



# **La sessualità è un diritto di tutte le persone.**

**Quindi anche le persone con disabilità  
hanno diritto alla sessualità.**



**Un testo scritto in lingua facile  
di Peope First Alto Adige.**

## CIAO!

People First Alto Adige ha scritto questo quaderno per te.

Noi di People First siamo persone con difficoltà di apprendimento.

Noi siamo un gruppo di auto-rappresentanza.

Noi difendiamo i diritti delle persone con difficoltà di apprendimento.

E lo facciamo da 20 anni.



Il tema di questo quaderno è: **la sessualità.**

In questo quaderno noi scriviamo informazioni importanti per te e per altre persone con difficoltà di apprendimento.

In questo quaderno ci sono anche informazioni importanti:

- Per i genitori.
- E per gli esperti.

Queste persone ci danno sostegno e ci accompagnano.

E queste persone devono sapere:

Noi persone con difficoltà di apprendimento desideriamo queste cose.



Le informazioni per i genitori sono segnalate in colore celeste.

E hanno questo simbolo:

In questo testo diamo del "Lei" ai genitori.

Le informazioni per gli esperti sono segnalate in colore turchese.

E hanno questo simbolo:

In questo testo diamo del "Lei" agli esperti.



Buona lettura!

**People First Alto Adige.**

## PERCHÉ ABBIAMO FATTO QUESTO QUADERNO?

Molti esperti e persone con difficoltà di apprendimento hanno parlato insieme di sessualità.



Queste persone hanno riflettuto insieme:

le persone con disabilità hanno diritto alla sessualità.

Ma molte persone con disabilità **non** possono ancora vivere questo diritto.

Come possono vivere meglio la loro sessualità le persone con disabilità?

Di cosa hanno bisogno le persone con difficoltà di apprendimento per vivere bene la loro sessualità?

Cos'è importante per i genitori di persone con difficoltà di apprendimento?

Come possono gli esperti dare sostegno alle persone con difficoltà di apprendimento?

Poi gli esperti hanno scritto un testo.

Il testo si chiama:

“Documento di posizione sessualità e disabilità”.

Il testo è scritto in lingua difficile.

Ma anche le persone con difficoltà di apprendimento devono capire il testo.

Per questo People First ha detto:

Il testo parla di noi persone con difficoltà di apprendimento.

E il testo parla del nostro diritto alla sessualità.

Per questo ci serve un testo in lingua facile.



Allora l'ufficio per la lingua facile OKAY ha tradotto il testo.

E persone con difficoltà di apprendimento hanno controllato il testo.

In questo testo ci sono delle parole sottolineate.

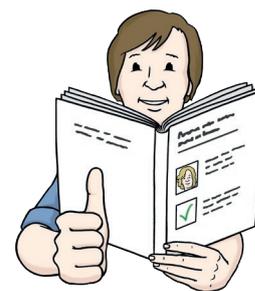
Per esempio: servizio di consulenza.

Infatti servizio di consulenza è una parola difficile.

Questa parola viene spiegata nel dizionario a pagina 28.

Lì puoi leggere le spiegazioni di tutte le parole sottolineate.

Le parole sono in ordine alfabetico: dalla lettera A alla lettera Z.



Alcune parole vengono spiegate nel testo.

Le spiegazioni nel testo sono spostate verso destra.

Per esempio:

Nella Convenzione ONU sui diritti delle persone con disabilità c'è scritto:

Le persone con disabilità hanno gli stessi diritti  
delle persone senza disabilità.

Le persone con disabilità devono poter decidere da sole:

Io voglio vivere la mia sessualità così.

È spostato verso destra anche:

- Quello che le persone dicono.
- E quello che le persone pensano.

In questo testo ci sono delle parole con il punto mediano.

Il punto mediano è fatto così: ·

Questo punto serve per dividere una parola lunga in 2 parti.

Così questa parola è più facile da leggere.

Per esempio: auto·rappresentanza.

## COS'È LA SESSUALITÀ?

La parola "sessualità" può significare tante cose diverse.

Sessualità è:

- Sentire.
- Provare sentimenti.
- Innamorarsi.
- Farsi carezze.
- Baciarsi.
- Avere una ragazza o un ragazzo.
- Fare  sesso .
- Sentirsi donna.
- O sentirsi uomo.

La sessualità può essere vissuta da soli.

E la sessualità può essere vissuta con altre persone.

La sessualità è una cosa bella.

Per esempio:

- Un uomo o una donna si accarezza e prova piacere.
- Le persone si innamorano.
- O 2 persone fanno sesso.

A volte ci sono dei problemi con la sessualità.

Per esempio:

- Un ragazzo pensa che il suo corpo **non** è bello.

O questo ragazzo ha paura e pensa:

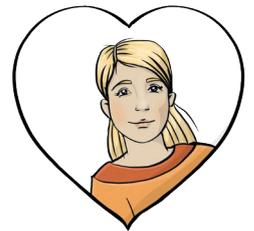
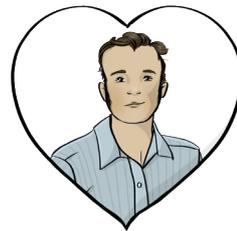
**Nessuno** si innamorerà di me.

