



Forza ragazze!

Consigli per la sicurezza



Ein Projekt des Landesbeirates für Chancengleichheit – Frauenbüro
Un progetto della Commissione provinciale pari opportunità – Servizio donna

Provincia Autonoma di Bolzano – Alto Adige
Commissione provinciale per le pari opportunità per le donne – Servizio donna
Via Dante 11
39100 Bolzano
Tel. 0471 41 69 50
serviziadonna@provincia.bz.it
www.provincia.bz.it/pariopportunita

Autrice del testo:
Julia Psenner

Redazione:
Helga Mock (Ufficio servizio giovani),
Rolanda Tschugguel (coordinatrice)

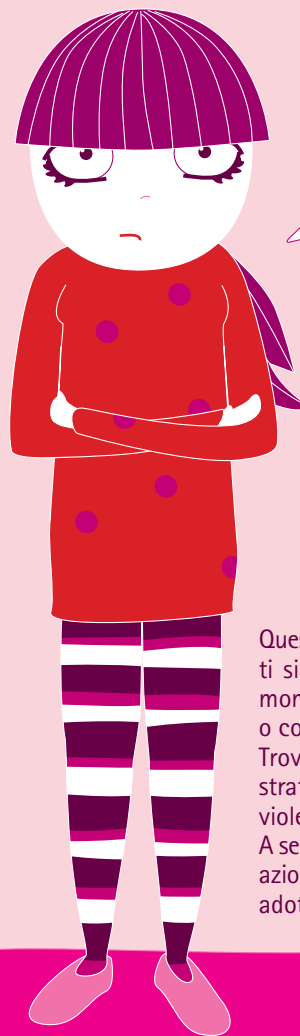
Stato 2010

2ª edizione 2012

Grafica:
alias idee + form, Varna

Stampa:
Weger, Bressanone

Ringraziamo tutte le donne che hanno aiutato a realizzare questo opuscolo, in particolar modo le donne del gruppo di lavoro della Commissione provinciale per le pari opportunità, che si occupa di prevenzione alla violenza alle ragazze. Ringraziamenti vanno a Marcella Pirrone per le informazioni giuridiche e per la traduzione ad Annette Lenz ed a Barbara Tommarelli.



SEI MAI STATA
STUPIDAMENTE CRITICATA
PER IL TUO ASPETTO?

TI È MAI CAPITATO
CHE QUALCUNO,
CON LA "SCUSA" DELLA RESSA,
TI TOCCASSE IL SENO?

TI SONO MAI STATE INVIATE
IMMAGINI PORNOGRAFICHE
SUL CELLULARE?

Conosci situazioni simili?

**Sono sempre situazioni da condannare,
che creano un forte disorientamento
e non sai come reagire.**

Questo opuscolo vuole incoraggiarti a mostrarti sicura di te e a saper porre dei limiti in momenti in cui ti senti insicura, minacciata o costretta.

Trovi „Consigli per la tua sicurezza” e delle strategie per affrontare situazioni di abuso e violenza, in relazione alla tua sfera sessuale. A seconda del tuo modo di essere e della situazione puoi decidere quale diversa reazione adottare.

DI SERA IN GIRO DA SOLA...

Se di sera devi andare in giro da sola, può capitarti di sentirti a disagio o di avere addirittura paura.

La sera cerca di scegliere sempre **percorsi lungo strade frequentate e ben illuminate**, o strade in cui si trovano molti locali e quindi molta gente, anche se allunghi il tuo tragitto.

Siccome ti senti più sicura a percorrere strade che conosci bene, durante il giorno prenditi il tempo di andare a dare un'occhiata all'itinerario che dovrai percorrere la sera; vedrai che così facendo, la sera queste vie non ti sembreranno più così tetre e tu ti sentirai più sicura.

Se fa buio, cammina in mezzo al marciapiede – la posizione da cui hai la visuale migliore e che ti permette di girarti velocemente in ogni direzione.

Sul tuo percorso cercati dei **"rifugi"**, ossia dei posti in cui puoi rifugiarti in caso di necessità e se ti senti in pericolo. Potrebbero essere bar o sale giochi, che sono aperte fino a tardi, e dove all'occorrenza chiedere aiuto.

