|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1 // A****Das Recht, Sexualität zu leben****Sexualität kann in verschieden Formen gelebt werden. Dazu gehört nicht nur Geschlechtsverkehr, sondern auch Kuscheln, Streicheln, Petting und Selbstbefriedigung.**In der Schweiz dürfen Jugendliche, die urteilsfähig sind, selber über ihre Sexualität entscheiden. Sei dir aber bewusst, dass deine Eltern auch eine Erziehungsaufgabe haben und nicht mit deiner Meinung einverstanden sein müssen. Jugendliche dürfen Sex haben, vorausgesetzt, dass beide Partner es wollen, nicht dazu gedrängt oder gezwungen werden und das Schutzalter eingehalten wird. Das Strafgesetzbuch verbietet sexuelle Handlungen mit Kindern und Jugendlichen unter 16 Jahren, wenn der Altersunterschied mehr als 3 Jahre beträgt. Dieses Gesetz – es wird eben auch vom Schutzalter gesprochen – wurde gemacht, um Kinder und Jugendliche vor sexuellen Übergriffen und Ausbeutung zu schützen, und nicht um Freundschaften unter Kindern und Jugendlichen zu verhindern. Das gilt sowohl für Sex zwischen Jungen und Mädchen als auch für Sex von Jungen mit Jungen und von Mädchen mit Mädchen. Unabhängig vom Alter kann Sex in besonderen Fällen verboten sein. Es kommt dabei auf das Verhältnis der beiden an (z.B. zwischen Minderjährigen und Ausbildner/innen oder Lehrer/innen). Das Gesetz spricht hier von einem Abhängigkeitsverhältnis. Für alle sexuellen Handlungen – egal in welchem Alter – gilt die Freiwilligkeit. Niemand darf dazu gezwungen werden. Die Rechte, die für dich gelten, gelten auch für die anderen. Respektiere also die Entscheidungen und Einstellungen anderer, wenn es um Sexualität und Nähe geht. |  | **2 // A****Das Recht auf umfassende Information und Nutzung von Verhütungsmitteln****Du hast ein Recht darauf, über Verhütungsmittel informiert zu werden. Nimm dieses Recht in Anspruch! Diese Informationen erhältst du beispielsweise über Sexualaufklärung in der Schule, bei deinen Eltern, in Familienplanungsstellen der Kantone oder bei Ärzten-/innen.**Du darfst frei verkäufliche Verhütungsmittel wie beispielsweise Kondome oder ein Diaphragma kaufen. Wenn es dir unangenehm ist, in einer Apotheke danach zu fragen, kannst du Kondome auch anonym in einem Supermarkt kaufen. Es gibt auch die Möglichkeit, sie aus dem Automaten zu beziehen. Bei rezeptpflichtigen Verhütungsmitteln, wie beispielsweise Pille oder Vaginalring, benötigst du ein Rezept und eine Beratung von einer Ärztin oder einem Arzt. Sie dürfen deine Eltern nicht informieren, wenn du dies nicht möchtest und du urteilsfähig bist. Die Urteilsfähigkeit wird durch die Ärztin, den Arzt beurteilt. Die Kosten für den Arztbesuch werden von der Krankenkasse bezahlt. Die Kosten für die Verhütungsmittel müssen Jugendliche selber bezahlen.Verhütungsmittel müssen richtig angewendet werden, damit sie wirksam schützen. Das Wissen über Verhütungsmittel und ihre Anwendung kann dich davor schützen, ungewollt Mutter oder Vater zu werden.**Verhütungspanne – Notfallverhütung – Pille danach**Bei einer Verhütungspanne gilt es rasch zu handeln. Unter <http://www.lustundfrust.ch> findest du ausführliche Informationen zur Pille danach. Zur Verhütung gehören übrigens immer zwei. Es kann Vertrauen schaffen, mit dem Freund oder der Freundin darüber zu sprechen. |
| *Aus «hoppelpoppel» - SEXUELLE GESUNDHEIT Schweiz* |  | *Aus «hoppelpoppel» - SEXUELLE GESUNDHEIT Schweiz* |