- O una donna è innamorata di un uomo.

Ma questo uomo ha già una compagna.

Una compagna può essere per esempio:

una ragazza o una moglie.



## NOI DI PEOPLE FIRST ABBIAMO FATTO TRADURRE IN LINGUA FACILE IL TESTO "SESSUALITÀ E DISABILITÀ".

Noi siamo persone con difficoltà di apprendimento.

E vogliamo dire a tutte le altre persone con difficoltà di apprendimento:

La sessualità può essere molto bella.

Le persone hanno problemi con la sessualità?

Allora queste persone possono diventare molto tristi.

Parliamo insieme di sessualità.

Così ci sentiamo meglio.

Noi abbiamo spesso problemi con la sessualità:

ci sono molte cose che non possiamo decidere da soli.

Molti di noi vivono con altre persone.

E **non** hanno mai tempo per stare da soli.

Molti di noi vivono con i genitori.

Spesso i genitori **non** pensano:

Nostra figlia ha bisogno di tempo per stare da sola.

O nostro figlio vuole avere una ragazza.

Molti di noi purtroppo hanno vissuto delle violenze sessuali.



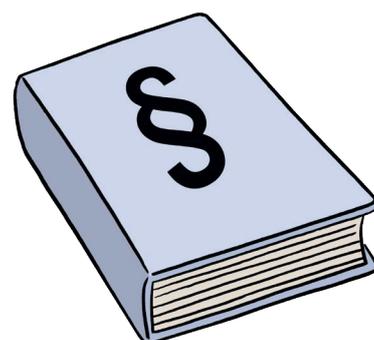
Alcune persone dicono di noi:

Le persone con difficoltà di apprendimento **non** devono avere una sessualità.

**Non** è vero.

Queste persone dicono cose sbagliate!

Noi abbiamo diritto alla sessualità!



## COSA C'È SCRITTO NELLE LEGGI?

L'Organizzazione mondiale della sanità dice:

Tutte le persone hanno diritto alla sessualità.

Tutte le persone decidono da sole:

- Come voglio vivere la mia sessualità?
- E con chi voglio vivere la mia sessualità?

Per questo tutti devono poter ricevere informazioni sul loro corpo e sulla sessualità.



Tutte le persone si devono poter proteggere da:

- Violenze sessuali.
- Malattie sessualmente trasmissibili.
- E gravidanze non desiderate.

Tutte le persone devono poter decidere da sole:

- Voglio amare gli uomini o le donne?
- Chi desidero come compagna o compagno?
- Voglio sposarmi?  
O **non** voglio sposarmi?
- Voglio avere bambini?  
O **non** voglio avere bambini?
- Voglio fare sesso?  
O **non** voglio fare sesso?



**Nessuno** può violare i diritti di un'altra persona.

Questo significa:

**nessuno** può togliere i diritti a una persona.

Nella Convenzione ONU sui diritti delle persone con disabilità c'è scritto:

Le persone con disabilità hanno gli stessi diritti delle persone senza disabilità.

Così le persone con disabilità possono decidere da sole:  
io voglio vivere la mia sessualità così.

Alcune persone devono essere protette molto bene dalle violenze sessuali.

Infatti queste persone **non** riescono a dire:

- "Stop".
- "No".
- O "Non voglio".



**Nessuno** può essere costretto alla sessualità.

Anche nella legge provinciale numero 7 dell'anno 2015 c'è scritto:

le persone con disabilità devono avere diritto alla sessualità.

E devono poter avere una compagna o un compagno.

E le persone con disabilità devono poter vivere insieme a questa compagna o compagno.

Persone con disabilità devono poter avere dei bambini.

Per poter fare queste cose le persone devono ricevere informazioni e sostegno.



Landes-Gesetz vom 14. Juli 2015, Nr. 7

**Menschen mit Behinderungen  
sollen überall dabei sein und mitmachen**



AUTONOME PROVINZ BOZEN, SÜDTIROL, PROVINCIA AUTONOMA DI SÜDTIROL, ALTO ADIGE  
Autonome Provinz Bozen - Südtirol, Provincia Autonoma di Bolzano - Alto Adige  
S. J. 1971, 1972, 1973, 1974, 1975, 1976, 1977, 1978, 1979, 1980, 1981, 1982, 1983, 1984, 1985, 1986, 1987, 1988, 1989, 1990, 1991, 1992, 1993, 1994, 1995, 1996, 1997, 1998, 1999, 2000, 2001, 2002, 2003, 2004, 2005, 2006, 2007, 2008, 2009, 2010, 2011, 2012, 2013, 2014, 2015, 2016, 2017, 2018, 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025

## IN QUESTO TESTO C'È SCRITTO:

così noi persone con difficoltà di apprendimento possiamo vivere meglio la nostra sessualità.