A NEW YORK
LE DONNE
VANNO IN GIRO
PREFERIBILMENTE IN
SCARPE DA
GINNASTICA,
E SOLO IN UFFICIO,
A TEATRO ECC.
SI METTONO LE
SCARPE ADATTE
CHE HANNO
PORTATO CON SÉ
IN BORSA.



Spesso sai anche in anticipo che la sera ti toccherà tornare a casa da sola. **Indossa capi di abbigliamento in cui ti senti comoda e anche sicura.** In particolare, dovresti pensare a calzare scarpe comode, che ti consentono di camminare in fretta e con fare sicuro.

Ti può succedere di avere l'impressione di essere seguita. In tal caso, prima di farti prendere dal panico, ti dovresti accertare che sia effettivamente così.

Girati e controlla la situazione.

Se c'è qualcuno che cammina dietro di te e tu pensi che ti segua e non ti senti tranquilla, **prova a cambiare il lato della strada o direzione.**

Se un'auto ti segue, tieni presente che tu sei molto più agile e scattante e puoi infilarti rapidamente in vicoli, strade a senso unico e portoni.

RIFUGIO



...DI SERA IN GIRO DA SOLA

Se hai con te un cellulare, pensa che **puoi sempre telefonare a qualcuno**. Salva sul cellulare in selezione rapida un numero telefonico di una persona fidata o anche della polizia.

Se qualcuno per strada ti rivolge la parola e la cosa ti infastidisce, puoi reagire in vari modi:

Puoi **far finta di niente e andare avanti**.

Se invece preferisci rispondere, fallo pure! Non si tratta di dare una risposta tagliente o di reagire in maniera disinvolta, è sufficiente dire con voce ferma che vuoi essere lasciata in pace. Puoi ripetere la stessa frase più volte, così suona ancora più categorica. Ci si può anche limitare a ripetere con decisione e voce ferma un semplice **"NO"**.

Se dovessi subire un'aggressione o una molestia (v. pag. 24), **hai il diritto di difenderti**.

Di solito le ragazze hanno in borsa un sacco di cose che, in una situazione di emergenza, potrebbero anche essere usate a scopo di difesa personale, p.es. chiavi, una bomboletta di lacca per capelli o di deodorante, o perfino la borsa stessa. Fai però attenzione, perché questi oggetti potrebbero essere adoperati anche come arma contro di te.

La tua reazione non dovrebbe essere tale da ferire qualcuno o provocare danni, perché ti metteresti dalla parte del torto: ricorda che la tua intenzione è semplicemente quella di difenderti.

In una situazione simile devi pensare innanzitutto a proteggere la tua incolumità e a **sfuggire al pericolo**.

ATTENZIONE: *Meglio gridare "Al fuoco!" anziché "Aiuto!"*

Se ti vieni a trovare in una situazione in cui sei costretta a chiedere aiuto, forse sarebbe il caso di gridare "Al fuoco!" anziché "Aiuto!"

Si è visto, infatti, che la maggior parte delle persone reagisce più prontamente se si sente anch'essa in pericolo! Suggerimenti come questi e altre regole di comportamento vengono forniti in genere ai corsi di difesa personale per donne e ragazze (v. pag. 24).



Attenzione: tieni sempre d'occhio la bibita o il drink che hai ordinato – perché in pochi secondi qualcuno ti potrebbe versare qualcosa nel bicchiere, per es. qualche goccia di GHB. Se qualcuno ti vuole offrire da bere, andate insieme al banco, così vedi esattamente cosa ti viene versato nel bicchiere.

Tieni sempre presente che anche se un ragazzo ti invita a bere più volte in una serata e chiacchiera o balla con te per tutto il tempo, **non ti devi sentire obbligata nei suoi confronti**: né a farti baciare o abbracciare e tanto meno a farti toccare! Non lo hai costretto tu ad offrirti da bere, è stata una sua libera scelta!

Se uno o più ragazzi ti importunano, puoi rivolgerti alla persona che gestisce il locale oppure, se sei in discoteca, a uno degli addetti alla sicurezza.

Importante: è il caso di informare le proprie amiche su quello che si intende fare e di tenersi sempre d'occhio. Se un'amica non stesse tanto bene e si allontanasse con qualcuno, valla a cercare per vedere se tutto è a posto.