| **3 // A****Das Recht auf Schutz vor sexueller Gewalt und sexueller Belästigung****Dein Körper gehört dir. Du allein bestimmst über ihn. Du entscheidest selbst, welche Berührungen du zulässt und welche nicht, auch in der Familie oder bei Bekannten.**Wenn dich jemand gegen deinen Willen anfasst oder dich zu sexuellen Handlungen zwingt, ist das ein sexueller Übergriff. Dann sag «nein», geh weg und sprich darüber mit jemandem, der dir glaubt und dir hilft, dich zu wehren. Auch Blicke, Worte und «Anmache» können verletzen, es müssen nicht immer Berührungen sein. Es ist strafbar, wenn dich jemand gegen deinen Willen nackt fotografiert oder filmt oder dich zwingt, bei sexuellen Handlungen anderer zuzuschauen. Ebenso ist es strafbar, wenn dich jemand im Chatroom mit sexuellen Ausdrücken bedrängt oder dir pornografische Bilder sendet. Genauso ist es verboten, Pornografie an Minderjährige unter 16 Jahren weiterzugeben, das heisst zum Beispiel, zu mailen oder aufs Handy zu schicken. Du machst dich selber auch strafbar, wenn du so etwas tust. Wenn dich jemand zu irgendwelchen Handlungen zwingen möchte, bei denen du ein unangenehmes Gefühl hast, dann wehr dich. Du kannst dabei laut und unfreundlich werden. Das kann auch im Chat funktionieren, z.B. mit Sprüchen wie «lass mich in Ruhe, sonst hole ich gleich meine Mutter an den Computer». Sprich darüber mit einem anderen Menschen, dem du vertraust. Bewahre kein Geheimnis für dich, bei dem du ein schlechtes Gefühl hast. Wenn du nicht weisst, an wen du dich wenden kannst, können dir spezielle Anlaufstellen weiterhelfen. Sexuelle Gewalt gibt es sowohl gegenüber Mädchen als auch gegenüber Jungen. Wenn dir so etwas passiert, hast du daran keine Schuld. Die Verantwortung liegt nicht bei dir, sondern bei der Person, welche deine Grenzen verletzt! |  | **4 // A****Das Recht auf vertrauliche Beratung und Behandlung****Ausnahmslos alle urteilsfähigen Jugendlichen können eine gewöhnliche medizinische Behandlung in Anspruch nehmen.**Jugendliche sind in der Regel dann urteilsfähig, wenn sie die Folgen ihrer Entscheidungen verstehen können. Das bedeutet, dass du beispielsweise eine (Frauen-)Ärztin oder einen (Frauen-)Arzt aufsuchen kannst, ohne dass deine Eltern etwas davon erfahren müssen. Beachte: Wenn du über deine Eltern versichert bist, erhalten sie eine Rechnung von der Ärztin oder dem Arzt. Wenn es dir wichtig ist, kannst du mit der Ärztin, dem Arzt sprechen, damit die Abrechnung so gestaltet wird, dass deine Privatsphäre gewahrt bleibt. Bei schwierigen Behandlungen oder Operationen kann es aber sein, dass die Ärztin, der Arzt auch die Zustimmung deiner Eltern haben möchte. Weder ärztliches Personal noch Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter von Beratungsstellen dürfen ohne deine Erlaubnis irgendwelche Informationen über dich an Dritte weitergeben, auch nicht an deine Eltern. Das verbietet die Schweigepflicht. Eine Ausnahme kann es geben, wenn dein Leben oder deine Gesundheit ernsthaft gefährdet ist. Dein Krankenkassenversicherungsmodell bestimmt, zu welcher Ärztin, welchem Arzt du gehen kannst. Wenn du mit deiner Ärztin, deinem Arzt nicht zufrieden bist, kannst du meistens zu jemand anderem gehen. Das ist beispielsweise auch dann der Fall, wenn du eine zweite Meinung zu einem Thema einholen möchtest oder deine Ärztin, dein Arzt sich weigert, dir ein bestimmtes Verhütungsmittel zu verschreiben. |
| *Aus «hoppelpoppel» - SEXUELLE GESUNDHEIT Schweiz* |  | *Aus «hoppelpoppel» - SEXUELLE GESUNDHEIT Schweiz* |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **5 // A****Das Recht auf Schutz vor sexuell übertragbaren Infektionen****Es gibt Infektionen, die hauptsächlich durch sexuelle Kontakte übertragen werden. Dazu gehören beispielsweise die Chlamydien-Infektion, Hepatitis B, HPV oder auch HIV/Aids. Man sieht anderen nicht an, ob sie Träger einer sexuell übertragbaren Infektion sind. Und man kann selber auch infiziert sein, ohne es zu merken.