Mädchen sicher – inklusiv 26.05.2020

Wir sind stärker als wir uns fühlen

Auch wenn wir eine Behinderung haben, müssen wir lernen unsere Meinung zu sagen. So können wir uns selbst beschützen und anderen Frauen Mut machen. So können wir nur noch stärker werden.

Wir sind stärker als wir glauben, vielleicht gerade in diesem Moment. Es ist nicht schlimm um Hilfe zu fragen. Hilfe anzunehmen bedeutet **Mut**.

Manchmal brauchen wir vielleicht mehr Unterstützung, weil wir Sachen nicht so gut können, wie wir wollen. Wir dürfen unsere Grenzen haben und nicht alles mit uns machen lassen. Manchmal ist es zu normal für uns, uns selbst zurückzustellen, sodass wir gar nicht merken, wie es uns selbst geht, deswegen dürfen wir uns nicht vergessen, weil wir genauso wertvoll sind wie jeder andere Mensch auch. Jeder Mensch ist wertvoll.

Wir dürfen auch mal wütend sein und aus vollem Halse schreien.

Wir dürfen sagen: ,,Nein ich will was verändern in meinem Leben, auch wenn es schwierig ist. Wir sind alle Kriegerinnen.“