

### Continuare il lavoro della prevenzione, sia in famiglia che a scuola

Il lavoro di prevenzione attivato da Love Limits diventa ancora più efficace se condiviso e consolidato a scuola e in famiglia. Invitiamo tutte le figure educative e di riferimento ad approfondire la tematica e a riprendere i messaggi trasmessi durante il percorso anche nella vita quotidiana. Questo può avvenire con momenti di dialogo e di scambio con gli adolescenti e anche attraverso il proprio esempio.

Ulteriori informazioni: <https://www.kinderschutz.ch/it/offerte/offerte-di-prevenzione/il-mio-corpo-mi-appartiene>

### Il servizio di segnalazione clickandstop.ch

Grazie al servizio di segnalazione online contro la violenza sessuale su bambini e adolescenti, qualsiasi persona, che sia minore o adulta, può segnalare in modo rapido e semplice i siti web (URL) con contenuti pedocriminali. Le segnalazioni a „clickandstop.ch“ sono anonime e vengono inoltrate alle autorità preposte.

Inoltre „clickandstop.ch“ è a disposizione per informazioni o per una consulenza professionale, gratuita e anonima tramite telefono, chat o modulo di contatto.

Ulteriori informazioni: [clickandstop.ch](http://clickandstop.ch)

**Proteggere i bambini,  
renderli più forti.**

**Diamo voce ai bambini  
in Svizzera.**



Con la vostra donazione sostenete Protezione dell'infanzia Svizzera in quest'obiettivo. Online: [protezioneinfanzia.ch/donazioni](http://protezioneinfanzia.ch/donazioni)

**GRAZIE DI CUORE** ❤️

Protezione dell'infanzia Svizzera

Schlossstrasse 9a | 3008 Berna  
Telefono +41 31 384 29 29

[www.protezioneinfanzia.ch](http://www.protezioneinfanzia.ch)  
[info@protezioneinfanzia.ch](mailto:info@protezioneinfanzia.ch)

[f](https://www.facebook.com/protectionenfancesuisse) / [i](https://www.instagram.com/protectionenfancesuisse) / [v](https://www.youtube.com/channel/UCkindschutzschweiz) / [kindschutzschweiz](https://www.youtube.com/channel/UCkindschutzschweiz)

## Mostra interattiva «Love Limits»

Informazioni per genitori, altre figure educative e di riferimento

### Cari genitori

Il percorso «Love Limits» è stato prodotto da Protezione dell'Infanzia Svizzera per prevenire la violenza sessuale tra adolescenti. Persone appositamente formate guidano gli allievi e le allieve attraverso 6 postazioni per discutere con loro di relazioni, di rispetto dei confini personali e anche di violenza e dei limiti dell'amore – «Love Limits» appunto.

I giovani riflettono insieme sulle proprie azioni e sui propri comportamenti, apprendono anche quali sono i loro diritti e i loro doveri all'interno delle relazioni.

I contenuti del percorso sono descritti nelle pagine seguenti.



## Postazione 1 «Farfalle nello stomaco» – creare consenso nelle relazioni sentimentali

Le relazioni sentimentali sono importanti nella vita degli adolescenti. Per viverle in maniera positiva è importante riconoscere che ognuno ha i propri limiti e confini e che questi vanno rispettati. A questa postazione i ragazzi e le ragazze apprendono cosa significa consenso, che è la base di una relazione sentimentale rispettosa.



## Postazione 2 «Quando i sogni si infrangono» – gestire le emozioni negative



Chi si lancia nell'avventura dell'amore può andare incontro a delusioni e sofferenze. Una relazione finita, un amore non corrisposto, un conflitto irrisolto possono far parte della vita degli adolescenti. A volte si reagisce al dolore violando i confini e ricorrendo alla violenza fisica o psicologica. Discutendo degli sviluppi problematici nelle relazioni, viene spiegato che una relazione non deve essere tutelata ad ogni costo. A volte è quindi necessario porre fine alla relazione e va fatto con lealtà e nel pieno rispetto delle parti.

## Postazione 3 «Tra amici e amiche» – rispettare gli altri e proteggere se stessi

In adolescenza poter uscire e stare insieme ai coetanei diventa sempre più importante. Come fanno i giovani a trovare i luoghi adatti a loro e dove si sentono a proprio agio? A questa postazione gli allievi e le allieve si confrontano sul proprio comportamento nel tempo libero. Riflettono su argomenti come il rispetto nell'amicizia, la pressione da parte del gruppo o dei coetanei, l'esclusione e, ancora, sulle conseguenze dell'uso di alcol e droghe. Si confrontano sulle strategie per risolvere le situazioni difficili tra coetanei.



## Postazione 4 «A tutto c'è un limite» – conoscere i propri diritti e doveri



Anche nelle relazioni tra adolescenti può manifestarsi la violenza, sia fisica che psicologica. I ragazzi e le ragazze apprendono cosa significa quando i confini vengono superati e che determinati comportamenti possono avere conseguenze anche a livello legale. Affrontano il tema della violenza all'interno delle relazioni sentimentali e imparano quali sono i loro diritti, i loro doveri e che sono responsabili delle proprie azioni.

## Postazione 5 «Io sono io» – conoscere e accettare i propri limiti e confini

Durante l'adolescenza è molto importante consolidare la relazione con se stessi. In questa fase ci si pongono tante domande legate alla propria persona, alla propria immagine e può diventare faticoso dover gestire alti e bassi ormonali ed emotivi. I ragazzi e le ragazze hanno bisogno di essere valorizzati per la loro unicità, per i loro talenti, per i loro punti di forza e di debolezza, per la loro personalità sfaccettata.



## Postazione 6 «Chiedere aiuto e aiutare» – sapere come farsi aiutare e come aiutare



I giovani si confrontano con l'importanza di ricorrere a un aiuto esterno quando si trovano in una situazione difficile. Conoscono gli enti e gli sportelli presenti sul territorio a cui rivolgersi, per se stessi o per aiutare un amico o un'amica. Chiedere aiuto è spesso l'unica soluzione per stare meglio ed è importante farlo il prima possibile, questo vale tanto per le ragazze quanto per i ragazzi.