

Vom Recht, Nein zu sagen

Über die Gefahren im Strassenverkehr und auf dem Spielplatz reden wir mit Kindern selbstverständlich. Wenn es um sexuelle Gewalt geht, tun sich jedoch viele Eltern schwer, ihre Töchter und Söhne aufzuklären.

Viele Mädchen und Jungen erhalten durch die Medien oder von anderen Kindern bereits sehr früh Informationen über sexuelle Gewalt. Dabei wäre es wichtig, dass auch Eltern das Thema regelmässig zur Sprache bringen. Doch wie findet man die richtigen Worte?

Alles beim Namen nennen

Die Verknüpfung von Gewalt mit Sexualität erschüttert auch uns Erwachsene und lässt uns verstummen. Der erste Schritt zur Verhinderung sexueller Gewalt ist, die Kinder aufzuklären – über ihren Körper, über die Sexualität und über alle damit verbundenen Aspekte. Ein Kind, das keine Sprache für Sexualität hat und Körperteile wie Berührungen nicht benennen kann, wird auch nicht über sexuelle Ausbeutung reden können. Kinder müssen über diese Gewaltform und darüber, was bei sexueller Ausbeutung geschehen kann, wer die Gewalt ausübenden Personen sein können und was Kinder dagegen unternehmen können, altersgerecht informiert werden.

Diese sieben Botschaften sollten Kindern immer wieder vermittelt werden:

■ Dein Körper gehört dir. Über deinen Körper entscheidest du allein, und du hast das Recht zu bestimmen, wie, wann, wo und von wem du angefasst werden möchtest.

■ Deine Gefühle sind wichtig. Du kannst unangenehme Gefühle vertrauen und mit Vertrauenspersonen darüber reden. Unangenehme Berührungen darfst du zurückweisen. Kein Erwachsener hat das Recht, dich zu berühren. Und keiner hat das Recht, dich dazu zu überreden oder zu zwingen, ihn zu berühren, auch wenn du diesen Menschen kennst und gern hast.

■ Du hast das Recht, Nein zu sagen. Sexuelle Gewalt ist eine Grenzüberschreitung das und Neinsagen ist eine notwendige Grenzziehung.

■ Es gibt gute und schlechte Geheimnisse. Schlechte Geheimnisse bedrücken und machen Angst. Die sollst du unbedingt weitersagen, auch wenn du versprochen hast, es nicht zu tun. Das hat nichts mit Petzen

zu tun. Wenn dich ein schlechtes Geheimnis belastet oder du etwas Unangenehmes erlebt hast, sollst du es einer Person erzählen, der du vertraust. Nur so kann man dir weiterhelfen.

■ Wenn du sexuelle Gewalt erlebt hast, merke dir: Du bist nicht schuld! Der Erwachsene trägt die Verantwortung für das, was er dir angetan hat. (red) Mehr zum Thema: www.kinderschutz.ch



Ein schlimmes Geheimnis, das unausgesprochen bleibt, kann Kinder schwer belasten. Bild: pd

TOP-TEN-MUSIK

1 (1)	Kamakawiwo'ole Israel	Over The Rainbow
2 (3)	Duck Sauce	Barbra Streisand
3 (-)	Cruz Taio Feat. Minogue	Just The Way You Are
4 (-)	Black Eyed Peas	Time (Dirty Bit)
5 (-)	Gorillaz	Doncamatic
6 (-)	Phil Collins	Going Back
7 (-)	Michael Jackson	Hold My Hand
8 (-)	Müslüm	Samichlaus
9 (-)	Bruno Mars	Just The Way You Are
10 (-)	Shakira	Loca

Quelle: cde.ch. Die Singles können über www.zuonline.ch bestellt werden.

BERATUNG UND STYLING

Fedora-Hut und Turban-Look

Maskulin und schnörkellos avanciert der Fedora-Hut in dieser Wintersaison zum Liebling der Designer und zeigt sich dabei bemerkenswert vielfältig. Der Fedora ist ein weicher Filzhut, der längs der Krone nach unten geknickt und an der Vorderseite an beiden Seiten eingeknickt ist. Mit Greta-Garbo-Touch kommt er bei Winteroutfits verführerisch zur Geltung. Er erdet gemusterte Kombinationen sowie wilde Raubtier-Prints.

Ebenso beliebt sind Schiebermützen in Schuljungenmanier aus luxuriösen Materialien wie Filz, Leder oder Pelz. Wobei: Pelztragen ist Gewissensfrage, nach wie vor. Designer treiben den Trend auf die Spitze und kombinieren eine

schwarze Ledermütze zum Abendkleid.

Im Alltag ist die Ledermütze Eyecatcher genug und wird zur grobmaschigen Strickjacke, Röhrenjeans und schlichten Boots getragen.

Eine herrschaftliche Note verleihen Hüte mit exotischen Turban-Allüren, die auf dem Laufsteg zum Ethno-Look wie auch zum klassischen Zweiteiler kombiniert werden. Eine Wahl, die sich für den Abend empfiehlt und im Haarbandformat dezent ausfällt.

Die schönsten Hüte und Mützen für den Winter 2010/11: Hauptsache maskulin.

