

aber mit Recht

**Deine Sexualität –
Deine Rechte**

Information für Jugendliche

Sexualität

Sexualität gehört zum Leben aller Menschen, egal wie alt sie sind. Im Zusammenhang mit Sexualität gibt es Rechte, die für alle gelten. Ausserdem gibt es einige besondere Regelungen für Jugendliche. Die Rechte sollen dich und deine Sexualität schützen und dir Sicherheit geben. Du wiederum sollst diese Rechte schützen, indem du sie bei anderen respektierst.

Deine Rechte

Auch im Jugendalter hast du das Recht auf selbstbestimmte Sexualität. Dazu gehören...

- ba.** das Recht, Sexualität zu leben
- pi.** das Recht auf umfassende Information und Nutzung von Verhütungsmitteln
- lu.** das Recht auf Schutz vor sexueller Gewalt und sexueller Belästigung
- hö.** das Recht auf vertrauliche Beratung und Behandlung
- po.** die Rechte von Mädchen im Fall einer (ungewollten) Schwangerschaft
- nü.** das Recht auf Schutz vor sexuell übertragbaren Infektionen
- sc.** das Recht, zu heiraten oder nicht zu heiraten
- bü.** das Recht auf körperliche Unversehrtheit

hopperle

das Recht, **Sexualität** zu leben

baunze

Sexualität kann in verschiedenen 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 es wollen und 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 Ausbilder/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.

GUT ZU WISSEN

www.lustundfrust.ch

www.isis-info.ch

www.rainbowgirls.ch

www.du-bist-du.ch

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.

pimpere

Verhütungspanne - Notfallverhütung - Pille danach

Bei einer Verhütungspanne gilt es rasch zu handeln. Unter 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.

GUT ZU WISSEN

www.lustundfrust.ch

www.isis-info.ch

www.mysize.ch

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 zuschickt. 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!

GUT ZU WISSEN

www.147.ch

www.lilli.ch

www.opferhilfe-schweiz.ch

lupfe

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 Entscheidung 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 sind. 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.

GUT ZU WISSEN

Einige Ärzte und Ärztinnen bieten besondere Jugendsprechstunden an.

hötterle

Die Rechte von Mädchen im Fall einer (ungewollten)

Schwangerschaft

Auch Mädchen unter 18 Jahren haben grundsätzlich die Möglichkeit, eine ungewollte Schwangerschaft straffrei abbrechen.

Es gelten die gleichen gesetzlichen Voraussetzungen wie bei Volljährigen.

Mädchen, die urteilsfähig sind, dürfen selbst entscheiden, ob sie eine Schwangerschaft abbrechen möchten oder nicht, auch ohne die Eltern zu fragen. Jugendliche unter 16 Jahren brauchen ausser dem Gespräch mit einer Ärztin, einem Arzt auch ein Gespräch mit einer anerkannten Beratungsstelle, damit der Schwangerschaftsabbruch durchgeführt werden kann.

Wenn du dich für einen Schwangerschaftsabbruch entscheidest, hast du das Recht auf umfassende Beratung, angemessene ärztliche Versorgung und respektvolle Behandlung. Bei der Beratung können auch dein Partner oder auch deine Eltern anwesend sein, wenn du das möchtest. Auch nach dem Schwangerschaftsabbruch

kannst du dich beraten und unterstützen lassen. Gegen ihren Willen dürfen Mädchen und Frauen, auch wenn sie noch nicht 18 Jahre alt sind, nicht von ihren Eltern oder anderen Personen dazu gezwungen werden, eine Schwangerschaft abbrechen. Du hast das Recht, eine Schwangerschaft weiter zu führen. Bei dieser Entscheidung gibt es Unterstützungsmöglichkeiten, die für dich in Frage kommen könnten. Den besten Überblick wird dir hier ein Termin bei einer Beratungsstelle verschaffen.

Du hast auch das Recht, dich zu entscheiden, dass du das Kind nach der Geburt zur Adoption freigeben möchtest. Auch bei diesem Entscheid kannst du dich von darauf spezialisierten Stellen beraten und unterstützen lassen.

pompe

GUT ZU WISSEN

www.isis-info.ch

Das Recht auf **Schutz** vor sexuell übertragbaren Infektionen

nüssle

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 Sexuaufklärung 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.

GUT ZU WISSEN

www.aids.ch

www.lustundfrust.ch

www.isis-info.ch

www.sichimpfen.ch

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.

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.

schnaaggsle

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

GUT ZU WISSEN

www.zwangsheirat.ch

www.147.ch

www.kinderlobby.ch

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.

bümpferle

höhere

Links Beratungsstellen

Eine Auswahl von Webseiten für Jugendliche, auf denen es um deine Rechte und/oder deine Sexualität geht. Du findest unter diesen Internetseiten auch Adressen von Beratungsstellen in deiner Nähe.

www.isis-info.ch
www.lustundfrust.ch
www.kinderlobby.ch
www.tschau.ch
www.feelok.ch
www.147.ch
www.lilli.ch
www.rainbowgirls.ch
www.du-bist-du.ch
www.haz.ch
www.los.ch

Die vorliegende Broschüre ist entstanden in Anlehnung an die Broschüre «Deine Sexualität – deine Rechte» des pro familia Bundesverbandes Deutschland, die von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) gefördert wurde.

Die Realisierung der Broschüre in der Schweiz wurde unterstützt von Schul- und Sportdepartement der Stadt Zürich, Bildungsdirektion des Kantons Zürich und PLANeS.

PLANeS, als Dachverband der Beratungsstellen für Familienplanung, Schwangerschaft, Sexualität und Sexualerziehung, engagiert sich für die Rechte im Bereich der sexuellen und reproduktiven Gesundheit und dafür, dass der Zugang zu diesen Leistungen für jede Person gewährleistet ist. PLANeS ist Mitglied der IPPF (International Planned Parenthood Federation).

schneupfle

Impressum

Herausgeber:

Lust
und **Frust** •

Fachstelle für Sexualpädagogik

Die Fachstelle für Sexualpädagogik Zürich
ist ein Angebot der Schulgesundheitsdienste der
Stadt Zürich und der Zürcher Aids-Hilfe,
Fachstelle für sexuelle Gesundheit.

© Lust und Frust, 2010



Stadt Zürich

Schulgesundheitsdienste



ZÜRCHER AIDS-HILFE

Fachstelle für sexuelle Gesundheit

PLANES

SCHWEIZERISCHE STIFTUNG FÜR SEXUELLE
UND REPRODUKTIVE GESUNDHEIT