### PER NOI È IMPORTANTE:

- 1** CI POSSIAMO INFORMARE BENE. PAGINA 10

---

- 2** POSSIAMO VIVERE LA NOSTRA SESSUALITÀ.  
E POSSIAMO RICEVERE SOSTEGNO. PAGINA 12

---

- 3** ABBIAMO SPAZI DOVE POSSIAMO STARE BENE.  
E ABBIAMO SPAZI DOVE POSSIAMO STARE DA SOLI. PAGINA 14

---

- 4** POSSIAMO DIRE:  
QUESTI SONO I NOSTRI BISOGNI E DESIDERI.  
E LE ALTRE PERSONE DEVONO RISPETTARE  
I NOSTRI BISOGNI E DESIDERI. PAGINA 17

---

- 5** CI DOBBIAMO PROTEGGERE.  
E LE ALTRE PERSONE CI DANNO SOSTEGNO. PAGINA 20

---

- 6** ANCHE LE ALTRE PERSONE DEVONO SAPERE:  
SIAMO ADULTI. PAGINA 22

---




### NELL'ULTIMA PARTE DEL TESTO C'È SCRITTO:

- 7** GLI ESPERTI HANNO BISOGNO  
DI UNA BUONA FORMAZIONE. PAGINA 25

---

- 8** IN UNA STRUTTURA GLI ESPERTI DEVONO SAPERE:  
QUESTE COSE SONO IMPORTANTI  
PER LA NOSTRA SESSUALITÀ. PAGINA 26

---

# 1 CI POSSIAMO INFORMARE BENE.

Vuoi sapere:

- Quali sono gli organi genitali degli uomini?
- Perché donne e ragazze sanguinano una volta al mese?
- Come puoi conoscere una donna o un uomo?

A volte i tuoi genitori ti possono dare queste informazioni.

Vuoi parlare anche con altre persone?

Per esempio con:

- Gli esperti che ti assistono sul lavoro.
- O gli esperti della tua comunità abitativa.

Puoi trovare informazioni anche su quaderni informativi.

O puoi trovare informazioni su siti internet seri.



## **IMPORTANTE PER NOI PERSONE CON DIFFICOLTÀ DI APPRENDIMENTO!**

Queste informazioni devono essere scritte in lingua facile.

E queste informazioni devono essere scritte per persone adulte.

Noi ci dobbiamo poter informare bene.

Dobbiamo poter ricevere informazioni da:

- Altre persone.
- Quaderni informativi.
- O internet.

Così poi possiamo parlare meglio con amiche e amici:

- Dei nostri sentimenti.
- Dei nostri corpi.
- Dei nostri desideri.

Per esempio:

vorrei avere una ragazza o un ragazzo.



## IMPORTANTE PER I GENITORI!

Dia a Sua figlia o a Suo figlio tutte le informazioni.

Per informarsi sono importanti:

- Quaderni informativi.
- E siti internet seri.

Sua figlia o Suo figlio **non** vuole parlare con Lei?

Allora rifletta:

Dove può trovare informazioni Suo figlio o Sua figlia?

Chiami per esempio un servizio di consulenza.



## IMPORTANTE PER GLI ESPERTI!

Zeigen Sie Menschen mit Lernschwierigkeiten:

- Noi Le possiamo dare questi quaderni informativi sul corpo e la sessualità.
- E su questi siti internet ci sono informazioni serie e corrette.

E dica alle persone con difficoltà di apprendimento:

Lei ha delle domande sulla sessualità?

Può parlare con me.

Le dico volentieri dove può trovare altre informazioni.

E in quali servizi di consulenza può ricevere sostegno.



## 2 POSSIAMO VIVERE LA NOSTRA SESSUALITÀ. E POSSIAMO RICEVERE SOSTEGNO.

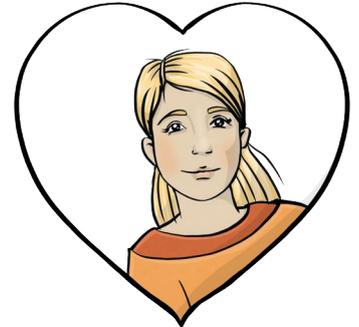
Noi possiamo vivere la nostra sessualità.

Ti sei innamorata?

Hai trovato una ragazza o un ragazzo?

O forse ti chiedi:

- Come posso trovare un ragazzo o una ragazza?
- Come posso baciare la mia ragazza o il mio ragazzo?



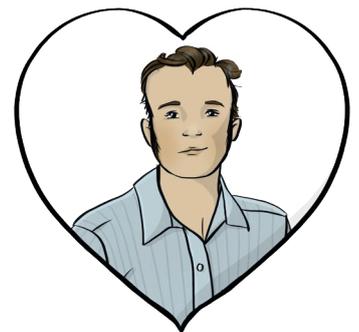
Allora puoi ricevere sostegno.

Forse puoi parlare con le tue amiche e i tuoi amici.

Forse puoi parlare con qualcuno della tua famiglia.

O forse hai bisogno del sostegno di altre persone.

Allora forse ti possono aiutare gli esperti  
di un servizio di consulenza.



### **IMPORTANTE PER NOI PERSONE CON DIFFICOLTÀ DI APPRENDIMENTO!**

Possiamo vivere la nostra sessualità.

E riceviamo sostegno.



## IMPORTANTE PER I GENITORI!

Sua figlia o Suo figlio deve poter sentire:

- Questo è il mio corpo.
- Queste cose mi piacciono.
- Mi sono innamorato.

Ascolti Sua figlia o Suo figlio.

E parlate insieme di sentimenti.



## IMPORTANTE PER GLI ESPERTI!

Le persone con difficoltà di apprendimento possono vivere cose molto belle grazie alla sessualità.

E a volte per queste persone è difficile vivere la sessualità.

I Suoi utenti Le parlano di problemi legati alla sessualità?

Allora:

- Ascolti i Suoi utenti.
- Si prenda tempo.
- Parlate insieme di sentimenti.
- E rifletta insieme ai Suoi utenti.



### 3 ABBIAMO SPAZI DOVE POSSIAMO STARE BENE. E ABBIAMO SPAZI DOVE POSSIAMO STARE DA SOLI.

Abbiamo degli spazi dove possiamo stare soli.

Per esempio possiamo andare nella nostra stanza.

E in questa stanza possiamo stare da soli.

E noi decidiamo:

Cosa voglio fare?

Noi possiamo dire:

Ora voglio stare da sola.

O voglio ricevere visite.

Qualcuno vuole entrare nella stanza?

Allora questa persona deve bussare.

Così io so:

qualcuno vuole entrare nella mia stanza.

E io dico:

Sì. Tu puoi entrare.

O io dico:

**Non** entrare. Ho bisogno di stare da sola.

Hai una disabilità grave?

Ricevi molte cure?

Anche tu hai diritto a del tempo per stare da solo.



**IMPORTATE PER NOI  
PERSONE CON DIFFICOLTÀ DI APPRENDIMENTO!**

Abbiamo bisogno di spazi per noi.



## IMPORTANTE PER I GENITORI!

Sua figlia o Suo figlio deve poter sentire:

- Questo mi piace.
- Così mi sento bene.
- Questa è la mia stanza.
- Qui posso stare da solo.

Sua figlia o Suo figlio deve avere una stanza dove poter stare sola.

Sua figlia o Suo figlio deve poter dire:

Voglio stare da sola.

Rifletta insieme a Sua figlia o a Suo figlio:

Quando puoi stare da sola o da solo a casa?

Quando puoi stare da sola o da solo nella tua stanza?

In queste situazioni noi genitori **non** dobbiamo entrare nella stanza.

Forse Sua figlia o Suo figlio vuole:

- Stare da sola o da solo in stanza ogni tanto.
- Invitare amiche o amici nella sua stanza.
- Invitare la ragazza o il ragazzo.

Sua figlia o Suo figlio ha una ragazza o un ragazzo?

Allora forse loro vogliono passare una notte insieme.

O forse vogliono andare a vivere insieme.

Lei magari è sorpreso.

Ma per Sua figlia o per Suo figlio è una bella esperienza.

È una cosa di cui essere felici!



## IMPORTANTE PER GLI ESPERTI!

Per gli esperti deve essere chiaro:

gli utenti e le utenti sono persone adulte.

Gli utenti hanno diritto a degli spazi in cui stare da soli.



Rifletta:

- Come possono avere gli utenti spazi in cui stare da soli?
- Come possono avere gli utenti una stanza in cui stare da soli?

Un'utente ha chiuso a chiave la sua stanza?

Allora Lei deve bussare alla porta.

E deve aspettare di ricevere una risposta.

Rifletta insieme ai Suoi utenti:

Quando possono stare da soli gli utenti?

In queste situazioni gli esperti **non** devono entrare nella stanza.

Un'utente magari vuole:

- Avere più tempo per stare da sola o da solo in stanza.
- Invitare amiche o amici.
- Invitare una compagna o un compagno.

Un'utente ha una compagna o un compagno?

Allora forse loro vogliono passare una notte insieme.

O forse vogliono andare a vivere insieme.

Lei magari è sorpreso.

Ma per la Sua utente o il Suo utente è una bella esperienza.

È una cosa di cui essere felici!

## 4 POSSIAMO DIRE: QUESTI SONO I NOSTRI BISOGNI E DESIDERI. E LE ALTRE PERSONE DEVONO RISPETTARE I NOSTRI BISOGNI.

Le persone hanno bisogni e desideri diversi.

**Nessuno** può sapere:

- Di cosa ha bisogno un'altra persona?
- Che cosa desidera un'altra persona?

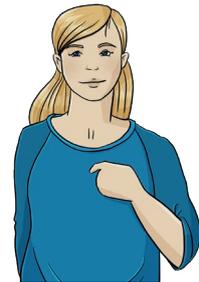
Ogni persona deve poter dire da sola:

Questi sono i miei bisogni e questi sono i miei desideri.