**Du hast ein Recht auf Aufklärung und Information über sexuell übertragbare Infektionen, beispielsweise durch Sexualaufklärung in der Schule oder den Besuch einer Beratungsstelle. Wer über diese Infektionen Bescheid weiss, kann sich und andere besser schützen. Hast du dich infiziert, steht dir eine entsprechende respektvolle und vertrauliche ärztliche Behandlung zu. Auch wenn es dir vielleicht unangenehm ist, ist es besser, bei einem Verdacht einen Arzt oder eine Ärztin aufzusuchen. Beispielsweise wenn ungewohnter Ausfluss, Ausschlag, Pickel, Brennen oder Jucken im Genitalbereich auftreten. Es ist sicher gut für dich zu wissen, dass Ärztinnen und Ärzte unter Schweigepflicht stehen. Du kannst dich und deinen Sexualpartner oder deine -partnerin vor vielen sexuell übertragbaren Infektionen schützen, indem ihr beim Geschlechtsverkehr Kondome verwendet. Gegen einzelne sexuell übertragbare Infektionen kann man sich auch durch Impfung schützen. Die Hepatitis-B- und die HPV-Impfung (für Mädchen) werden in der Regel zwischen 11 und 14/15 Jahren vom Hausarzt oder in der Schule von der Schulärztin, dem Schularzt angeboten. Die Impfungen werden im Impfausweis eingetragen, so dass man überprüfen kann, ob sie vorgenommen wurden.  |  | **6 // A****Das Recht, zu heiraten oder nicht zu heiraten****Mit 18 Jahren und wenn du urteilsfähig bist, darfst du in der Schweiz heiraten, ohne dass deine Eltern ihre Zustimmung geben müssen. Dasselbe gilt, wenn zwei Frauen oder zwei Männer eine Lebenspartnerschaft eingehen wollen.**Unter 18-Jährige dürfen nicht heiraten, können sich aber verloben, wenn die Eltern einverstanden sind. Bei einer Verlobung wird die Heirat versprochen. Die Verlobten bleiben aber weiterhin völlig frei, ob sie später heiraten wollen oder nicht. Die Verlobung kann ohne Zustimmung der Eltern aufgelöst werden. Jeder Mensch hat das Recht, frei zu entscheiden, ob und wen er heiratet. Dies gilt für Mädchen wie für Jungen, ganz unabhängig von Herkunft, Religion und Alter. Niemand darf gegen seinen Willen verheiratet werden. Wenn du heiraten sollst, ohne es zu wollen, und dich dagegen wehren möchtest, dann wende dich an eine Beratungsstelle, eine Lehrerin oder einen Lehrer, eine Sozialarbeiterin oder einen Sozialarbeiter. Allein kann es sehr schwierig sein, in einer solchen Situation eine Lösung zu finden. Es ist daher immer gut, wenn du dir Hilfe bei Anlaufstellen holst, die sich darauf spezialisiert haben, Menschen zu helfen, die von Zwangsheirat bedroht sind.  |
| *Aus «hoppelpoppel» - SEXUELLE GESUNDHEIT Schweiz* |  | *Aus «hoppelpoppel» - SEXUELLE GESUNDHEIT Schweiz* |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **7 // A****Dein Recht auf körperliche Unversehrtheit**Dein Körper gehört dir. Dies gilt in allen Lebenssituationen bezüglich Sexualität. Dieser Grundsatz gilt auch, wenn es um Eingriffe im Genitalbereich geht. Wenn ein Eingriff nicht medizinisch notwendig ist und du in diesen Eingriff nicht eingewilligt hast, gelten in der Schweiz schwerwiegende Eingriffe im Genitalbereich als schwere Körperverletzung und sind somit strafbar.  |  |  |
| *Aus «hoppelpoppel» - SEXUELLE GESUNDHEIT Schweiz* |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1 // B****Das Recht, Sexualität zu leben****Sexualität kann in verschieden Formen gelebt werden. Dazu gehört nicht nur Geschlechtsverkehr, sondern auch Kuscheln, Streicheln, Petting und Selbstbefriedigung.**In der Schweiz dürfen Jugendliche, die urteilsfähig sind, selber über ihre Sexualität entscheiden. Sei dir aber bewusst, dass deine Eltern auch eine Erziehungsaufgabe haben und nicht mit deiner Meinung einverstanden sein müssen. Jugendliche dürfen Sex haben, vorausgesetzt, dass beide Partner es wollen, nicht dazu gedrängt oder gezwungen werden und das Schutzalter eingehalten wird. Das Strafgesetzbuch verbietet sexuelle Handlungen mit Kindern und Jugendlichen unter 16 Jahren, wenn der Altersunterschied mehr als 3 Jahre beträgt. Dieses Gesetz – es wird eben auch vom Schutzalter gesprochen – wurde gemacht, um Kinder und Jugendliche vor sexuellen Übergriffen und Ausbeutung zu schützen, und nicht um Freundschaften unter Kindern und Jugendlichen zu verhindern. Das gilt sowohl für Sex zwischen Jungen und Mädchen als auch für Sex von Jungen mit Jungen und von Mädchen mit Mädchen. Unabhängig vom Alter kann Sex in besonderen Fällen verboten sein. Es kommt dabei auf das Verhältnis der beiden an (z.B. zwischen Minderjährigen und Ausbildner/innen oder