



2024-10-14 01:00 CEST

## Rädda Barnens Stopp! Min Kropp!-vecka är tillbaka

Nu är Stopp! Min kropp!-veckan tillbaka för fjärde året i rad. Denna vecka med start idag, lyfter Rädda Barnen frågor om kroppen, känslor och gränser lite extra mycket.

Syftet med veckan är göra frågorna pratbara för både barn och vuxna. Är det pratbart, blir det lättare för barn att berätta för vuxna när något har hänt, och vuxna har större möjlighet att hjälpa. Stopp! Min kropp! syftar inte till att barn själva ska stoppa kränkningar och sexuella övergrepp. Det ansvaret kan aldrig ligga på ett barn, utan det är alltid vuxnas ansvar. Men genom att göra ämnet pratbart, kan vuxenvärlden lättare veta vad barn behöver och upplever. På det sättet hoppas Rädda Barnen att vi tidigare kan hjälpa barn,

som riskerar att bli utsatta på olika sätt.

- Om vi vuxna vågar prata med barn om kroppen och gränser, kan vi hjälpa barn att berätta om någon gör något mot deras kropp som de inte gillar eller förstår. Barn behöver så tidigt som möjligt bli medvetna om kroppens värde och om hur man säger eller visar ja och nej. På det sättet får de en trygghet och en känsla för vad som känns bra och rätt. Nu och senare i livet, säger Anna Vikgren, psykolog på Rädda Barnen och medskapare till Stopp! Min kropp!-veckan.

Värdefulla tips för viktiga samtal mellan vuxna och barn:

- Hjälp barnen att sätta ord på privata områden redan när de är små.
- Berätta om kroppsregler, vad som är okej och inte okej och vad man kan göra om det inte känns okej.
- Prata med barn om bra och dåliga hemligheter. Bra hemligheter är sådant som gör oss glada, pirriga och förväntansfulla. Dåliga hemligheter är sådant som ofta känns ledsamt och oroligt att tänka på.
- Hitta pratstunder. Passa på att ta upp ämnet när det händer aktuella saker som tas upp i media, eller när ni läst eller sett något på TV på temat.
- Visa att du finns där och är intresserad. Du kanske inte vet allt men ni kan problemlösa tillsammans. Säg till och visa barnet att det alltid kan prata med dig om allt, och att det är viktigt att säga till om något känns fel, konstigt eller obehagligt.

Om Stopp! Min kropp!-veckan

Rädda Barnen arbetar kontinuerligt med Stopp! Min kropp!, men mellan den 14 – 20 oktober lyfter Rädda Barnen dessa frågor lite extra. Skolor, förskolor och föreningar över hela landet deltar i veckan och uppmärksammar Stopp! Min kropp!. Varje dag visas filmer för barn i lågstadiet. Det kommer också hållas en digital konferens för alla vuxna som möter barn, oavsett om det är i förskolan, skolan eller som ledare på fritiden. Viktiga vuxna runt barn får då råd om hur man kan prata med barn i olika åldrar om kroppen, gränser och sexuella övergrepp.

För mer info

[Stopp! Min kropp! \(raddabarnen.se\)](http://raddabarnen.se)  
[Stopp min kropp- veckan \(raddabarnen.se\)](http://raddabarnen.se)

---

*[Rädda Barnen](#) är en politiskt och religiöst obunden folkrörelse med verksamhet både i Sverige och internationellt. Med Barnkonventionen som grund arbetar vi för att barn ska få det bättre och för att barns rättigheter ska respekteras.*

Följ oss på:

[Twitter](#)

[Facebook](#)

## Kontaktpersoner



### **Rädda Barnens pressjour**

Presskontakt

Tillgänglig för journalister mellan klockan 08.00 och 20.00.

[press@rb.se](mailto:press@rb.se)

08-698 90 90



### **Anne Thorngren**

Presskontakt

Pressekreterare

Svenska frågor

[anne.thorngren@rb.se](mailto:anne.thorngren@rb.se)

0723-57 67 56



### **Åsa Runström Awad**

Presskontakt

Pressekreterare

Internationella frågor

[asa.runstrom.awad@rb.se](mailto:asa.runstrom.awad@rb.se)

0733-55 34 33



**Oskar Kollberg**

Presskontakt

Pressekreterare

Internationella frågor

[oskar.kollberg@rb.se](mailto:oskar.kollberg@rb.se)

0733 55 34 15



**Oscar Nelson**

Presskontakt

Pressekreterare

Presskontakt till generalsekreterare Åsa Regnér

[oscar.nelson@rb.se](mailto:oscar.nelson@rb.se)

072-454 54 85