**Non** tutte le persone possono parlare.

Queste persone possono mostrare con il loro corpo:

- Queste cose mi piacciono.
- Queste cose **non** mi piacciono.



I nostri genitori e gli esperti devono prendere sul serio i nostri bisogni.

Questo significa:

i genitori e gli esperti ci devono ascoltare.

E i genitori e gli esperti devono riflettere insieme a noi:

Cosa possiamo fare?



Per esempio donne e uomini con difficoltà di apprendimento possono desiderare queste cose:

- Una famiglia.
- Una compagna o un compagno.
- Un bambino.



Alcune donne e uomini vogliono diventare insieme genitori.  
E vogliono quindi avere un bambino insieme.  
Queste sono cose importanti.



Per questo le persone con difficoltà di apprendimento devono chiedersi:

Cosa devono fare le mamme e i papà per i loro bambini?  
Quali responsabilità hanno mamme e papà?

E le persone devono anche poter parlare di queste domande con gli esperti:

- Come faccio a diventare mamma o papà?
- Chi mi può dare sostegno?
- Chi mi può aiutare?
- Dove posso vivere?
- Come posso prendermi cura di un bambino piccolo?



## **IMPORTANTE PER I GENITORI!**

Sua figlia o Suo figlio ha bisogni e desideri.

Lei è curioso e chiede a Sua figlia o Suo figlio:

Cosa desideri?

Di cosa hai bisogno?

Forse Sua figlia o Suo figlio ha bisogno di tempo per rispondere.

Sua figlia o Suo figlio deve poter provare a vivere la sua sessualità.

Sua figlia o Suo figlio può voler avere un bambino.

Lei magari è sorpreso.

Lei può chiedere di ricevere sostegno.



## IMPORTANTE PER GLI ESPERTI!

Lei chiede alle Sue utenti e ai Suoi utenti:

Di che cosa ha bisogno?

Che cosa desidera?

Forse le utenti e gli utenti hanno bisogno di tempo per rispondere.

Le Sue utenti e i Suoi utenti devono poter provare a vivere la loro sessualità.

Le Sue utenti e i Suoi utenti **non** possono comunicare con la voce?

Allora rifletta:

Come possono comunicare i loro desideri le utenti e gli utenti?

Per esempio Lei può mostrare alle utenti e agli utenti foto o disegni.

Magari un'utente dice:

Voglio avere un bambino.

Voglio essere incinta.

O un utente dice:

Voglio diventare padre.

Allora ascolti l'utente con attenzione.

E insieme riflettete:

Quali domande ha l'utente?

Chi può dare sostegno all'utente?



## 5 CI DOBBIAMO PROTEGGERE. E LE ALTRE PERSONE CI DANNO SOSTEGNO.

Dobbiamo imparare a sentire:

- Come mi sento?
- Sto bene?
- C'è qualcosa che **non** va?

Per esempio:

Laura è una giovane donna con difficoltà di apprendimento.

Laura va in piscina.

In piscina Laura incontra Leo.

Leo abita nello stesso paese di Laura.

Leo vuole accompagnare Laura a casa con l'auto.

Ma Laura ha promesso a sua madre:

Torno a casa con l'autobus.

Ora Laura **non** sa:

- Cosa devo fare?
- Voglio andare in auto con Leo?
- Mi sento sicura?

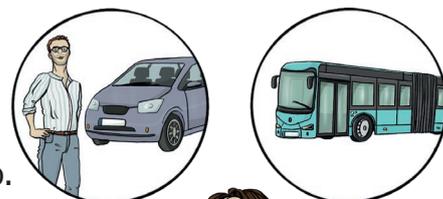
Alcune e alcuni di noi da soli **non** riescono a capire:

- Mi posso fidare di questa persona?
- Come mi devo proteggere?

Allora i nostri genitori e gli esperti ci possono aiutare e mostrare:

così ci possiamo proteggere.

Ma noi dobbiamo anche poter provare a vivere la nostra sessualità.



### IMPORTANTE PER NOI PERSONE CON DIFFICOLTÀ DI APPRENDIMENTO!

Noi dobbiamo sapere:

così dico "No" e "Stop".

E così mi posso proteggere.



## IMPORTANTE PER GLI ESPERTI!

Nella struttura ci devono essere regole chiare.

Tutti devono rispettare queste regole:

- Le utenti e gli utenti.
- E gli esperti.

Ci devono essere queste regole:

- Tutti possono dire quali sono i loro bisogni.  
E quali sono i loro desideri.
- Ci sono dei limiti che **nessuno** può superare.  
Per esempio: una persona **non** vuole essere baciata?  
Allora **nessuno** può baciare questa persona.
- Tutti possono dire "no" e "stop".
- E tutti devono fare attenzione:  
tutti stanno bene?  
Qualcuno è triste?  
O qualcuno ha bisogno di sostegno?

Degli utenti sono molesti?

Parli con le Sue utenti e i Suoi utenti:

Cos'è successo?

Cosa ha fatto l'utente?

Come possono gli altri utenti imparare a dire:

**Non** voglio essere toccato.

Stop.

**Non** mi devi dire queste cose!

Le Sue utenti o i Suoi utenti **non** possono parlare?

Allora rifletta:

come si possono difendere queste utenti e questi utenti?



## 6 ANCHE LE ALTRE PERSONE DEVONO SAPERE: SIAMO ADULTI.

Adulti significa:

le persone hanno almeno 18 anni.

Gli adulti **non** sono più bambini.

E i diritti degli adulti sono diversi dai diritti dei bambini.

Gli adulti possono fare più cose da soli.

E gli adulti devono imparare a difendersi da soli.



### COME DIVENTANO ADULTE LE PERSONE?

I bambini vivono nella loro famiglia.

I bambini piccoli hanno bisogno tutto il tempo dei loro genitori:

i bambini appena nati per esempio **non** possono fare **niente** da soli.

Poi i bambini crescono.

E vanno all'asilo e a scuola.

E giocano con altri bambini.

E spesso i bambini hanno amiche e amici.

Tra i 10 e gli 11 anni il corpo dei bambini cambia.

I bambini diventano ragazzi.

E anche i sentimenti dei ragazzi e delle ragazze cambiano.

Spesso i ragazzi e le ragazze sono insoddisfatti o tristi.

Le ragazze e i ragazzi pensano spesso:

- Cosa voglio fare nella mia vita?
- Che lavoro voglio fare?
- Come trovo una ragazza o un ragazzo?

Le ragazze e i ragazzi fanno sempre meno cose insieme ai loro genitori.



E le ragazze e i ragazzi passano tanto tempo con le loro amiche e i loro amici.

Magari le ragazze o i ragazzi si innamorano.

E magari i ragazzi o le ragazze vivono le loro prime esperienze sessuali.

Esperienze sessuali sono per esempio:

- Baciarsi.
- Tenersi la mano.
- Abbracciarsi.
- O accarezzarsi.



Magari la ragazza o il ragazzo ha la sua prima ragazza o il suo primo ragazzo.

Magari la ragazza o il ragazzo fa sesso per la prima volta.

Poi le ragazze e i ragazzi diventano adulti.

Giovani adulti pensano spesso:

- Per me cos'è importante come donna?  
O per me cos'è importante come uomo?
- Cosa significa per me essere donna?  
O cosa significa per me essere uomo?
- Come posso trovare un ragazzo o una ragazza?
- E cos'è importante per me quando ho una compagna o un compagno



## IMPORTANTE PER I GENITORI!

Sua figlia diventa adulta.

O Suo figlio diventa adulto.

Questa è una situazione nuova anche per Lei.

Sua figlia o Suo figlio ha una disabilità.

E Lei vuole dare sempre sostegno a Sua figlia o Suo figlio.

Ma è anche importante capire:

adesso Sua figlia è una giovane donna.

O Suo figlio è un giovane uomo.



Forse **non** Le piace tutto di questa nuova situazione.

Per esempio: come si veste Sua figlia o Suo figlio.

O **non** le piace la ragazza o il ragazzo di Sua figlia o di Suo figlio.

Cerchi di capire Sua figlia o Suo figlio:

- Cosa sogna mio figlio?
- Cosa desidera mia figlia?

Cerchi di ricordarsi:

com'è stato per Lei diventare adulto?

## IMPORTANTE PER GLI ESPERTI!

Le Sue utenti e i Suoi utenti diventano adulti.

Rifletta insieme alle Sue colleghe e ai Suoi colleghi:

- Cosa possono imparare da noi le nostre utenti e i nostri utenti?
- Cosa significa per noi essere donne o essere uomini?
- Come parliamo di donne e di uomini?

Faccia attenzione:

come parliamo con le nostre utenti e i nostri utenti?

Diciamo "Signora" e "Signore" ai nostri utenti?

Le utenti e gli utenti **non** sono più bambini o ragazzi.

Le utenti e gli utenti sono persone adulte.



## 7 GLI ESPERTI HANNO BISOGNO DI UNA BUONA FORMAZIONE. COSÌ GLI ESPERTI POSSONO DARE SOSTEGNO NEL MODO MIGLIORE ALLE PERSONE CON DIFFICOLTÀ DI APPRENDIMENTO.



Nella loro formazione gli esperti devono imparare:

- Come devo parlare di sessualità?
- Quali parole devo usare?
- Come posso dare sostegno alle utenti e agli utenti nel modo migliore?

Per gli esperti è anche importante:

- Anche io sono una donna o un uomo.
- Devo riflettere:
  - Cosa mi va di raccontare di me?
  - E cosa **non** voglio raccontare?
- Come posso dire:
  - **Non** voglio rispondere a questa domanda.
- E fino a che punto posso dare sostegno agli utenti?

Gli esperti devono sapere molte cose.

Infatti tutte le persone sono diverse:

a alcune persone piacciono le persone dello stesso sesso.

E a altre persone piacciono le persone dell'altro sesso.