INFO:

Il GHB (acido gamma-idrossibutirrico) è un farmaco utilizzato in medicina come sonnifero o sedativo. Per il suo effetto narcotizzante viene anche usato impropriamente per stordire le persone e renderle inermi. Detto anche "ecstasy liquida" (o talvolta "gocce KO"), è una delle cosiddette "droghe da stupro" (rap drugs).

Essendo incolore ed insapore, il GHB viene versato nel cibo o nelle bibite della vittima inconsapevole, che viene per così dire "anestetizzata". Al suo risveglio quest'ultima non riesce a ricordare che cosa le sia successo. Questa pericolosa sostanza può essere rintracciata nel sangue solo fino a 12 ore dalla sua assunzione.



...SE ESCI LA SERA

Se la sera frequenti un corso o vai a vedere uno spettacolo o ti devi incontrare con amici/che in un locale, **pensa sempre in anticipo a come e con chi tornare a casa.**

Informati se di sera circola un autobus, un nightliner, una navetta o qualche altro mezzo pubblico. Informati se i tuoi amici o le tue amiche fanno la tua stessa strada, se i tuoi genitori ti possono venire a prendere o se eventualmente non sia possibile prendere un taxi con i tuoi amici / le tue amiche per rincasare insieme a loro.

Evita assolutamente di accettare un passaggio da una persona appena conosciuta. Anche se ti sembra una persona simpatica, la conosci troppo poco per poterti fidare di lei!

Informati se c'è qualche altra ragazza che fa lo stesso percorso e **mettiti d'accordo per fare la strada insieme a lei.**

Può essere rassicurante anche concordare con un'amica di **farsi un colpo di telefono non appena si è rincasate.**

Se la tua amica non riceverà la tua telefonata, di certo ti cercherà.

...BLA BLA
BLA...

STASERA... BLA BLA BLA
...UN TIPO DA SBALLO ♥♥...

...PORTARMI
A CASA...

...MAGARI LA PROSSIMA
VOLTA... j-)

...COM'ERA
LA VOSTRA
SERATA?



SUI MEZZI PUBBLICI

Quando si attende ad una fermata, può essere più sicuro stare con **le spalle rivolte al muro o tenersi vicino ad altre persone** (ancor meglio se donne).

Già prima di salire ci si può fare un'idea degli altri passeggeri. Osservali e pensa: chi potrebbe essere un soggetto pericoloso, chi mi mette a disagio? A chi potrei rivolgermi, chi mi potrebbe aiutare?

Sull'autobus o in treno cercati un posto singolo possibilmente vicino al o alla conducente. Su un treno a scompartimenti chiusi vedi di sederti in uno scompartimento in cui si trova già qualche altra donna.

Al momento di scendere, **osserva chi scende con te.**

Se vieni molestata (v. pag. 24) da un uomo su un mezzo di trasporto pubblico, puoi reagire in vari modi.

Segnala il comportamento di quest'uomo, dicendo ad alta voce che cosa sta facendo e che la cosa ti è sgradita, in modo da farti sentire da un gran numero di passeggeri.

Anche se quest'uomo ti dà del "Tu", dovresti sempre dargli del **"Lei"**, – in modo che le persone che hanno sentito le tue grida capiscano subito che quest'uomo per te è un estraneo. Puoi dire ad esempio: "Mi lasci in pace!", "Come si permette!" o "Ma che cosa fa?".

Se, invece, preferisci non esprimerti ad alta voce, oppure non ci riesci, **puoi semplicemente alzarti e andarti a sedere da un'altra parte.**

Puoi chiedere aiuto anche ad altre persone, rivolgendoti direttamente a loro.

Ad esempio, dicendo:

"Scusi, Lei Signore con la giacca blu, mi aiuti per favore!".

INFO:

Taxi Rosa

A Bolzano tutte le ragazze e le donne che si servono del taxi dalle ore 22 alle ore 6 hanno diritto ad un rimborso parziale del prezzo della corsa. Per avere diritto al rimborso bisogna avere un'apposita tessera – la Taxi-CARD – che viene rilasciata dall'URP (Sportello del Cittadino) e dai Centri civici di quartiere. Per informazioni consultare il sito del Comune di Bolzano www.comune.bolzano.it alla rubrica "Servizi".

Anche a Merano e in sette Comuni del Burgraviato viene offerto un analogo servizio di taxi a tariffa ridotta per le donne. Al momento di pagare il taxi, le donne e le ragazze dai 16 anni in su riceveranno un buono con cui potranno richiedere il rimborso di parte del prezzo della corsa. Per informazioni consultare il sito www.comune.merano.bz.it. Alla rubrica "Servizi dalla A-Z" troverete la voce "Taxi rosa".



IN INTERNET

Internet ti offre molte opportunità per conoscere gente nuova in modo semplice e non convenzionale. La Rete presenta però lo svantaggio di offrire questa possibilità anche ai malintenzionati!

Non essere mai precipitosa nel comunicare in Internet i tuoi dati personali come il nome, l'indirizzo o il numero di telefono. Utilizza preferibilmente un "nickname", ossia uno pseudonimo o nomignolo, che non ha nulla a che fare con il tuo vero nome. Se invece desideri usare il tuo vero nome su *facebook* o su un *netlog* ecc., lo puoi modificare con un simbolo o carattere speciale (p.es. *, #, \$) oppure aggiungendovi o togliendovi una lettera.

Cerca di essere prudente soprattutto se metti tue foto in Internet. Anche se sono delle semplici fototessere, con particolari programmi possono essere ritoccate in modo tale da poter essere utilizzate in immagini completamente diverse.

In Internet è possibile **filtrare o bloccare i contatti** con alcuni soggetti. Nei network sociali, come ad esempio *facebook*, vi sono invece opportune funzioni, come pure nelle Chatrooms. Ti puoi anche rivolgere al provider che gestisce il sito.

Se tu blocchi il contatto, queste persone non ti possono più scrivere e non possono nemmeno più vedere se sei online.



INFO:

Polizia postale e delle comunicazioni

Purtroppo Internet viene usato da molti soggetti per diffondere contenuti che possono scioccare o ferire altre persone. Queste azioni sono penalmente perseguibili. Se dovessi scoprire per caso un sito con contenuti pedopornografici (v. pag. 24), puoi segnalare la cosa ad una persona adulta di cui ti fidi o direttamente alla Polizia postale. Quest'ultima è competente in materia e ha la facoltà di bloccare il sito, di individuarne i gestori e di perseguire i responsabili.

Polizia postale e delle comunicazioni: poltel.bz@poliziadistato.it - T 0471 531412

Se qualcuno ti importuna in chat, oppure ti invia foto pornografiche, ti chiede con insistenza l'età o che aspetto hai, o ti scrive messaggi prevalentemente a contenuto sessuale, o ti chiede delle tue foto, ti offre soldi o ricariche per il tuo telefono cellulare, evita nel modo più assoluto di dargli il tuo indirizzo o delle tue foto.

Chiedi **consiglio a qualche persona adulta di fiducia** (genitori, insegnanti, operatori/trici del Servizio Giovani); se i contatti dovessero proseguire, scrivi a questa persona che hai chiesto aiuto ad alcuni adulti e che hai salvato tutti i messaggi. Blocca quindi il nickname del mittente nel tuo profilo utente.

Se intendi incontrare una persona conosciuta su Internet, **decidi sempre tu stessa il luogo e l'ora.**

Preferibilmente scegli un luogo molto frequentato o un locale che frequenti abitualmente, dove i gestori ti conoscono e ai quali ti puoi rivolgere in caso di necessità.

Comunica infine ad una persona di tua fiducia quando e dove avverrà l'incontro. Ovviamente **puoi anche portare con te un'amica**, può sempre servire per sentirti più tranquilla. ;-)



AL CELLULARE

Anche il cellulare è uno strumento usato di frequente per molestare donne e ragazze. Le molestie possono avvenire tramite telefonate oscene (p.es. con gemiti), tramite l'invio di immagini pornografiche o di SMS con allusioni sessuali.

Prima di richiedere subito il cambio del numero di cellulare al tuo gestore telefonico, hai altre possibilità.

