

LA TUA SESSUALITÀ, I TUOI DIRITTI.

Informazioni per i*le giovani.



Sessualità

La sessualità fa parte della vita di ogni essere umano, a qualsiasi età.

Esistono dei diritti umani, validi per ogni persona, che includono i diritti sessuali. Per chi ha meno di 18 anni esistono regole specifiche supplementari. Tutti questi diritti hanno lo scopo di proteggere te stess* e la tua sessualità, nonché di garantire la tua sicurezza.

Gli adulti intorno a te hanno la responsabilità di far rispettare questi diritti. E anche tu, a dipendenza della tua età, impari a rispettarli per te e per gli*le altr*. Se sei testimone di una situazione in cui questi diritti non sono rispettati, è importante che tu possa parlarne con un adulto di cui ti fidi.



I tuoi diritti

Hai il diritto di decidere sulla tua sessualità, anche se sei minorenne. Questo significa che hai i seguenti diritti:

- * Il diritto di vivere la tua sessualità
- * Il diritto di vivere il tuo orientamento sessuale e affettivo
- * Il diritto a un'educazione sessuale a scuola
- * Il diritto di scegliere il metodo contraccettivo più adatto
- * Il diritto all'informazione sulle infezioni sessualmente trasmissibili e a un trattamento medico in caso di infezione
- * Il diritto alla confidenzialità sulle visite e le cure mediche
- * Il diritto all'integrità fisica (tutela del tuo corpo)
- * Il diritto di scegliere se proseguire o interrompere una gravidanza
- * Il diritto di sposarti o non sposarti
- * Il diritto alla protezione contro le violenze sessuali e sessiste
- * Il diritto alla riparazione per le vittime di un reato (LAV)
- * Il diritto all'uguaglianza e alla protezione contro ogni forma di discriminazione



Il diritto di vivere la tua sessualità

La sessualità può essere vissuta in modi diversi. Non esiste solo la penetrazione (orale, vaginale o anale). Esistono anche le coccole, le carezze la stimolazione degli organi genitali, il sesso orale o l'autoerotismo.

In Svizzera la maggiore età sessuale (età protetta) è fissata dal Codice penale a 16 anni (maturità sessuale). Qualsiasi atto di carattere sessuale con bambin* o adolescent* al di sotto dei 16 anni è vietato quando la differenza di età tra le persone coinvolte è superiore a tre anni. Questo vuol dire che se, per esempio, tu hai 15 anni, il*la tuo*tua partner non può avere meno di 12 anni.

La maturità sessuale (16 anni) tutela i*le bambin* e i*le minori dalle aggressioni o dagli abusi sessuali da parte di persone più grandi.

Le relazioni sessuali consensuali tra giovani della stessa età sono dunque consentite.

È possibile che i tuoi genitori, o i*le tuoi *tue responsabili legali non siano d'accordo con le tue scelte. Siccome sono loro i*le responsabili della tua educazione, sarebbe consigliato poterne discutere insieme. Se questo risultasse difficile, potresti chiedere sostegno ai centri di salute sessuale.

Inoltre, la legge tutela i*le giovani tra 16 e 18 anni da atti sessuali da parte di adulti di riferimento in ambito scolastico, lavorativo, del tempo libero o di una struttura di accoglienza. Per esempio, un*una insegnante non ha il diritto di avere rapporti sessuali con i*le suoi*sue alliev*, un*una dator* di lavoro con i*le suoi*sue apprendist* o un*una allenator* con i*le ragazz* che allena.



----- **BUONO A SAPERSI** -----



salute-sessuale.ch



eoc.ch/coss



Il diritto di vivere il tuo orientamento sessuale e affettivo

I*le giovan* hanno il diritto di avere relazioni affettive e/o sessuali etero-omo-bi-pansessuali.

Devono però essere rispettate due condizioni:

1. Il*la tuo*tua partner dà il proprio consenso senza pressioni, inganno, costrizione o minaccia.
2. L'età protetta (maturità sessuale) per i rapporti sessuali (vedi sopra) è rispettata.

Alcune persone non desiderano avere relazioni sessuali, e anche questo è un diritto da rispettare (orientamento asessuale).

