När någon gjort dig illa

**Ingen får göra barn illa. Men det finns
både barn och vuxna som gör det ändå.**

Det kan handla om brott som misshandel,
hot eller sexuella övergrepp.

**När någon har gjort dig illa har
du rätt att få stöd och hjälp!**

Ingen får slå, sparka eller dra i håret...

Ingen får hota eller skada barn med ord.

Ingen får tvinga barn till kramar, pussar eller sex.

**Ingen får lura eller övertala barn
att ha sex som de är för små för.**



Stiftelsen
Allmänna Barnhuset

Utgivningsdatum: December 2018

Ansvarig utgivare: Cecilia Sjölander, generalsekreterare Stiftelsen Allmänna Barnhuset

Grafisk form: Johan Andréasson, Hectornado

Vanliga sätt att reagera

Barn som någon gjort illa blir
ofta ledsna, rädda och arga.

En del får svårt att sova

En del får svårt att äta

En del får ont i kroppen

En del får svårt att vara stilla

En del får jobbiga tankar

En del hamnar i bråk

En del skäms och tror att det är deras fel

En del tycker att ingenting är roligt



Saker som kan hjälpa dig att må bättre

Berätta för någon som lyssnar

Snälla vuxna och barn

Snälla djur

Göra det du brukar och som känns tryggt

Sova och äta bra

Springa, hoppa och dansa

Lyssna på musik

Leka och göra roliga saker

Det blir oftast bättre efter ett tag.
Men det kan ta tid att må bra igen.



Vem kan hjälpa?

Någon i familjen!

Någon du känner!

Någon som jobbar med att hjälpa barn!

Har du träffat vuxna som inte lyssnar?

Försök igen! Det finns många som vill lyssna och hjälpa till!



Jag vill inte prata med någon!

En del tycker att det räcker att berätta en gång.
Sedan vill de inte prata mer om det.

Det är helt okej!

Du bestämmer själv om du vill
prata om vad som hänt.

Du får alltid berätta, men du måste inte.

Du bestämmer själv vem du vill berätta för.



Det behöver ta slut!

När någon gör barn illa måste det ta slut!

Om det är vuxna hemma som gör barn illa
så måste andra vuxna sätta stopp.

Socialtjänsten försöker se till
att ingen gör dig illa mer.

Polisen försöker ta reda på
om det du varit med om är ett brott.

Om någon är i fara: **Ring 112**

Om du eller en kompis behöver hjälp:
Berätta för en vuxen som är snäll.



Vi som skrev det här heter Åsa Landberg och Bengt Söderström.

Tack alla barn som pratat med oss om våld och övergrepp!

Beställ boken på vår hemsida www.allmannabarnhuset.se.



Se filmen på Youtube:



