

# Meine Rechte –

Starke Mädchen und  
starke Frauen

*selbstbestimmt  
gleichberechtigt  
frei*



# Frauen und Mädchen mit Behinderung oder chronischer Erkrankung

- + **haben das Recht so zu sein, wie sie sind:**  
Niemand darf ihnen etwas verbieten, nur weil sie Frauen oder Mädchen sind.
- + **haben das Recht, selbst zu bestimmen, wie sie leben wollen:**  
Sie können selbstbewusst und selbstständig entscheiden, was ihnen im Leben wichtig ist, wie sie leben, wen sie lieben und welchen Lebensweg sie einschlagen.
- + **haben das Recht, über ihren Körper zu bestimmen:**  
Sie dürfen selbst entscheiden, was sie an sich schön und stark finden. Sie brauchen eine gute medizinische und therapeutische Beratung, Versorgung sowie Begleitung.
- + **haben das Recht, gewaltfrei zu leben:**  
Niemand darf sie abwerten, ihnen wehtun oder zu etwas zwingen, dass sie nicht wollen.
- + **haben das Recht auf Gleichberechtigung:**  
Sie haben das Recht auf gleiche Möglichkeiten und barrierefreie Zugangs- und Lebenschancen
- + **haben das Recht auf Unterstützung bei Diskriminierung und Gewalterfahrung.**  
Sie haben das Recht auf Schutz und Unterstützung vor Benachteiligung, Ungerechtigkeit und Gewalt.

**Selbsthilfe stärkt. Gemeinsam für deine Rechte.**



**BAG SELBSTHILFE e. V.**  
Mariendorfer Damm 159  
12107 Berlin  
Nicole Kautz, M.A.  
E-Mail: [nicole.kautz@bag-selbsthilfe.de](mailto:nicole.kautz@bag-selbsthilfe.de)  
Tel.: 0211 - 31006-54

[www.bag-selbsthilfe.de](http://www.bag-selbsthilfe.de)