Se hai dato il tuo numero telefonico, ma poi hai una brutta sensazione – puoi provare a dire "casualmente" che anche i tuoi genitori usano quel numero e rispondono alle chiamate.

In certi casi si riesce a scoraggiare la persona che ti molesta, **riattaccando semplicemente senza fare alcun commento.**

Un'altra alternativa è chiedere ai tuoi genitori o ad una persona di tua fiducia di rispondere al posto tuo, alla prossima chiamata, minacciando una denuncia.

Hai anche la possibilità di richiedere al gestore del tuo cellulare il **blocco delle chiamate** entranti da quel numero specifico.

Nel caso di invio di immagini e di messaggi è più difficile avere una reazione immediata. Anche in tal caso hai comunque la possibilità di fare bloccare gli SMS e MMS entranti da quel numero.

Se le molestie telefoniche dovessero continuare, **puoi sporgere denuncia.**

In tal caso è meglio salvare il registro delle chiamate, gli SMS e gli MMS come prove.

EH PAPI,
PUOI RISPONDERE
TU,
PER FAVORE?

AAHH...!!
AAHH...!!



A SCUOLA & AL LAVORO

Capita a molte ragazze di fare esperienze poco piacevoli a scuola oppure al posto di lavoro. A te è mai successo?

A volte si sentono compagni o insegnanti, oppure colleghi di lavoro, fare commenti sprezzanti nei confronti delle donne e delle ragazze, osservazioni ambigue o offensive sul tuo aspetto, sul tuo fisico e sul tuo carattere; può capitare che qualcuno ti si avvicini o ti tocchi facendoti sentire fortemente a disagio.

Se ci fosse qualche **compagno** che non si comporta in modo corretto nei tuoi confronti, è essenziale parlarne con qualcuno, ad esempio con i tuoi genitori o con un/una insegnante che ti ispira fiducia.



Lo stesso vale se dovesse essere un **collega di lavoro** a trattarti in modo spiacevole: Parlane con altri colleghi o altre colleghe, con la superiore, con il capo oppure con una persona al di fuori dell' ambiente di lavoro.



Se a comportarsi in modo non corretto nei tuoi confronti fosse un **insegnante**, cerca aiuto anche al di fuori dell'ambiente scolastico, p.es. parlane con i tuoi genitori o con qualche persona adulta di cui ti fidi.

Se invece, a fare osservazioni spiacevoli, avvicinarti troppo o toccarti in maniera fastidiosa, dovesse essere il tuo **capo**, potresti sentire insicura come agire.

In situazioni del genere cerca appoggio al di fuori del posto di lavoro, p. es. affidati a genitori, un'amica oppure ad una persona di fiducia.

Nessuno ha il diritto di abusare della sua posizione di potere!

Parlane anche con le tue compagne di scuola o colleghe di lavoro – spesso anche qualcuna di loro ha fatto la tua stessa esperienza. **Se poi fate fronte comune, sostenendovi a vicenda, sarete molto più forti.**

Mostrate che non siete disposte a subire e ad accettare un comportamento del genere!

LOVE



SE HAI UN FLIRT & UN RAGAZZO FISSO

Parlare, avere uno scambio di sguardi e flirtare con qualcuno può essere emozionante e anche divertente. Bisogna però fare attenzione perché in situazioni del genere possono anche nascere dei malintesi, delle incomprensioni e talvolta anche dei problemi.

Può capitare, ad esempio, che una persona desideri di più o abbia maggiori aspettative dell'altra. Tieni sempre presente che **senza il tuo consenso nessuno ti può toccare**, o starti troppo vicino o pretendere che tu faccia qualcosa che tu non vuoi.

Fai capire chiaramente che cosa vuoi e che cosa non vuoi o i motivi per cui non ti senti a tuo agio.

Un flirt deve essere qualcosa che diverte tutti e due e non deve generare disagio in nessuno dei due!

Sondare e qualche volta anche superare i propri limiti per provare qualcosa di nuovo può essere eccitante e anche divertente.

Se avverti invece che la situazione per te non è più tanto piacevole e ti crea problemi, se senti che il tuo istinto o il tuo corpo ti manda segnali in tal senso, **ringrazia il tuo sistema di "allerta"**, che funziona così bene.

