



Dine rettigheder, når du bor i en plejefamilie eller på et børne- og ungehjem



DU HAR RETTIGHEDER!

Når du bor i en plejefamilie eller på et børne- og ungehjem, har du rettigheder. Det har alle børn og unge i Danmark.

En rettighed er noget, man altid har lov til eller har lov til at få.

En rettighed kan også handle om noget, man skal være beskyttet mod.

På de næste sider kan du læse om nogle af dine rettigheder.

Du kan også se en video om dine rettigheder lige her:



Udgivet: Februar 2026

Udgivelse: Social- og Boligstyrelsen

INDHOLD

Du skal behandles godt	2
De voksne skal passe på dig	2
De voksne skal lytte	3
Du må være med til at bestemme	3
Du skal kunne have dine ting i fred	4
Du kan klage, hvis noget er uretfærdigt	5
Her kan du klage	6
Der er altid voksne, der kan hjælpe dig	8



DU SKAL BEHANDLES GODT

Du har ret til, at de voksne behandler dig værdigt og respektfuldt

Det betyder, at de voksne, der hvor du bor, altid skal være ordentlige ved dig og tale pænt til dig. Det betyder også, at de voksne ikke må gøre eller sige noget, hvor de med vilje gør dig ked af det eller får dig til at føle dig mindre værd end andre.



DE VOKSNE SKAL PASSE PÅ DIG

Du har ret til, at de voksne giver dig omsorg og beskytter dig

Det betyder, at dine plejeforældre eller de voksne på dit børne- og ungehjem skal passe på dig, hjælpe dig i hverdagen og sørge for, at du har det, du har brug for. Det kan fx være mad, tøj, lægehjælp og nogen at snakke med.

Det betyder også, at de voksne, der hvor du bor, skal gribe ind, hvis du er ved at gøre noget farligt.



DE VOKSNE SKAL LYTTE

Du har ret til at blive inddraget

Det betyder, at du skal have mulighed for at sige din mening, og at de voksne skal lytte til, hvad du synes om de ting, der har med dig og din hverdag at gøre. Det betyder også, at de voksne skal forklare dig, hvorfor beslutningen er blevet, som den er, når der er besluttet noget, der handler om dig.



DU MÅ VÆRE MED TIL AT BESTEMME

Du har ret til selvbestemmelse og medbestemmelse

Det betyder, at der er nogle ting, du har ret til selv at bestemme eller at være med til at bestemme. Også selvom du ikke kan bestemme alt selv. Du bestemmer fx selv over, hvad du tror på, og hvad du mener. Du bestemmer også over din egen krop, så længe du ikke skader den.

Hvor meget du er med til at bestemme, kan fx komme an på, hvor gammel du er.



DU SKAL KUNNE HAVE DINE TING I FRED

Du har ret til at have privatliv

Det betyder, at du må have dine egne ting i fred. Og at de voksne, der hvor du bor, skal respektere, hvis du gerne vil have tid alene.

Det betyder også, at du skal have lov til at skrive personlige og private ting ned, uden at andre læser dem. Og at du må skrive beskeder til og tale med fx dine venner og din familie, uden at andre følger med.



Din ret til privatliv kan blive begrænset

I nogle helt særlige situationer kan de voksne begrænse din ret til privatliv. Det kan du læse mere om i pjecen 'Sådan må de voksne bruge magt'.

Du kan også se en video om det her:



DU KAN KLAGE, HVIS NOGET ER URETFÆRDIGT

Du har ret til at klage

Det betyder, at du har mulighed for at fortælle nogen, hvis du synes, at noget er uretfærdigt, eller at noget ikke er, som det burde være. På den måde er der nogle andre voksne, som kan tage stilling til, om det, der er blevet besluttet eller gjort, er okay.

Hvis du får ret i din klage, kan det fx føre til, at de voksne skal forsøge at gøre noget anderledes i fremtiden.

Uanset om du får ret i din klage, skal du have at vide, hvorfor beslutningen er blevet, som den er.

Hvem du skal klage til er forskelligt, alt efter hvad du klager over.

Det kan du se mere om på næste side.



HER KAN DU KLAGE

Hvis du er utilfreds med noget, som de voksne, der hvor du bor, har gjort eller besluttet om dig, kan du klage til din kommune. Det vil sige, at du kan snakke med eller skrive til din børne- og ungerådgiver.



Du kan klage anonymt

Hvis du synes, at forholdene, der hvor du bor, er meget dårlige, fx at reglerne er urimelige, eller at de voksne ikke behandler dig ordentligt, kan du skrive anonymt til Socialtilsynet. På den måde er der ikke nogen, der kan se, at det er dig, der har klaget.

Her kan du læse mere om at klage anonymt:

KLAGE



Du kan klage til Ankestyrelsen

Der kan også være nogle andre voksne, som beslutter, hvad du eller de voksne, der hvor du bor, må gøre i bestemte situationer. Det kan fx være, at du bor på et børne- og ungehjem, og at det er blevet besluttet, at de voksne skal kunne se og høre, hvad du skriver og taler med bestemte personer om.

Det kan være din børne- og ungerådgiver eller "børne- og ungeudvalget" i din kommune, der beslutter noget. Det kan også være "Ungdomskriminalitetsnævnet", som man også kalder for UKN.

Hvis det er sådan nogle beslutninger, du synes er uretfærdige, og som du vil klage over, kan du klage til Ankestyrelsen. Du kan selv klage til Ankestyrelsen, hvis du er blevet 12 år. Hvis du er under 12 år, kan dine forældre klage for dig.

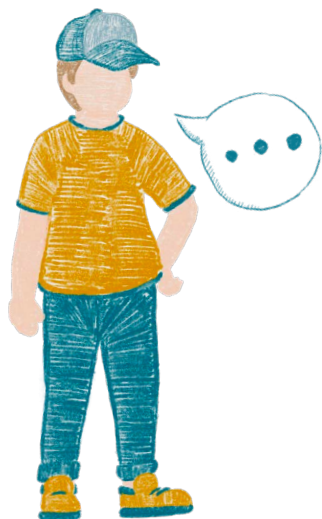
Sig det til din børne- og ungerådgiver fra kommunen, hvis du vil lave sådan en klage. Så kan du få hjælp til det.

Du kan også selv læse mere på Ankestyrelsens hjemmeside her:



DER ER ALTID VOKSNE, DER KAN HJÆLPE DIG

Hvis du har spørgsmål eller brug for hjælp, kan du tale med en voksen, du stoler på.



Hvis du har spørgsmål til dine rettigheder eller til reglerne på børne- og ungehjemmet eller i din plejefamilie, kan du spørge de voksne, der hvor du bor.



Du kan også tale med din børne- og ungerådgiver fra kommunen.



Og så kan du altid ringe til BørneTelefonen, hvis du har brug for et råd. Det gør du på telefon: 116111. De har åbent døgnet rundt, så her er der altid nogen, der er klar til at lytte.

BørneTelefonen.dk



Læs mere om dine rettigheder

Hvis du har lyst til at vide mere om dine rettigheder, når du bor i en plejefamilie eller på et børne- og ungehjem, så scan QR-koden her:



