

# La Gazzetta **indifesa**

## Notizie, sfide e speranze dal mondo



### Protagoniste del cambiamento

GIORDANIA



Il progetto **“Her Voice, Our Future”**, sostenuto dal Ministero degli Affari Esteri e della Cooperazione Internazionale e attivo a Zarqa, in Giordania, è **molto più di un intervento**: è una possibilità concreta di **ricominciare**.

In un contesto in cui tante donne vivono **violenza e traumi nel silenzio** e nell'isolamento, questo progetto **offre** qualcosa di semplice ma fondamentale: uno **spazio sicuro**. Un luogo dove **sentirsi** finalmente **ascoltate, credute e rispettate**.

Qui, attraverso percorsi di **supporto psicologico individuali e di gruppo**, le donne iniziano un cammino delicato, ma potente. Imparano a riconoscere il proprio dolore, a capire che emozioni come la paura o la rabbia non sono debo-

lezze, ma reazioni umane a esperienze ingiuste. E, passo dopo passo, iniziano a **liberarsi dal senso di colpa** che spesso le accompagna.

Ogni incontro è un piccolo ma importante passo: verso la **fiducia in sé stesse**, verso la consapevolezza dei **propri diritti**, verso una nuova possibilità di vita.

Grazie al supporto delle facilitatrici, alle tecniche per gestire le emozioni e alla forza del gruppo, queste donne stanno affrontando paure profonde e compiendo passi concreti verso l'autonomia.

Questo progetto non si limita ad alleviare la sofferenza. **Aiuta le donne a ritrovare dignità, sicurezza e fiducia**. Restituisce loro qualcosa di essenziale: la possibilità di riprendere in mano la propria vita.

### La storia

MAURITANIA

*“Sono finita in carcere perché sono rimasta incinta. Pensavo che la mia vita fosse finita, che non ci sarebbe stato più futuro per me. Ci sono rimasta un anno e tre mesi. Lì non c'è niente da fare: non dormi, ti annoi e pensi.”*



In Mauritania, le relazioni e le **gravidezze fuori dal matrimonio** sono considerate un **reato**, chiamato **“zina”**. Questo significa che **una donna può essere arrestata semplicemente perché incinta senza essere sposata**. Per molte ragazze, questo si traduce in **carcere, stigma sociale e nella perdita di ogni prospettiva** per il futuro.

Senza un sostegno concreto, una volta uscite dal carcere queste donne rischiano di non avere nulla e spesso vengono escluse, senza reali alternative per ricominciare.

**Mariam ha 25 anni** e questa esperienza l'ha segnata profondamente. Del carcere non pronuncia mai il nome, lo chiama solo **“laggiù”**. E fuori da quelle mura, il giudizio continua: c'è un detto che pesa come una condanna, **“una ragazza è come una pagina bianca, e quando si macchia è difficile cancellare.”**

Ma grazie a Terre des Hommes, **durante la detenzione** Mariam ha partecipato a un **corso per imparare a produrre sapone artigianale**. Può sembrare un piccolo passo, ma per lei è stato il primo spiraglio su cui costruire.

Lei, infatti, insieme ad altre 71 donne detenute è stata coinvolta in **percorsi di reinserimento** che, oltre alla **formazione** professionale, prevedono anche **assistenza legale**, supporto psicosociale, **alfabetizzazione**.

Oggi Mariam è fuori dal carcere, frequenta una scuola professionale, **studia contabilità**, sogna di avere un computer per studiare meglio e continuare a costruire la sua indipendenza.

Il passato resta doloroso ma oggi, per la prima volta, Mariam può **riscrivere la sua storia**.

### L'editoriale

Quest'anno celebriamo un traguardo importante: **15 anni** dal lancio della campagna **Indifesa**.

In questi anni abbiamo incontrato migliaia di bambine, ragazze e donne in Italia e nel mondo. Abbiamo ascoltato le loro storie e i loro bisogni, ma anche il loro desiderio di essere **riconosciute, rispettate, libere** di crescere senza paura.

Le pagine di questa Gazzetta raccontano proprio questo: la complessità delle sfide che affrontiamo ogni giorno e, allo stesso tempo, la **concretezza delle risposte** che insieme riusciamo a costruire.

Dalla **Giordania**, dove le donne trovano finalmente uno spazio sicuro per ricominciare, alla **Mauritania**, dove storie come quella di Mariam dimostrano che anche dopo esperienze durissime è possibile immaginare un futuro diverso. Fino all'**Italia**, dove lavoriamo ogni giorno con i più giovani per prevenire violenze, dipendenze e discriminazioni, anche quelle che nascono online.

Il mondo cambia e cambiano anche le forme della violenza. Oggi passano sempre più spesso attraverso i **social, il linguaggio e gli stereotipi**. Per questo **Indifesa** continua a evolversi, mettendo al centro l'**educazione, l'ascolto e la partecipazione attiva** dei ragazzi e delle ragazze.

In questi 15 anni abbiamo costruito una rete, una comunità che crede che ogni minore abbia diritto a crescere in **sicurezza** e con le stesse **opportunità**.

Se tutto questo è possibile, è anche grazie a te.

Grazie di cuore e un caro saluto,



*Anna Agus*  
Anna Agus  
Responsabile Ufficio Sostenitori

### Puoi donare:

- con il **bollettino allegato**
- tramite **bonifico IBAN**  
IT37E0103001633000063232384  
Causale: Indifesa\_G26
- **online** su [www.terredeshommes.it](http://www.terredeshommes.it) scegliendo **“Indifesa”** come destinazione

Grazie!





### Prevenzione in contesti a rischio

Oggi circa il 66% della popolazione ecuadoriana vive in aree a "vulnerabilità critica" rispetto alle droghe. Significa vivere ogni giorno esposti a un rischio concreto.

Negli ultimi anni l'Ecuador è diventato un punto di passaggio strategico per la cocaina diretta verso Europa e Stati Uniti.

In alcuni contesti, fino all'80% degli omicidi è legato al narcotraffico. Allo stesso tempo cresce il policonsumo, cioè l'uso combinato di più sostanze, sempre più diffuse e spesso

sintetiche. Una pratica che viene normalizzata come "ricreativa", ma che ha conseguenze molto gravi sulla salute.

Questa realtà colpisce soprattutto le persone più fragili. Nei contesti vulnerabili, il numero di donne incarcerate per reati legati alla droga è aumentato drasticamente (+290% dal 2002): spesso si tratta di madri sole, con poche alternative economiche.

A Sigchos, nella provincia di Cotopaxi, lavoriamo accanto a famiglie in condizioni molto precarie.

Tanti bambini e adolescenti crescono e studiano da soli, senza una presenza adulta costante. Per aiutarli a riconoscere e affrontare i rischi legati alle droghe, abbiamo organizzato incontri nelle scuole.

Insieme alla Polizia Nazionale, abbiamo parlato con loro in modo diretto e concreto: attraverso immagini, video e testimonianze abbiamo mostrato i danni delle sostanze e spiegato cosa comporta un arresto. L'obiettivo è uno solo: dare loro strumenti per scegliere e proteggersi.

### Riflessioni

"Come mostrano i dati del nostro Osservatorio, i ragazzi e le ragazze ci chiedono sempre più di parlare a scuola di educazione sessuo-affettiva, dove l'accento va messo soprattutto sulle questioni legate all'affettività. Nell'attesa che i nostri programmi scolastici accolgano pienamente le richieste dei giovani, possiamo però provare a muoverci anche per altre vie. La cultura, infatti, non "si fa" solo nelle aule scolastiche, ma ovunque, per questo Terre des Hommes ha agito in maniera diffusa, dalle serie TV ai libri, dai podcast allo sport.

Abbiamo patrocinato la versione italiana di "Api e fiori" e "Sex Symbols", due serie animate spagnole (la prima per bambini e bambine dagli 8 anni in su, la seconda



dai 10 anni) che grazie a TIMVISION possiamo vedere anche da noi.

Abbiamo contribuito al manuale illustrato "Love, body & respect" per parlare più specificamente di salute, sessualità e social nell'adolescenza.

Abbiamo poi lasciato il microfono agli studenti di 27 classi delle scuole secondarie di primo grado che hanno partecipato al nostro progetto Respiro affinché ci raccontassero

come gli stereotipi di genere influenzano la loro vita. Il risultato? "REC: riconoscere, educare, cambiare", un podcast tutto da ascoltare\*.

Anche attraverso lo sport si può riflettere su corpi e consenso, per questo abbiamo organizzato dei laboratori con le giovani atlete della Vulcano Etna Rugby e con alcune scuole di Catania. Non solo: sulla piattaforma di Sport4Rights, il nostro progetto per allenatori e educatori, abbiamo inserito dei corsi proprio su questi temi. Perché l'educazione sessuo-affettiva non serve solo alle nuove generazioni, in fondo".

Flavia Brevi, Responsabile Campagne di Comunicazione ed Eventi Terre des Hommes Italia



### Approfondimento

#### Manosfera: quando l'odio online diventa una minaccia per l'uguaglianza di genere

Negli ultimi anni si è diffuso sempre di più un fenomeno online tanto invisibile quanto influente: la manosfera, un insieme di comunità digitali che condividono contenuti misogini e ostili alla parità di genere.

Frequentati soprattutto da giovani e adolescenti, questi spazi normalizzano:

- linguaggio d'odio verso le donne
- stereotipi sessisti mascherati da ironia
- modelli tossici di mascolinità
- l'idea che gli uomini siano vittime delle politiche di uguaglianza

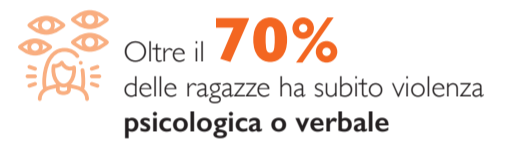
Tra i gruppi più estremi ci sono gli Incel (involuntary celibate), comunità in cui frustrazione e isolamento si trasformano in una visione distorta delle relazioni.

Qui le persone vengono ridotte a numeri secondo la "legge LSM" (Look, Status, Money), alimentando rabbia e comportamenti che possono sfociare in molestie e stalking online o violenza. Molti giovani coinvolti vivono condizioni di fragilità emotiva e isolamento sociale, che li rendono più vulnerabili a queste narrazioni.



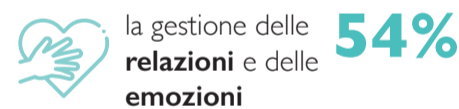
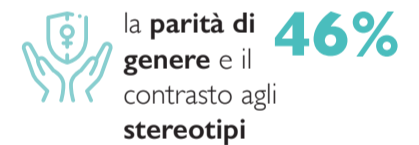
### In cifre

I dati dell'Osservatorio Indifesa di Terre des Hommes mostrano quanto questi fenomeni siano concreti:



Dal 2014, l'Osservatorio ha coinvolto decine di migliaia di giovani in tutta Italia, diventando un punto di riferimento per comprendere violenza di genere, stereotipi e rischi online.

Dal nostro Osservatorio emerge che i giovani vorrebbero approfondire temi come:



Per saperne di più, puoi scaricare l'ultimo Osservatorio qui



### Consigli per approfondire

**Louis Theroux: dentro la manosfera (2026)**  
Documentario su Netflix

**Diciannove donne** di Samar Yazbek  
Racconta storie di donne durante la guerra in Siria

**Love, body & respect. Tutto quello che c'è da sapere su corpo, sessualità e relazioni** di Riviello, Cecon, Catalano

Cosa succede al tuo corpo, e non solo, quando cominciano tutti quei cambiamenti che ti fanno nascere mille domande diverse? Un viaggio incredibile, fatto di scoperte ed emozioni, che ognuno vive con i suoi tempi! Età di lettura: da 12 anni.

Puoi trovarlo su [superegali.it](http://superegali.it) e con la tua donazione contribuirai ai progetti a favore di bambini e bambine nel mondo!

\*Ascolta "REC: Riconoscere, educare, cambiare" gratuitamente sulle principali piattaforme di podcasting

Hai anche tu un libro, un film, un discorso che ti ha particolarmente colpito? Scrivici a [sostenitori@tdhitaly.org](mailto:sostenitori@tdhitaly.org) Lo potremmo inserire nella prossima Gazzetta!