L'importante è stare ad ascoltarsi e agire di conseguenza, in modo da far sì che l'allarme rientri e tu ti senta di nuovo a tuo agio.

Lo stesso vale quando si ha il ragazzo: è importante sentirsi a proprio agio! Se ti sentissi insicura, indifesa o pressata a fare qualcosa che non vuoi, **torna sui tuoi passi e pensa a che cosa vuoi** e puoi fare e anche a chi chiedere consiglio.

Per quanto riguarda il tuo aspetto e il tuo comportamento, pensa ai forti condizionamenti esercitati sulle giovani dai mass media. Questi tendono, infatti, a dettare a ragazzi e ragazze dei modelli di bellezza e di comportamento che impongono loro di essere sexy e attraenti. Molti giovani pensano ingenuamente di dover seguire questi modelli ideali. **Non farti influenzare e non costringerti ad essere diversa da quello che sei**, a fare cose che non vuoi solo per il fatto che le fanno anche gli altri/le altre.



IN FAMIGLIA & A CASA

La famiglia non è, purtroppo, sempre un luogo in cui sentirsi al sicuro; infatti, donne e ragazze possono essere vittime di violenza anche all'interno della famiglia o dell'ambiente familiare.

Dalle statistiche risulta che quasi **il 25% delle donne** ha subito in vita sua una violenza domestica. Inoltre, si è riscontrato che, in genere, a compiere atti di violenza sessuale sono proprio familiari o conoscenti della famiglia (padre, patrigno, zio, vicino).

NON È COLPA TUA!

**POCO IMPORTA COME
TI VESTI, COME TI MUOVI,
QUELLO CHE DICI!**

**COLPEVOLE
DELLA VIOLENZA
È CHI LA COMPIE!**

Se viene compiuta una violenza sessuale in famiglia, la giovane vittima ha grosse difficoltà ad ammettere di essere stata oggetto di violenza, e ancora di più a parlarne apertamente. Uno dei motivi è il fatto che ancora oggi la **violenza in famiglia rappresenta un tabù**.

In famiglia l'abuso sessuale viene sempre accompagnato da un atteggiamento di vergogna e di omertà.

La vittima subisce inoltre pressioni psicologiche e ricatti tali da costringerla a tacere il fatto, perché in caso contrario ne pagherebbe le conseguenze; non di rado viene addirittura indotta a sentirsi essa stessa responsabile dell'accaduto.



Se ti capitasse una cosa simile, ricorda che non è colpa tua!
Ad essere colpevole è esclusivamente l'autore della violenza!

Ciò che ti è successo o ti sta succedendo non va bene e non devi assolutamente tacere.

La violenza sessuale è un reato, anche se accade all'interno della famiglia!

È importante parlare della propria situazione familiare. Puoi rivolgerti a tua mamma oppure, nel caso lei non ti possa aiutare, a qualche amica o persona di fiducia.

Esistono appositi servizi in grado di offrirti un sostegno e assistenza nelle fasi successive. Insieme alle operatrici/agli operatori di questi servizi cercherai delle soluzioni per uscire da questa situazione di violenza.

Ci può essere anche un caso diverso: pur non essendo tu la diretta interessata, puoi essere molto angosciata perché sai che una tua amica si trova in una situazione simile.

Se sai o sospetti che una tua amica sta subendo una qualche forma di violenza in famiglia, puoi rivolgerti tu stessa a uno dei suddetti servizi. Parlare di cose che ti preoccupano con una persona esperta non significa tradire la fiducia di nessuno!

Magari puoi già essere d'aiuto alla tua amica offrendoti di **accompagnarla da una consulente del servizio** o informandola su quanto può fare questo servizio per lei.

INFORMAZIONI

GLOSSARIO

...o aspetti giuridici che è necessario conoscere

Aggressione ⇒ Un'aggressione si verifica quando qualcuno supera un limite nei vostri confronti e vi molesta a parole o con i fatti. Si parla di aggressione sessuale se questa azione ha a che fare con la sfera sessuale.

Molestia ⇒ Le molestie possono essere di natura molto diversa: qualcuno ti fissa in continuazione, fa un commento sgradevole su di te, vuole attaccare bottone con te ma tu non vuoi. La molestia è un reato e viene dunque punito dalla legge. Per quanto riguarda le molestie sessuali, si rimanda alla voce violenza sessuale.