Lehrer/innen). Das Gesetz spricht hier von einem Abhängigkeitsverhältnis. Für alle sexuellen Handlungen – egal in welchem Alter – gilt die Freiwilligkeit. Niemand darf dazu gezwungen werden. Die Rechte, die für dich gelten, gelten auch für die anderen. Respektiere also die Entscheidungen und Einstellungen anderer, wenn es um Sexualität und Nähe geht. |  | **2 // B****Das Recht auf umfassende Information und Nutzung von Verhütungsmitteln****Du hast ein Recht darauf, über Verhütungsmittel informiert zu werden. Nimm dieses Recht in Anspruch! Diese Informationen erhältst du beispielsweise über Sexualaufklärung in der Schule, bei deinen Eltern, in Familienplanungsstellen der Kantone oder bei Ärzten-/innen.**Du darfst frei verkäufliche Verhütungsmittel wie beispielsweise Kondome oder ein Diaphragma kaufen. Wenn es dir unangenehm ist, in einer Apotheke danach zu fragen, kannst du Kondome auch anonym in einem Supermarkt kaufen. Es gibt auch die Möglichkeit, sie aus dem Automaten zu beziehen. Bei rezeptpflichtigen Verhütungsmitteln, wie beispielsweise Pille oder Vaginalring, benötigst du ein Rezept und eine Beratung von einer Ärztin oder einem Arzt. Sie dürfen deine Eltern nicht informieren, wenn du dies nicht möchtest und du urteilsfähig bist. Die Urteilsfähigkeit wird durch die Ärztin, den Arzt beurteilt. Die Kosten für den Arztbesuch werden von der Krankenkasse bezahlt. Die Kosten für die Verhütungsmittel müssen Jugendliche selber bezahlen.Verhütungsmittel müssen richtig angewendet werden, damit sie wirksam schützen. Das Wissen über Verhütungsmittel und ihre Anwendung kann dich davor schützen, ungewollt Mutter oder Vater zu werden.**Verhütungspanne – Notfallverhütung – Pille danach**Bei einer Verhütungspanne gilt es rasch zu handeln. Unter <http://www.lustundfrust.ch> findest du ausführliche Informationen zur Pille danach. Zur Verhütung gehören übrigens immer zwei. Es kann Vertrauen schaffen, mit dem Freund oder der Freundin darüber zu sprechen. |
| *Aus «hoppelpoppel» - SEXUELLE GESUNDHEIT Schweiz* |  | *Aus «hoppelpoppel» - SEXUELLE GESUNDHEIT Schweiz* |
| **3 // B****Das Recht auf Schutz vor sexueller Gewalt und sexueller Belästigung****Dein Körper gehört dir. Du allein bestimmst über ihn. Du entscheidest selbst, welche Berührungen du zulässt und welche nicht, auch in der Familie oder bei Bekannten.**Wenn dich jemand gegen deinen Willen anfasst oder dich zu sexuellen Handlungen zwingt, ist das ein sexueller Übergriff. Dann sag «nein», geh weg und sprich darüber mit jemandem, der dir glaubt und dir hilft, dich zu wehren. Auch Blicke, Worte und «Anmache» können verletzen, es müssen nicht immer Berührungen sein. Es ist strafbar, wenn dich jemand gegen deinen Willen nackt fotografiert oder filmt oder dich zwingt, bei sexuellen Handlungen anderer zuzuschauen. Ebenso ist es strafbar, wenn dich jemand im Chatroom mit sexuellen Ausdrücken bedrängt oder dir pornografische Bilder sendet. Genauso ist es verboten, Pornografie an Minderjährige unter 16 Jahren weiterzugeben, das heisst zum Beispiel, zu mailen oder aufs Handy zu schicken. Du machst dich selber auch strafbar, wenn du so etwas tust. Wenn dich jemand zu irgendwelchen Handlungen zwingen möchte, bei denen du ein unangenehmes Gefühl hast, dann wehr dich. Du kannst dabei laut und unfreundlich werden. Das kann auch im Chat funktionieren, z.B. mit Sprüchen wie «lass mich in Ruhe, sonst hole ich gleich meine Mutter an den Computer». Sprich darüber mit einem anderen Menschen, dem du vertraust. Bewahre kein Geheimnis für dich, bei dem du ein schlechtes Gefühl hast. Wenn du nicht weisst, an wen du dich wenden kannst, können dir spezielle Anlaufstellen weiterhelfen. Sexuelle Gewalt gibt es sowohl gegenüber Mädchen als auch gegenüber Jungen. Wenn dir so etwas passiert, hast du daran keine Schuld. Die Verantwortung liegt nicht bei dir, sondern bei der Person, welche deine Grenzen verletzt! |  | **4 // B****Das Recht auf vertrauliche Beratung und Behandlung****Ausnahmslos alle urteilsfähigen Jugendlichen können eine gewöhnliche medizinische Behandlung in Anspruch nehmen.