..... BUONO A SAPERSI



Brochure:
Hey you



identitaplurale.ch

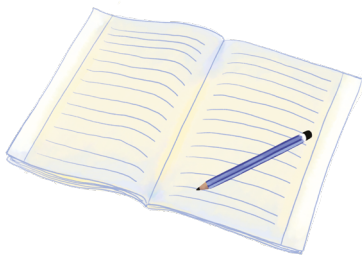


Brochure: I dritti
delle persone LGBT*



Il diritto a un'educazione sessuale a scuola

In Svizzera gli*le alliev* hanno diritto a un'educazione sessuale a scuola, incluse le scuole e gli istituti privati e/o le scuole speciali. La scuola ha il dovere di fornirti informazioni sulla sessualità in generale e su tutti gli argomenti trattati in questo opuscolo. Puoi porre le tue domande agli*alle insegnanti e agli*alle specialist* in salute sessuale. Puoi informarti anche sui siti che si occupano di diritti sessuali e/o di sessualità e che si rivolgono in modo specifico ai*alle giovani.



..... BUONO A SAPERSI



www.147.ch/it



salute-sessuale-giovani.ch



ti.ch/infogiovani



Il diritto di scegliere il metodo contraccettivo più adatto

Un'informazione completa sulla contraccezione è un tuo diritto. Puoi ottenere informazioni dai tuoi genitori, da persone di cui ti fidi, a scuola durante i corsi di educazione sessuale, consultando un*una medic* o presso i centri di salute sessuale.

Puoi acquistare i preservativi nelle farmacie, nei supermercati o presso i distributori automatici. Assicurati che riportino il marchio di qualità „OK“ o „CE“ e che la data di scadenza non sia stata superata. Alcuni metodi contraccettivi, come “la pillola” o “l’anello vaginale”, necessitano una prescrizione medica e, di conseguenza, un appuntamento presso un*una medic* o un centro di salute sessuale. Se hai la capacità di discernimento, il*la medic* non può informare i tuoi genitori senza il tuo consenso. Sta al*alla medic* valutare la tua capacità di discernimento (definizione a pagina 12).

I costi della visita medica sono a carico dell'assicurazione malattia. Tuttavia, sarai tu (o con il*la tuo*tua partner) a dover pagare i metodi contraccettivi. Per essere efficaci, i contraccettivi devono essere usati in modo adeguato. Conoscerli bene ti assicura una migliore protezione da una gravidanza o una paternità indesiderata.





Problemi con i metodi contraccettivi – contraccezione d'emergenza

Se il preservativo si rompe, si dimentica la pillola, o se si è verificato qualsiasi altro problema con la contraccezione, bisogna agire subito, al più tardi entro 5 giorni dal rapporto sessuale. Prima agisci, più efficace sarà la contraccezione di emergenza.

Sul sito www.salute-sessuale.ch, puoi trovare tutte le informazioni sulla contraccezione d'emergenza e gli indirizzi utili. Hai diritto alla confidenzialità. La farmacia o il centro di salute sessuale non sono autorizzati ad avvertire i tuoi genitori, né nessun altro. Parlarne con il*la tuo*tua partner o con qualcuno di cui ti fidi può aiutarti.

BUONO A SAPERSI



salute-sessuale.ch/centri-di-consulenza



Brochure: Hey you
(pagine 38–43)



sexandfacts.ch/it



salute-sessuale.ch/in-caso-di-emergenza/pillola-del-giorno-dopo



salute-sessuale.ch/temi/contraccezione/contraccezione-demergenza



Il diritto all'informazione sulle infezioni sessualmente trasmissibili e a un trattamento medico in caso di infezione

Esistono infezioni che si trasmettono principalmente tramite contatti sessuali, come le clamidiosi, la gonorrea, l'epatite B, i virus del papilloma umano (HPV) o l'HIV. Capita spesso che le infezioni non provochino dei sintomi e che tu ti senta in buona salute. Non si può quindi sapere se una persona sia affetta da un'infezione sessualmente trasmissibile, basandosi solo sull'apparenza o sulle sue pratiche sessuali, perché sarebbe discriminante.

Hai diritto a informazioni e spiegazioni sulle infezioni sessualmente trasmissibili (IST), per esempio durante le lezioni di educazione sessuale a scuola oppure rivolgendoti a un centro di salute sessuale.

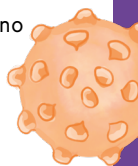
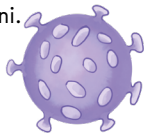
Più sarai informat* su queste infezioni, meglio saprai come ridurre il rischio di contrarre o trasmettere una IST, e anche le eventuali conseguenze di un'infezione per te stess* e per i*le tuoi*tue partner.

In caso di infezione hai diritto a cure mediche rispettose e confidenziali. Anche se per te è difficile, è sempre meglio rivolgersi a un*una medic* fin dall'inizio della tua vita sessuale attiva e in caso di dubbi, per esempio se noti eruzioni

cutanee, foruncoli, bruciore, prurito, perdite/secrezioni oppure odori non abituali nella zona genitale, anale o faringea. Ricordati che il personale medico è tenuto al segreto professionale. **L'utilizzo di preservativi durante i rapporti sessuali riduce il rischio di trasmissione dell'HIV.**

Sono anche disponibili dei vaccini per proteggerti da alcune infezioni. Le vaccinazioni contro l'epatite B e i virus del papilloma umano (HPV) di solito sono proposte tra gli 11 e i 14 anni dai**dalle medic** di famiglia, dai**dalle medic** scolastic* o presso alcuni centri di salute sessuale.

Anche se hai già avuto dei rapporti sessuali, la vaccinazione contro i virus del papilloma umano è utile e gratuita fino ai 26 anni.



BUONO A SAPERSI



Brochure: Hey you (pagine 46-49)



sexandfacts.ch/it



mysize.ch/it



salute-sessuale.ch/centri-di-consulenza



lovelife.ch/it/sexo-si-ma-sicuro-tutto-sul-safer-sex



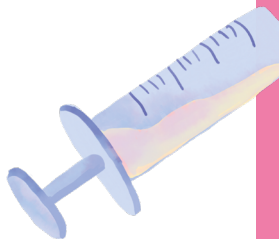
Il diritto alla confidenzialità sulle visite e le cure mediche

Qualsiasi giovane capace di discernimento, senza eccezione alcuna, può chiedere una terapia medica convenzionale (ad esempio test, contraccettivo, farmaco).

Sei ritenut* capace di discernimento quando sei in grado di comprendere le conseguenze delle tue decisioni. Questo significa che, per esempio, hai il diritto di rivolgerti a un*una medic* generic*, oppure a un*una specialista (come ad esempio: un*una ginecolog*, urolog*, psicolog*, dermatolog*, proctolog* o un*una specialista in salute sessuale) senza che i tuoi genitori o gli adulti legalmente responsabili per te, ne siano informat*.

Se la tua assicurazione malattia è gestita dai tuoi genitori, saranno loro che riceveranno la fattura della visita. Se questa situazione ti preoccupa, parlane con il personale dello studio medico o del servizio sanitario affinché le ragioni della visita non siano comunicate ai tuoi genitori. Né il personale di cura, né i*le professionist* della salute possono trasmettere le informazioni a terzi senza il tuo consenso, compresi i tuoi genitori o gli adulti responsabili per te. È vietato dal segreto professionale. Fanno eccezione situazioni di grave pericolo per la tua salute o la tua vita.

Alcuni tipi di assicurazioni malattia definiscono il*la medic* a cui puoi rivolgerti. Se non sei soddisfatt*, hai il diritto di rivolgerti a un*un' altro*altra medic*. Questo può essere il caso se desideri un secondo parere su un determinato argomento oppure se il*la tuo*tua medic* si rifiuta di prescriverti uno specifico metodo contraccettivo o un farmaco.



..... BUONO A SAPERSI

Esistono visite mediche specifiche per i*le giovani.



salute-sessuale.ch/
centri-di-consulenza



eoc.ch/coss



Il diritto all'integrità fisica

Il tuo corpo ti appartiene. Questo principio vale in tutte le situazioni, comprese quelle relative alla sessualità e alla salute sessuale, in particolare in caso di intervento chirurgico riguardante i tuoi organi genitali.

Se un intervento non è motivato dal punto di vista medico e tu non hai dato il tuo consenso, allora si tratta di una violazione dei tuoi organi genitali (per esempio: le mutilazioni genitali femminili, gli interventi sulle persone intersessuali). In Svizzera questi interventi sono considerati delle lesioni personali gravi e sono puniti dalla legge, anche se praticati alla nascita o all'estero.

BUONO A SAPERSI



Brochure: I dritti delle persone LGBT*



matrimonioforzato.ch



mutilazioni-genitali-femminili.ch



inter-action-suisse.ch

Se sei capace di discernimento, puoi sottoporerti a interventi medici. Può essere il caso di persone trans che desiderano ricorrere a un intervento (vedi l'opuscolo: i diritti delle persone lgbt, pagina 75; per le persone minorenni, pagina 93). È importante sapere che non è necessario alcun intervento chirurgico per essere riconosciut* nel proprio genere percepito.





Il diritto di scegliere se proseguire o interrompere una gravidanza

Una persona in gravidanza ha il diritto di decidere da sola se portare a termine o interrompere la gravidanza. Le persone con meno di 18 anni ma capaci di discernimento hanno gli stessi diritti degli adulti.

In caso di gravidanza indesiderata, hai il diritto di prendere la tua decisione senza chiedere il parere dei tuoi genitori e/o del*della tuo*tua partner.

Se decidi di portare a termine la gravidanza, né i tuoi genitori né nessun altro possono costringerti a interromperla, qualunque sia la tua età. Nel caso tu decida di continuare la gravidanza, puoi trovarti nella situazione di aver bisogno di aiuto e sostegno. Un appuntamento presso un centro di salute sessuale ti permetterà di avere una panoramica delle possibilità a tua disposizione.

Hai anche il diritto di decidere di far adottare il*la bambin* dopo la nascita. Puoi inoltre optare per un parto confidenziale, senza che venga rivelato il tuo nome. I centri di salute sessuale possono consigliarti e assisterti in modo gratuito e anonimo in tutte queste circostanze.

Hai anche il diritto di interrompere la gravidanza e puoi farlo

in modo del tutto legale fino alla dodicesima settimana di gestazione (contando dal primo giorno delle ultime mestruazioni).

Un'interruzione della gravidanza è possibile anche dopo 12 settimane se la salute fisica e/o mentale della persona in gravidanza è in pericolo. Spetta al*alla medic* valutare se un'interruzione della gravidanza può essere effettuata dopo questo termine.

Né i tuoi genitori né nessun'altra persona possono costringerti a portare avanti la gravidanza, qualunque sia la tua età.

In questo caso, hai diritto a ottenere informazioni complete, a un'assistenza rispettosa e a cure mediche adeguate. Se lo desideri, il*la tuo*tua partner o i tuoi genitori possono accompagnarti ai colloqui di consulenza. Hai anche la possibilità di chiedere sostegno o informazioni dopo l'interruzione della gravidanza.

Se hai meno di 16 anni, il colloquio in un centro di salute sessuale riconosciuto è obbligatorio prima di procedere all'interruzione di gravidanza.

..... BUONO A SAPERSI



sexandfacts.ch/it



salute-sessuale.ch



eoc.ch/coss



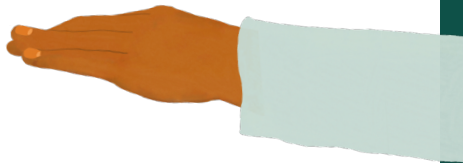
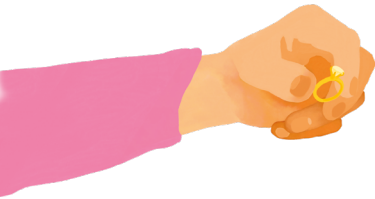
Il diritto di sposarti o non sposarti

In Svizzera se hai 18 anni e sei capace di discernimento, hai il diritto di sposarti anche senza il consenso dei tuoi genitori o dei* delle tuoi*tue responsabili legali.

Ogni persona ha il diritto di decidere se sposarsi o meno, indipendentemente dalla sua origine, dalla sua religione, dal suo orientamento sessuale e affettivo.

Le persone con meno di 18 anni non possono sposarsi, ma si possono fidanzare, purché i genitori o chi ne fa le veci siano d'accordo. Il fidanzamento costituisce una promessa di relazione. Tuttavia, le due parti restano libere di sposarsi o meno in futuro. Nessuna persona può essere costretta a sposarsi. Se devi sposarti contro la tua volontà e desideri opposti, rivolgiti a un centro di salute sessuale, a un*una insegnante o a un*una assistente sociale. In tali circostanze, può risultare molto difficile trovare una soluzione in completa autonomia.

Esistono dei servizi di sostegno alle persone minacciate o coinvolte in relazioni forzate che potranno fornirti delle informazioni utili.



..... **BUONO A SAPERSI**



147.ch/it/



ti.ch



matrimonioforzato.ch



Il diritto alla protezione contro le violenze sessuali e sessiste

Il tuo corpo ti appartiene. Solo tu puoi decidere cosa farne. Sei liber* di accettare o rifiutare determinati contatti, anche all'interno della tua famiglia o di persone a te vicine.

Se una persona ti tocca tuo malgrado, ti obbliga ad abbracciarla, a toccarla, ad avere rapporti sessuali, si rende colpevole di aggressione sessuale. Nessun membro della tua famiglia ha il diritto di avere delle relazioni sessuali con te. Questo vale per tuo fratello, tua sorella, i tuoi genitori, i*le tuoi*tue nonn* o zi*. È vietato dalla legge (incesto). Hai il diritto di opposti e di difenderti. È però possibile che tu non riesca a reagire (stato di freezing), ma non cambia nulla: si tratta comunque di un'aggressione sessuale. Parlarne con una persona di tua fiducia può essere di grande aiuto. Se possibile, non restare sol* in una tale situazione e rivolgiti a un centro LAV (aiuto alle vittime).

Alcuni sguardi, alcune parole e/o alcuni modi di "provarci" possono ferire tanto quanto un contatto fisico. Chiunque ti faccia foto o video nud* o ti obblighi a guardare contenuti pornografici o un rapporto sessuale è punibile dalla legge. Questo significa che hai il diritto di denunciare questi atti alla polizia e di rivolgerti a un centro LAV.

È vietato molestare qualcuno sui social con allusioni a sfondo sessuale o immagini pornografiche. È altresì vietato inviare contenuti pornografici a minori di 16 anni. Il sexting (produrre e inviare a qualcuno tramite internet o cellulare le proprie foto intime/nude) è permesso con il consenso delle persone coinvolte (coloro che compaiono sulle foto, coloro che le ricevono). Il sexting senza il consenso delle persone interessate è formalmente vietato e punito dalla legge.

Se vieni molestato* per strada (fischi, proposte insistenti e indecenti, insulti sessisti e/o omofobi, mano morta, ecc.), hai il diritto di difenderti e di denunciare tali atti alla polizia. Parlane con un adulto di tua fiducia. Sui social, la cosa migliore da fare è non rispondere, segnalare il messaggio come inappropriato e bloccare il profilo. Per fermare la molestia su internet, è possibile che tu abbia bisogno di aiuto. Rivolgiti ai tuoi genitori, alle persone di cui ti fidi, alla scuola: possono aiutarti a sporgere denuncia per fare in modo che tutto questo finisca. È utile conservare delle prove attraverso una cattura schermo (screenshot) di messaggi/foto/video usati contro di te. Se possibile non affrontare da sol* queste situazioni.

Se hai vissuto una situazione che ti fa sentire a disagio, che ti fa provare una sensazione di disgusto, di vergogna, parlane con qualcuno di cui ti fidi. Ci sono delle organizzazioni disponibili online e sul territorio.

Ricorda: responsabile è sempre la persona che ti ha molestato*, che ha commesso atti senza il tuo consenso e che ha approfittato di una situazione di dipendenza, NON tu.



..... **BUONO A SAPERSI**



147.ch/it



aspi.ch



aide-aux-victimes.ch/it



Il diritto alla riparazione per le vittime di un reato (LAV)

Se sei stat* vittima di una violenza, in particolare di tipo sessuale, hai il diritto a una consultazione gratuita e confidenziale presso un servizio per l'aiuto alle vittime (centro LAV) del tuo Cantone. Puoi anche ricevere assistenza legale e sostegno psicologico, sociale, finanziario o medico.

BUONO A SAPERSI



147.ch/it



aide-aux-victimes.ch/it



Il diritto all'uguaglianza e alla protezione contro ogni forma di discriminazione

Nessuno ha il diritto di farti del male o discriminarti. Non importa chi ami, quale sia la tua identità di genere, le tue origini, se hai o meno delle disabilità, quale sia il colore della tua pelle o la tua religione.

Hai il diritto di vivere secondo la tua identità e il tuo orientamento sessuale e affettivo. Per esempio, a scuola hai il diritto che vengano usati il o i pronomi con cui ti identifichi e il nome che scegli. Per strada hai il diritto di tenere per mano il*la tuo*tua partner, senza ricevere insulti.

Si parla di discriminazione quando una persona viene trattata in modo diverso senza una ragione valida. Le violenze fisiche, come anche le affermazioni discriminatorie (per esempio: le minacce, le umiliazioni, gli insulti, i pettegolezzi) – incluse quelle su internet – sono perseguibili, per cui puoi

..... BUONO A SAPERSI



lgbtiq-helpline.ch/it



network-racism.ch/it



imbarcoimmediato.ch

denunciarle alla polizia. Puoi ricevere sostegno sia come vittima sia in quanto autor* o testimone di tali violenze.

Parlane con un adulto di cui ti fidi. Se ti accorgi che una persona è vittima di discriminazione, con il suo consenso, puoi chiedere aiuto.



Link

Centri di consulenza

Panoramica dei siti utili che si occupano di diritti sessuali e/o di sessualità. Alcuni di essi si rivolgono in particolare ai*alle giovani.

www.147.ch/it

www.salute-sessuale-giovani.ch

www.salute-sessuale.ch

<https://aids.ch/it>

www.love-life.ch/it

<https://drgay.ch/it>

www.inter-action-suisse.ch

www.imbarcoimmediato.ch

identitaplurale.ch

eoc.ch/coss

www.aide-aux-victimes.ch/it

www.lgbtiq-helpline.ch/i

www.gegen-zwangsheirat.ch/l

www.mutilazioni-genitali-femminili.ch

www.skppsc.ch/it

www.mycheckpoint.ch

www.mysize.ch

www.sevacciner.ch

www.sexandfacts.ch/it

Impressum

La versione tedesca del presente opuscolo (“hoppel poppel”) è stata pubblicata da Lust und Frust, il centro di Zurigo specializzato in educazione sessuale. Adattamento francese e italiano e aggiornamento a cura di SALUTE SESSUALE SVIZZERA.

Editore: SALUTE SESSUALE SVIZZERA, www.salute-sessuale.ch

Opuscolo realizzato con il contributo finanziario dell’Ufficio federale della sanità pubblica UFSP

Revisione e aggiornamento: : Christine Sieber, Caroline Jacot-Descombes, Céline Berset, Stefania Maddalena (SALUTE SESSUALE SVIZZERA)

Con la consulenza di: Vista Vida Eskandari (Law clinic, UNIGE), commissione LGBTI+ di SSCH: Camille Béziane (Les Klamydia’s), Florent Jouinot (Aiuto Aids Svizzero)

Un particolare ringraziamento va agli*alle insegnant* e agli*alle alliev* che hanno dato il proprio contributo in sede di valutazione nei gruppi destinatari.

Traduzione italiana: Peter Schrembs, Coop-Terziario

Revisione versione italiana: Cinzia Summermatter, Mara Dal Mas (Consultori di Salute Sessuale EOC)

Responsabile della pubblicazione: Céline Berset

Grafica: nach morgen

Stampa: Werner Druck & Medien AG

Tiratura: 4.000 copie in italiano, 1ª edizione

Questo opuscolo e altro materiale informativo per la consulenza e l’educazione sono disponibili nel nostro shop online:



shop.sante-sexuelle.ch/it/home

* **SANTÉ SEXUELLE**
SEXUELLE GESUNDHEIT
SALUTE SESSUALE

SUISSE SCHWEIZ SVIZZERA



© 2023 SALUTE SESSUALE SVIZZERA