Stalking ⇒ Lo *stalking* è una forma di persecuzione continua, di ripetute molestie o minacce o entrambe le cose nei confronti di una persona. Si esplica attraverso un ripetersi di telefonate, SMS, inseguimenti e appostamenti per strada, minacce ecc. Le persone che sono vittime di stalking precipitano in uno stato di ansia e terrore e sono costrette a cambiare, talvolta anche radicalmente, le proprie abitudini di vita (p.es. per paura della persona che le perseguita hanno il terrore di uscire di casa, sbarrano porte e finestre, finiscono per isolarsi completamente dal mondo circostante).

Sessualità e normativa vigente ⇒ Generalmente, le persone coinvolte in atti sessuali o rapporti sessuali devono essere sempre consenzienti, altrimenti la legge parla di violenza sessuale. La legge prescrive in quale età e in quale situazione le/i minori possono decidere e acconsentire a compiere atti sessuali. La legge considera sempre reato compiere atti sessuali con soggetti minori di anni 13. Chi lo facesse, può essere denunciato per violenza sessuale, anche nel caso in cui la/i minore fosse stato consenziente. Le ragazze o i ragazzi che abbiano compiuto i 13 anni di età possono dare un valido consenso ad avere rapporti sessuali con altre/altri minori di età compresa tra i tredici e i sedici anni (la differenza di età non deve essere superiore ai tre anni). Quindi solo se il partner ha un'età dai 16 anni in su il consenso della 13enne non vale per escludere la violenza sessuale. Le ragazze o i ragazzi dai 14 anni in su possono dare un valido consenso a rapporti sessuali con persone di 13 anni o coetanee o anche più grandi salvo che il partner sia una persona che ha una funzione educativa nei loro confronti; in tal caso il consenso vale dai 16 anni in su: p.es. l'insegnante, l'allenatore, l'educatore o altri commetterebbero un reato, anche se la ragazza o il ragazzo minore di anni 16 fosse stato consenziente all'atto sessuale. La legge fa espresso divieto ai genitori o ai parenti più prossimi di avere rapporti sessuali con le/i minori, anche se consenzienti.

Violenza sessuale ⇒ Spesso, per violenza sessuale si intendono le situazioni estreme di violenza, quale ad esempio uno stupro. Ma è importante sapere che la violenza sessuale è un concetto molto più ampio. Rientra nella violenza sessuale tutto ciò che tu non vuoi che accada nella tua sfera intima e ciò che in un certo senso (anche dal punto di vista morale o psicologico) ti viene imposto! Anche all'interno di una coppia si può verificare una violenza sessuale, che essendo un reato è punito dalla legge.

Pedopornografia ⇒ Per pedopornografia si intendono filmati, files, foto e altro materiale stampato in cui sono ripresi minori intenti a compiere atti sessuali nonché la rappresentazione di bambini nudi o poco vestiti. La pornografia minorile – intesa sia come produzione che come divulgazione, cessione e detenzione di tale materiale – è un reato.

Denuncia, segnalazione ⇒ A tutela delle/dei minori il diritto penale prevede che le persone che vengono a conoscenza di determinati reati sui minori, debbano sporgere immediatamente denuncia, che deve essere fatta per iscritto. In altri casi previsti dal diritto civile in cui si riscontra una situazione di pericolo o di pregiudizio per una/un minore, gli operatori incaricati di un pubblico servizio devono fare un'immediata segnalazione scritta al Tribunale per i Minorenni. Le/i minorenni possono presentare querela a partire dai 14 anni.

CORSI DI AUTODIFESA

Molte agenzie di educazione permanente dell'Alto Adige organizzano corsi di difesa personale per donne e ragazze. Prima di scegliere un corso di questo tipo, ti consigliamo di verificare che esso insegni una tecnica sviluppata appositamente da donne per donne e ragazze che prevede, oltre a particolari mosse di difesa fisica, anche il rafforzamento dell'autostima e strategie di difesa verbale (p.es. "Wendo" o "Seito Boei").

DA CONSULTARE SU INTERNET

www.young-direct.it ⇒ sito del Servizio di consulenza per giovani dell'Alto Adige, che offre informazioni e consulenza online

www.zeroviolenzadonne.it ⇒ progetto di informazione dedicato alle donne e alla loro capacità di reagire alla violenza maschile

www.hot114.it ⇒ sulla pedopornografia online

www.safer surfing.ch/2/it ⇒ su come usare in modo sicuro Internet

www.stop-it.org ⇒ contro l'abuso e sfruttamento sessuale sui minori

INDIRIZZI UTILI PER GIOVANI DONNE

Ti puoi rivolgere a questi centri se hai bisogno di un primo punto di riferimento per parlare di esperienze di aggressione o violenza sessuale. Questi centri specializzati si faranno un primo quadro della situazione e se dovesse essere il caso ti indicano altri centri competenti.

Bolzano **GEA – Centro d'ascolto antiviolenza**
Via del Ronco, 17 _ 39100 Bolzano _ Tel 0471 513 399
frau.gea@virgilio.it

Young+Direct – Servizio di consulenza x giovani
Via Andreas Hofer, 36 _ 39100 Bolzano
Telefono giovani 8400 36366 _ online@young-direct.it

Bressanone **Centro antiviolenza**
Via Stazione, 27 _ 39042 Bressanone _ Tel 0472 820 587
frauenhaus.brixen@bzgeis.org

Merano **Consultorio familiare Lilith**
Via Marengo 29 _ 39012 Merano _ Tel 0473 212 545
info.lilith@yahoo.it
Centro antiviolenza
Corso Libertà, 184/A _ 39012 Merano _ Tel 0473 222 335
info@donnecontrolaviolenza.org



Der Landesbeirat für Chancengleichheit und die Politik wollen ein Zeichen an Mädchen und Frauen vorlegend setzen auf der einen Seite, der männlichen, eine mädchen- und frauenfreundliche, gewaltfreie Kultur. Auf der anderen Seite müssen wir zutreten, Grenzen zu setzen und in „Sicherheitsstips für Gitschn“ sind im Rahmen des Projektes „Ich sag Nein!“ zur Stärkung von Mädchen und jungen Frauen im Umgang mit sexualisierter Gewalt und Übergriffen.

Wie kam es zu dieser Broschüre?

A chi è indirizzato il presente opuscolo?

Nella vita quotidiana, ragazze e giovani donne sono esposte a varie forme di molestie e situazioni limite. Il presente opuscolo è stato realizzato allo scopo di sensibilizzare le ragazze e le giovani donne a non accettare tutto ciò, illustrando loro - con una serie di consigli per la loro sicurezza - come agire nelle varie situazioni e a chi rivolgersi in caso di domande.

Sicherheitstips für Gitschn

Forza ragazze! Consigli per la sicurezza



Roberto Bizzo
Landesrat für Chancengleichheit
Assessore alle pari opportunità

Come è nata l'idea di questo opuscolo?

La Commissione provinciale per le pari opportunità e il mondo politico intendono lanciare un segnale e intervenire con misure di prevenzione contro la violenza sessuale. A tal fine è sicuramente necessario che da una parte - quella maschile - si confronti della donna, che non all'amicizia e solidarietà nei confronti delle ragazze e alle giovani donne, lasci spazio alcuno alla violenza. Dall'altra, noi tutti dobbiamo infondere forza e coraggio alle ragazze e alle giovani donne, incitandole ad essere più sicure di sé, a porre dei limiti e a reagire con fermezza a eventuali episodi di violenza. I presenti suggerimenti sono stati elaborati per rafforzare l'auto-progetto "Io dico no", come contributo per la consapevolezza delle giovani donne di violenza e molestie sessuali.

An wen richtet sich diese Broschüre?

Mädchen und junge Frauen erleben in ihrem Alltag unterschiedliche Formen von Übergriffen, Gewalt und Grenzverletzungen. Diese Publikation will gerade junge Frauen sensibilisieren, Übergriffe und Gewalt nicht zu akzeptieren, sondern mit Hilfe von Sicherheitsstips Möglichkeiten aufzeigen, wie sie handeln können und wohn sie sich mit offenen Fragen wenden können.