Susanne Lamprecht,
Stylisten aus Bassersdorf,
www.beratung-styling.ch
und www.styling4u.ch



Hauptsache maskulin – der Fedora-Hut. Bild: pd

GRATIS-TICKETS

«Rock the Ballet» kommt nach Zürich

«Rock the Ballet» stellt das Ballett im wahrsten Sinne des Wortes auf den Kopf. «Rock the Ballet» ist Tanz, der klassisches Ballett mit neuen Tanzstilen äusserst einfallreich mischt. Die sieben Tänzer haben alle in den grossen klassischen Compagnien getanzt, haben in Broadway- und in Hollywood-Produktionen mitgewirkt oder sind in dem amerikanischen TV-Hit «So you think you can dance» aufgetreten. Ihre Bandbreite und Tanztechnik ist sehr umfassend: Sie kombinieren das klassische Ballett mit Hip-Hop, Jazz- und Steptanz bis hin zu klassischen Broadway-Choreografien.

Das breitgefächerte Repertoire der Tanzstile von «Rock the Ballet» dokumentiert sich auch in der Musik, nach der die Company tanzt: auf der einen Seite Chansons von Jaques Brel, klassische Broadway-Melodien und Songs von Frank Sinatra – auf der anderen heisse

Rhythmen von James Brown, Prince, Michael Jackson und Queen.

«Rock the Ballet» kommt vom 1. bis 20. Februar in die Maag EventHall (jeweils diens- tags bis sonntags). Für die Vorstellung vom 1. Februar vergeben wir zweimal zwei Tickets. Schicken Sie uns bis 20. Januar

eine Postkarte mit Ihrer Adresse und dem Stichwort «Ballet» an «Zürcher Unterländer», Schulstrasse 12, 8157 Dielsdorf, ein E-Mail an mixer@zuonline.ch oder ein SMS mit dem Keyword «ZU WIN2» an 919 (Fr. 1.–/SMS). (red)

Mehr Infos, Tickets und genaue Spieldaten: www.rocktheballet.ch



«Rock the Ballet» – das ist Tanz auf höchstem Niveau. Bild: pd

SUDOKU

6								1
		7	3		6	9		
	3		1		9		4	
	1	8		6		5	9	
			7		5			
	7	6		1		2	3	
	5		8	1		2		
		9	2		4	8		
8								5

Mittel

Füllen Sie die leeren Felder so, dass in jeder horizontalen und vertikalen Reihe sowie in jedem Kästchen die Zahlen 1 bis 9 vorkommen.

Nr. 437

DAILY ENGLISH

Wie heisst es richtig?

1. Der Lehrer erlaubt ihnen nicht, während des Unterrichts zu schlafen.
2. Mein Arzt empfiehlt mir, mehr Sport zu treiben.

1. The teacher does not allow them to sleep during the lesson.
2. My doctor advised me to exercise more.

Lösung:

CD-TIPP

Ein Stück Jugend

Natürlich ist es heikel, wenn eine Band genauso jugendlich und energievoll aufspielt wie bei ihrem Debutalbum 1994. Diejenigen, die heute so jung sind wie die Band einst, kennen die mittlerweile etwas älteren Herren nicht, und diejenigen, die Weezer in der eigenen Jugend hörten, sind vielleicht nicht mehr so rockaffin wie auch schon.

Für das neue Album des Quartetts scheint also kein Markt zu existieren, und trotzdem spielen sie unverblümt drauf los, als wären die letzten 15 Jahre nie ins Land gezogen. Im Resultat steckt dann auch ein verlorenes Stück Jugend – in der Musik wie auch in den Texten. River Cuomo, Sänger und Leader der Band, scheint der Peter Pan der Rockmusik zu sein. Songs schreibt er noch immer wie zu seinen besten Zeiten. Aber wer den Begriff «College Rock» mitprägte, der darf auch noch im gesetzten Musikeralter jugendlich drauf los spielen. Mit treibenden Gitarren entstanden wieder spritzige Popsongs mit einem Hauch Rock und Punk und ganz vielen eingängigen Melodien. Die Albumhülle ist zugegebenermassen Geschmackssache, der Rest ist beste Qualität.

Marco Wieser



Interpret: Weezer; Titel: Hurley; Stil: Pop-Rock



85. Geburtstag in Embrach. Heute feiert an der Taleggstrasse 6 in Embrach Ilse Tita-Chachulski ihren 85. Geburtstag. Sie ist noch unternehmungslustig, hat Freude an Blumen, an der Musik und an guten Gesprächen. Wir wünschen der Jubilarin ein frohes Fest und für die Zukunft alles Liebe und Gute, viel Glück und gute Gesundheit.

Das Gratulationsteam

GESUNDHEIT

Medikamente schädigen Fötus

Bestimmte Arzneimittel gegen Bluthochdruck und chronische Herzschwäche, sogenannte Sartane und ACE-Hemmer, dürfen nicht während der Schwangerschaft eingenommen werden. Obwohl auch die Beipackzettel darauf hinweisen, sind in Deutschland kürzlich gleich zwei Fälle bekannt geworden, in denen während der Einnahme von Sartanen schwere Entwicklungsstörungen des Fötus auftraten. Schwangere sollten dem Gynäkologen immer alle Medikamente nennen, die ihnen vom Hausarzt verschrieben wurden. (red)