E alcune persone **non** sono uomini e **non** sono donne.

O alcune persone **non** si sentono uomini e **non** si sentono donne.

E gli esperti devono sapere: ci sono queste leggi in tema di sessualità.

In queste leggi c'è scritto per esempio:

a che età possono fare sesso le persone?

E le persone che fanno sesso devono essere consenzienti.

Essere consenzienti significa:

essere d'accordo di fare sesso.

## 8 IN UNA STRUTTURA GLI ESPERTI DEVONO SAPERE: QUESTE COSE SONO IMPORTANTI PER LA NOSTRA SESSUALITÀ.



Nelle strutture tutti devono sapere:

le utenti e gli utenti devono poter vivere bene la loro sessualità.

E gli esperti devono accompagnare le persone nel modo migliore.

Le utenti e gli utenti devono sapere:

- Posso parlare di sessualità con gli esperti.
- Gli esperti mi ascoltano.
- E gli esperti mi danno sostegno.

Per esempio un'utente è triste?

Allora gli esperti possono cercare una soluzione ai problemi insieme all'utente.



Questo è il riassunto del testo in lingua difficile  
"Documento di posizione sessualità e disabilità".

Vuoi leggere il testo in lingua difficile?

Puoi scaricare il testo su questo sito internet:

<https://www.lebenshilfe.it/170d334.html>

Il testo in lingua difficile è molto preciso.

E solo il testo in lingua difficile ha valore legale.

Questo significa:

per la legge è valido solo il testo in lingua difficile.

Il testo in lingua facile serve per informarti.

Molte persone hanno collaborato per scrivere il testo in lingua difficile.

Queste persone dicono:

Per noi la sessualità è molto importante.

Le persone con disabilità devono poter vivere bene la loro sessualità.

Per questo abbiamo scritto questo testo.

E per questo firmiamo questo testo.

Con la nostra firma diciamo:

Noi siamo d'accordo con il testo.

Vuoi firmare anche tu?

Allora scrivi una mail a questo indirizzo:

[info@lebenshilfe.it](mailto:info@lebenshilfe.it)

Lei è un genitore o un esperto?

E vuole firmare il testo?

Allora Lei può scrivere una mail a questo indirizzo:

[info@lebenshilfe.it](mailto:info@lebenshilfe.it)



## DIZIONARIO.



## BISOGNI

Tutte le persone hanno dei bisogni.

Bisogni sono per esempio:

- Mangiare.
- Bere.
- Dormire.
- Essere abbracciati.
- Avere una compagna o un compagno.



## CONVENZIONE ONU SUI DIRITTI DELLE PERSONE CON DISABILITÀ

Convenzione significa: contratto.

ONU è la sigla per: Organizzazione delle Nazioni Unite.

Le Nazioni Unite sono: 193 Paesi del mondo.

Quasi tutti questi paesi hanno fatto insieme un contratto importante:

la Convenzione delle Nazioni Unite sui diritti delle persone con disabilità.

Un'altra parola per questo contratto è: Convenzione ONU.

La Convenzione ONU dice:

Questi sono i diritti delle persone con disabilità.

E le persone con disabilità hanno gli stessi diritti delle persone senza disabilità.

Ogni persona deve avere le stesse opportunità.

Anche l'Italia ha firmato questo contratto.

Per questo l'Italia deve rispettare le regole della Convenzione ONU.



## DESIDERI

Le persone hanno desideri diversi.

I desideri possono essere piccoli o grandi.

Per esempio:

- Desidero un gelato con le fragole.
- Voglio avere un bambino.

## ESPERTI

Gli esperti conoscono molto bene un tema.

Alcuni esperti sanno molte cose sulle persone con disabilità.

Questi esperti possono dare sostegno alle persone con disabilità.

Per esempio:

- Al lavoro.
- Per abitare da sole o con altre persone.
- Per risolvere problemi personali.



## GRAVIDANZA NON DESIDERATA

Una donna **non** vuole avere un bambino.

E questa donna rimane incinta lo stesso.

Incinta significa: questa donna aspetta un bambino.

Allora questa donna può essere molto triste.

## LEGGE PROVINCIALE NUMERO 7 DELL'ANNO 2015

Nel 2015 la Provincia di Bolzano ha fatto una nuova legge per le persone con disabilità.

Una legge provinciale vale solo in Alto Adige.

Il Consiglio provinciale fa le leggi provinciali.

Nella legge provinciale numero 7 dell'anno 2015 c'è scritto:

le persone con disabilità devono poter essere presenti dappertutto.

E le persone con disabilità devono poter partecipare dappertutto.



Landes-Gesetz vom 14. Juli 2015, Nr. 7

Menschen mit Behinderungen  
sollen überall dabei sein und mitmachen



ALTOADIGE PROVINZ SÜDTIROL - SÜDTIROL  
AUTONOME PROVINZ BOZENO - SÜDTIROL  
PROVINCIA AUTONOMA SÜDTIROL - ALTOADIGE  
Autonome Provinz Bozen - Südtirol  
Provincia di Bolzano

## MALATTIE SESSUALMENTE TRASMISSIBILI

Le persone che fanno sesso possono prendere delle malattie.

O le persone che fanno sesso possono contagiare altre persone con delle malattie.

Ci sono malattie che passano da una persona all'altra durante il sesso.

## MOLESTO

Una persona tocca un'altra persona senza chiedere.

E questa persona **non** vuole essere toccata.

O una persona parla male del corpo di un'altra persona.

E così fa stare male questa persona.

## ORGANIZZAZIONE MONDIALE DELLA SANITÀ

Questa organizzazione si occupa della salute delle persone di tutto il mondo.

La sigla dell'Organizzazione mondiale della sanità è: OMS.

L'OMS si occupa della salute di tutte le persone del mondo.

Per esempio:

- C'è una nuova malattia in qualche Paese?
- In un Paese tante persone sono malate?

Allora l'OMS aiuta questo Paese.

L'OMS vuole dare a tutti:

- Vaccini contro malattie pericolose.
- E informazioni sulla salute.



## SERVIZIO DI CONSULENZA

Degli esperti lavorano per un servizio di consulenza.  
Questi esperti aiutano le persone che hanno domande o problemi.  
Gli esperti **non** raccontano a **nessun** altro quello che dice la persona.



## SESSO

Le persone fanno sesso con i loro corpi.  
E le persone che fanno sesso provano piacere.  
Le persone si accarezzano e si baciano.  
Il pene degli uomini diventa duro.  
La vagina delle donne diventa bagnata.  
Una donna e un uomo fanno sesso?  
Allora il pene dell'uomo entra nella vagina della donna.  
La donna e l'uomo si muovono insieme.  
E per tutti e 2 è bello.  
Anche degli uomini possono fare sesso insieme.  
E anche delle donne possono fare sesso insieme.



## STRUTTURA

Ci sono tante strutture per le persone con disabilità.

Per esempio:

- Laboratori.
- Comunità abitative.
- O residenze.

In una struttura le persone possono:

- Ricevere sostegno.
- Vivere insieme.
- O lavorare insieme.



## UTENTI

Utenti sono persone che usano un servizio.

Per esempio:

Una persona lavora in un laboratorio?

E riceve sostegno nel laboratorio?

Allora questa persona è un utente di un laboratorio.

Una persona vive in una comunità abitativa?

E riceve sostegno nella comunità abitativa?

Allora questa persona è un utente della comunità abitativa.



## VIOLENZA SESSUALE

Tu **non** vuoi che qualcuno tocchi alcune parti del tuo corpo.

E questa persona ti tocca lo stesso.

O tu **non** vuoi fare sesso con una persona.

E questa persona lo fa lo stesso.

Violenza sessuale può essere per esempio quando:

- Qualcuno tocca il tuo seno.  
E tu **non** vuoi.
- O qualcuno tocca il tuo sedere.  
E tu **non** vuoi.



## CHI HA TRADOTTO QUESTO TESTO IN LINGUA FACILE?

Le collaboratrici e i collaboratori di OKAY hanno tradotto il testo in lingua facile.

OKAY è l'ufficio per la lingua facile della Lebenshilfe di Bolzano.

Sul sito internet della Lebenshilfe

ci sono molte informazioni sulla lingua facile: [www.lebenshilfe.it/linguafacile](http://www.lebenshilfe.it/linguafacile)

## CHI HA CONTROLLATO IL TESTO IN LINGUA FACILE?

Il gruppo delle lettrici e dei lettori di prova di OKAY ha controllato il testo.

## VON WEM SIND DIE BILDER?

Le immagini sono di:

Inga Kramer, [www.ingakramer.de](http://www.ingakramer.de)

L'immagine della Convenzione ONU a pagina 8 e a pagina 28 è di:

© Associazione "Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung Bremen e.V.",  
illustratore Stefan Albers, Atelier Fleetinsel, 2013

L'immagine dell'OMS a pagina 7 e a pagina 30 è di:

[pixabay](http://pixabay.com), [www.pixabay.com](http://www.pixabay.com)



© Logo europeo facile da leggere: Inclusion Europe.

Maggiori informazioni sul sito internet:

[www.inclusion-europe.eu/easy-to-read/](http://www.inclusion-europe.eu/easy-to-read/)



People First Alto Adige è finanziato da:

AUTONOME PROVINZ BOZEN - SÜDTIROL  
Abteilung 24 - Soziales



PROVINCIA AUTONOMA DI BOLZANO - ALTO ADIGE  
Ripartizione 24 - Politiche sociali



## **Gruppo di auto-rappresentanza People First Alto Adige**

Il nostro numero di telefono: 0471 06 25 27

Il nostro indirizzo e-mail: [peoplefirst@lebenshilfe.it](mailto:peoplefirst@lebenshilfe.it)

Il nostro sito internet: [www.peoplefirst.bz.it](http://www.peoplefirst.bz.it)



Lebenshilfe ONLUS  
Via Galileo Galilei 4c  
39100 Bolzano