**Jugendliche sind in der Regel dann urteilsfähig, wenn sie die Folgen ihrer Entscheidungen verstehen können. Das bedeutet, dass du beispielsweise eine (Frauen-)Ärztin oder einen (Frauen-)Arzt aufsuchen kannst, ohne dass deine Eltern etwas davon erfahren müssen. Beachte: Wenn du über deine Eltern versichert bist, erhalten sie eine Rechnung von der Ärztin oder dem Arzt. Wenn es dir wichtig ist, kannst du mit der Ärztin, dem Arzt sprechen, damit die Abrechnung so gestaltet wird, dass deine Privatsphäre gewahrt bleibt. Bei schwierigen Behandlungen oder Operationen kann es aber sein, dass die Ärztin, der Arzt auch die Zustimmung deiner Eltern haben möchte. Weder ärztliches Personal noch Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter von Beratungsstellen dürfen ohne deine Erlaubnis irgendwelche Informationen über dich an Dritte weitergeben, auch nicht an deine Eltern. Das verbietet die Schweigepflicht. Eine Ausnahme kann es geben, wenn dein Leben oder deine Gesundheit ernsthaft gefährdet ist. Dein Krankenkassenversicherungsmodell bestimmt, zu welcher Ärztin, welchem Arzt du gehen kannst. Wenn du mit deiner Ärztin, deinem Arzt nicht zufrieden bist, kannst du meistens zu jemand anderem gehen. Das ist beispielsweise auch dann der Fall, wenn du eine zweite Meinung zu einem Thema einholen möchtest oder deine Ärztin, dein Arzt sich weigert, dir ein bestimmtes Verhütungsmittel zu verschreiben. |
| *Aus «hoppelpoppel» - SEXUELLE GESUNDHEIT Schweiz* |  | *Aus «hoppelpoppel» - SEXUELLE GESUNDHEIT Schweiz* |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **5 // B****Das Recht auf Schutz vor sexuell übertragbaren Infektionen****Es gibt Infektionen, die hauptsächlich durch sexuelle Kontakte übertragen werden. Dazu gehören beispielsweise die Chlamydien-Infektion, Hepatitis B, HPV oder auch HIV/Aids. Man sieht anderen nicht an, ob sie Träger einer sexuell übertragbaren Infektion sind. Und man kann selber auch infiziert sein, ohne es zu merken.**Du hast ein Recht auf Aufklärung und Information über sexuell übertragbare Infektionen, beispielsweise durch Sexualaufklärung in der Schule oder den Besuch einer Beratungsstelle. Wer über diese Infektionen Bescheid weiss, kann sich und andere besser schützen. Hast du dich infiziert, steht dir eine entsprechende respektvolle und vertrauliche ärztliche Behandlung zu. Auch wenn es dir vielleicht unangenehm ist, ist es besser, bei einem Verdacht einen Arzt oder eine Ärztin aufzusuchen. Beispielsweise wenn ungewohnter Ausfluss, Ausschlag, Pickel, Brennen oder Jucken im Genitalbereich auftreten. Es ist sicher gut für dich zu wissen, dass Ärztinnen und Ärzte unter Schweigepflicht stehen. Du kannst dich und deinen Sexualpartner oder deine -partnerin vor vielen sexuell übertragbaren Infektionen schützen, indem ihr beim Geschlechtsverkehr Kondome verwendet. Gegen einzelne sexuell übertragbare Infektionen kann man sich auch durch Impfung schützen. Die Hepatitis-B- und die HPV-Impfung (für Mädchen) werden in der Regel zwischen 11 und 14/15 Jahren vom Hausarzt oder in der Schule von der Schulärztin, dem Schularzt angeboten. Die Impfungen werden im Impfausweis eingetragen, so dass man überprüfen kann, ob sie vorgenommen wurden.  |  | **6 // B****Das Recht, zu heiraten oder nicht zu heiraten****Mit 18 Jahren und wenn du urteilsfähig bist, darfst du in der Schweiz heiraten, ohne dass deine Eltern ihre Zustimmung geben müssen. Dasselbe gilt, wenn zwei Frauen oder zwei Männer eine Lebenspartnerschaft eingehen wollen.**Unter 18-Jährige dürfen nicht heiraten, können sich aber verloben, wenn die Eltern einverstanden sind. Bei einer Verlobung wird die Heirat versprochen. Die Verlobten bleiben aber weiterhin völlig frei, ob sie später heiraten wollen oder nicht. Die Verlobung kann ohne Zustimmung der Eltern aufgelöst werden. Jeder Mensch hat das Recht, frei zu entscheiden, ob und wen er heiratet. Dies gilt für Mädchen wie für Jungen, ganz unabhängig von Herkunft, Religion und Alter. Niemand darf gegen seinen Willen verheiratet werden. Wenn du heiraten sollst, ohne es zu wollen, und dich dagegen wehren möchtest, dann wende dich an eine Beratungsstelle, eine Lehrerin oder einen Lehrer, eine Sozialarbeiterin oder einen Sozialarbeiter. Allein kann es sehr schwierig sein, in einer solchen Situation eine Lösung zu finden. Es ist daher immer gut, wenn du dir Hilfe bei Anlaufstellen holst, die sich darauf spezialisiert haben, Menschen zu helfen, die von Zwangsheirat bedroht sind.  |
| *Aus «hoppelpoppel» - SEXUELLE GESUNDHEIT Schweiz* |  | *Aus «hoppelpoppel» - SEXUELLE GESUNDHEIT Schweiz* |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **7 // B****Dein Recht auf körperliche Unversehrtheit**Dein Körper gehört dir. Dies gilt in allen Lebenssituationen bezüglich Sexualität. Dieser Grundsatz gilt auch, wenn es um Eingriffe im Genitalbereich geht. Wenn ein Eingriff nicht medizinisch notwendig ist und du in diesen Eingriff nicht eingewilligt hast, gelten in der Schweiz schwerwiegende Eingriffe im Genitalbereich als schwere Körperverletzung und sind somit strafbar.  |  |  |
| *Aus «hoppelpoppel» - SEXUELLE GESUNDHEIT Schweiz* |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1 // C****Das Recht, Sexualität zu leben****Sexualität kann in verschieden Formen gelebt werden. Dazu gehört nicht nur Geschlechtsverkehr, sondern auch Kuscheln, Streicheln, Petting und Selbstbefriedigung.**In der Schweiz dürfen Jugendliche, die urteilsfähig sind, selber über ihre Sexualität entscheiden. Sei dir aber bewusst, dass deine Eltern auch eine Erziehungsaufgabe haben und nicht mit deiner Meinung einverstanden sein müssen. Jugendliche dürfen Sex haben, vorausgesetzt, dass beide Partner es wollen, nicht dazu gedrängt oder gezwungen werden und das Schutzalter eingehalten wird. Das Strafgesetzbuch verbietet sexuelle Handlungen mit Kindern und Jugendlichen unter 16 Jahren, wenn der Altersunterschied mehr als 3 Jahre beträgt. Dieses Gesetz – es wird eben auch vom Schutzalter gesprochen – wurde gemacht, um Kinder und Jugendliche vor sexuellen Übergriffen und Ausbeutung zu schützen, und nicht um Freundschaften unter Kindern und Jugendlichen zu verhindern. Das gilt sowohl für Sex zwischen Jungen und Mädchen als auch für Sex von Jungen mit Jungen und von Mädchen mit Mädchen. Unabhängig vom Alter kann Sex in besonderen Fällen verboten sein. Es kommt dabei auf das Verhältnis der beiden an (z.B. zwischen Minderjährigen und Ausbildner/innen oder Lehrer/innen). Das Gesetz spricht hier von einem Abhängigkeitsverhältnis. Für alle sexuellen Handlungen – egal in welchem Alter – gilt die Freiwilligkeit. Niemand darf dazu gezwungen werden. Die Rechte, die für dich gelten, gelten auch für die anderen. Respektiere also die Entscheidungen und Einstellungen anderer, wenn es um Sexualität und Nähe geht. |  | **2 // C****Das Recht auf umfassende Information und Nutzung von Verhütungsmitteln****Du hast ein Recht darauf, über Verhütungsmittel informiert zu werden. Nimm dieses Recht in Anspruch! Diese Informationen erhältst du beispielsweise über Sexualaufklärung in der Schule, bei deinen Eltern, in Familienplanungsstellen der Kantone oder bei Ärzten-/innen.**Du darfst frei verkäufliche Verhütungsmittel wie beispielsweise Kondome oder ein Diaphragma kaufen. Wenn es dir unangenehm ist, in einer Apotheke danach zu fragen, kannst du Kondome auch anonym in einem Supermarkt kaufen. Es gibt auch die Möglichkeit, sie aus dem Automaten zu beziehen. Bei rezeptpflichtigen Verhütungsmitteln, wie beispielsweise Pille oder Vaginalring, benötigst du ein Rezept und eine Beratung von einer Ärztin oder einem Arzt. Sie dürfen deine Eltern nicht informieren, wenn du dies nicht möchtest und du urteilsfähig bist. Die Urteilsfähigkeit wird durch die Ärztin, den Arzt beurteilt. Die Kosten für den Arztbesuch werden von der Krankenkasse bezahlt. Die Kosten für die Verhütungsmittel müssen Jugendliche selber bezahlen.Verhütungsmittel müssen richtig angewendet werden, damit sie wirksam schützen. Das Wissen über Verhütungsmittel und ihre Anwendung kann dich davor schützen, ungewollt Mutter oder Vater zu werden.**Verhütungspanne – Notfallverhütung – Pille danach**Bei einer Verhütungspanne gilt es rasch zu handeln. Unter <http://www.lustundfrust.ch> findest du ausführliche Informationen zur Pille danach. Zur Verhütung gehören übrigens immer zwei. Es kann Vertrauen schaffen, mit dem Freund oder der Freundin darüber zu sprechen. |
| *Aus «hoppelpoppel» - SEXUELLE GESUNDHEIT Schweiz* |  | *Aus «hoppelpoppel» - SEXUELLE GESUNDHEIT Schweiz* |
| **3 // C****Das Recht auf Schutz vor sexueller Gewalt und sexueller Belästigung****Dein Körper gehört dir. Du allein bestimmst über ihn. Du entscheidest selbst, welche Berührungen du zulässt und welche nicht, auch in der Familie oder bei Bekannten.**Wenn dich jemand gegen deinen Willen anfasst oder dich zu sexuellen Handlungen zwingt, ist das ein sexueller Übergriff. Dann sag «nein», geh weg und sprich darüber mit jemandem, der dir glaubt und dir hilft, dich zu wehren. Auch Blicke, Worte und «Anmache» können verletzen, es müssen nicht immer Berührungen sein. Es ist strafbar, wenn dich jemand gegen deinen Willen nackt fotografiert oder filmt oder dich zwingt, bei sexuellen Handlungen anderer zuzuschauen. Ebenso ist es strafbar, wenn dich jemand im Chatroom mit sexuellen Ausdrücken bedrängt oder dir pornografische Bilder sendet. Genauso ist es verboten, Pornografie an Minderjährige unter 16 Jahren weiterzugeben, das heisst zum Beispiel, zu mailen oder aufs Handy zu schicken. Du machst dich selber auch strafbar, wenn du so etwas tust. Wenn dich jemand zu irgendwelchen Handlungen zwingen möchte, bei denen du ein unangenehmes Gefühl hast, dann wehr dich. Du kannst dabei laut und unfreundlich werden. Das kann auch im Chat funktionieren, z.B. mit Sprüchen wie «lass mich in Ruhe, sonst hole ich gleich meine Mutter an den Computer». Sprich darüber mit einem anderen Menschen, dem du vertraust. Bewahre kein Geheimnis für dich, bei dem du ein schlechtes Gefühl hast. Wenn du nicht weisst, an wen du dich wenden kannst, können dir spezielle Anlaufstellen weiterhelfen. Sexuelle Gewalt gibt es sowohl gegenüber Mädchen als auch gegenüber Jungen. Wenn dir so etwas passiert, hast du daran keine Schuld. Die Verantwortung liegt nicht bei dir, sondern bei der Person, welche deine Grenzen verletzt! |  | **4 // C****Das Recht auf vertrauliche Beratung und Behandlung****Ausnahmslos alle urteilsfähigen Jugendlichen können eine gewöhnliche medizinische Behandlung in Anspruch nehmen.**Jugendliche sind in der Regel dann urteilsfähig, wenn sie die Folgen ihrer Entscheidungen verstehen können. Das bedeutet, dass du beispielsweise eine (Frauen-)Ärztin oder einen (Frauen-)Arzt aufsuchen kannst, ohne dass deine Eltern etwas davon erfahren müssen. Beachte: Wenn du über deine Eltern versichert bist, erhalten sie eine Rechnung von der Ärztin oder dem Arzt. Wenn es dir wichtig ist, kannst du mit der Ärztin, dem Arzt sprechen, damit die Abrechnung so gestaltet wird, dass deine Privatsphäre gewahrt bleibt. Bei schwierigen Behandlungen oder Operationen kann es aber sein, dass die Ärztin, der Arzt auch die Zustimmung deiner Eltern haben möchte. Weder ärztliches Personal noch Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter von Beratungsstellen dürfen ohne deine Erlaubnis irgendwelche Informationen über dich an Dritte weitergeben, auch nicht an deine Eltern. Das verbietet die Schweigepflicht. Eine Ausnahme kann es geben, wenn dein Leben oder deine Gesundheit ernsthaft gefährdet ist. Dein Krankenkassenversicherungsmodell bestimmt, zu welcher Ärztin, welchem Arzt du gehen kannst. Wenn du mit deiner Ärztin, deinem Arzt nicht zufrieden bist, kannst du meistens zu jemand anderem gehen. Das ist beispielsweise auch dann der Fall, wenn du eine zweite Meinung zu einem Thema einholen möchtest oder deine Ärztin, dein Arzt sich weigert, dir ein bestimmtes Verhütungsmittel zu verschreiben. |
| *Aus «hoppelpoppel» - SEXUELLE GESUNDHEIT Schweiz* |  | *Aus «hoppelpoppel» - SEXUELLE GESUNDHEIT Schweiz* |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **5 // C****Das Recht auf Schutz vor sexuell übertragbaren Infektionen****Es gibt Infektionen, die hauptsächlich durch sexuelle Kontakte übertragen werden. Dazu gehören beispielsweise die Chlamydien-Infektion, Hepatitis B, HPV oder auch HIV/Aids. Man sieht anderen nicht an, ob sie Träger einer sexuell übertragbaren Infektion sind. Und man kann selber auch infiziert sein, ohne es zu merken.**Du hast ein Recht auf Aufklärung und Information über sexuell übertragbare Infektionen, beispielsweise durch Sexualaufklärung in der Schule oder den Besuch einer Beratungsstelle. Wer über diese Infektionen Bescheid weiss, kann sich und andere besser schützen. Hast du dich infiziert, steht dir eine entsprechende respektvolle und vertrauliche ärztliche Behandlung zu. Auch wenn es dir vielleicht unangenehm ist, ist es besser, bei einem Verdacht einen Arzt oder eine Ärztin aufzusuchen. Beispielsweise wenn ungewohnter Ausfluss, Ausschlag, Pickel, Brennen oder Jucken im Genitalbereich auftreten. Es ist sicher gut für dich zu wissen, dass Ärztinnen und Ärzte unter Schweigepflicht stehen. Du kannst dich und deinen Sexualpartner oder deine -partnerin vor vielen sexuell übertragbaren Infektionen schützen, indem ihr beim Geschlechtsverkehr Kondome verwendet. Gegen einzelne sexuell übertragbare Infektionen kann man sich auch durch Impfung schützen. Die Hepatitis-B- und die HPV-Impfung (für Mädchen) werden in der Regel zwischen 11 und 14/15 Jahren vom Hausarzt oder in der Schule von der Schulärztin, dem Schularzt angeboten. Die Impfungen werden im Impfausweis eingetragen, so dass man überprüfen kann, ob sie vorgenommen wurden.  |  | **6 // C****Das Recht, zu heiraten oder nicht zu heiraten****Mit 18 Jahren und wenn du urteilsfähig bist, darfst du in der Schweiz heiraten, ohne dass deine Eltern ihre Zustimmung geben müssen. Dasselbe gilt, wenn zwei Frauen oder zwei Männer eine Lebenspartnerschaft eingehen wollen.**Unter 18-Jährige dürfen nicht heiraten, können sich aber verloben, wenn die Eltern einverstanden sind. Bei einer Verlobung wird die Heirat versprochen. Die Verlobten bleiben aber weiterhin völlig frei, ob sie später heiraten wollen oder nicht. Die Verlobung kann ohne Zustimmung der Eltern aufgelöst werden. Jeder Mensch hat das Recht, frei zu entscheiden, ob und wen er heiratet. Dies gilt für Mädchen wie für Jungen, ganz unabhängig von Herkunft, Religion und Alter. Niemand darf gegen seinen Willen verheiratet werden. Wenn du heiraten sollst, ohne es zu wollen, und dich dagegen wehren möchtest, dann wende dich an eine Beratungsstelle, eine Lehrerin oder einen Lehrer, eine Sozialarbeiterin oder einen Sozialarbeiter. Allein kann es sehr schwierig sein, in einer solchen Situation eine Lösung zu finden. Es ist daher immer gut, wenn du dir Hilfe bei Anlaufstellen holst, die sich darauf spezialisiert haben, Menschen zu helfen, die von Zwangsheirat bedroht sind.  |
| *Aus «hoppelpoppel» - SEXUELLE GESUNDHEIT Schweiz* |  | *Aus «hoppelpoppel» - SEXUELLE GESUNDHEIT Schweiz* |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **7 // C****Dein Recht auf körperliche Unversehrtheit**Dein Körper gehört dir. Dies gilt in allen Lebenssituationen bezüglich Sexualität. Dieser Grundsatz gilt auch, wenn es um Eingriffe im Genitalbereich geht. Wenn ein Eingriff nicht medizinisch notwendig ist und du in diesen Eingriff nicht eingewilligt hast, gelten in der Schweiz schwerwiegende Eingriffe im Genitalbereich als schwere Körperverletzung und sind somit strafbar.  |  |  |
| *Aus «hoppelpoppel» - SEXUELLE GESUNDHEIT Schweiz* |  |  |