



# Benvenuti nel Cantone di Turgovia!

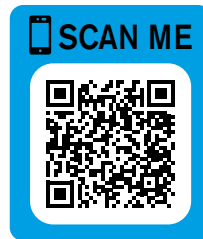
Informazioni per i nuovi arrivati

## Impressum

Edizione 2021

Questo opuscolo è disponibile in

- ▶ albanese
- ▶ arabo
- ▶ dari / farsi
- ▶ tedesco
- ▶ inglese
- ▶ **italiano**
- ▶ kurmanji
- ▶ polacco
- ▶ portoghese
- ▶ rumeno
- ▶ serbocroato
- ▶ slovacco
- ▶ spagnolo
- ▶ tigrino
- ▶ ungherese



ed è scaricabile da Internet all'indirizzo  
[www.migrationsamt.tg.ch/integration](http://www.migrationsamt.tg.ch/integration)



## Benvenuti!

Siamo lieti che abbiate deciso di vivere nel Cantone di Turgovia.

Vi state stabilendo in un Cantone dinamico e aperto verso l'esterno, ma allo stesso tempo legato alle sue istituzioni e tradizioni.

Il suo paesaggio naturale incontaminato, la sua posizione privilegiata sul lago di Costanza, la sua economia attiva in diversi settori e i suoi stretti legami con i Cantoni limitrofi di Sciaffusa, Zurigo e San Gallo, nonché con i Paesi confinanti di Germania e Austria, rendono la Turgovia un luogo molto interessante per vivere e lavorare. Ci auguriamo che voi e la vostra famiglia vi sentiate presto a casa nel nostro bel Cantone. Qui la vita sociale e il panorama delle associazioni offrono svariate opportunità, alle quali vi invitiamo cordialmente a partecipare.

Siamo lieti che vi sia una buona intesa tra i vari gruppi sociali. La Turgovia è un Cantone tranquillo, dove persone di diverse generazioni, background culturali e credenze si relazionano in modo amiche-

vole. Ciò non è mai scontato, ma richiede sforzi di adattamento da parte di ogni individuo. Tutti sono chiamati a vivere all'insegna della tolleranza e del rispetto verso il prossimo, valori fondamentali del nostro Paese e della nostra società.

In questo opuscolo trovate molte informazioni utili sulla vita e sulle offerte del nostro Cantone. Imparate la lingua locale! È la chiave per la vostra indipendenza e autonomia. Vi incoraggiamo anche a trascorrere del tempo insieme agli abitanti della Turgovia. Le loro esperienze vi aiuteranno a comprendere meglio il nuovo ambiente, a integrarvi e a sentirvi a casa.

Vi diamo un caloroso benvenuto e vi auguriamo molte scoperte e incontri emozionanti.

Cornelia Komposch

Consigliera di stato  
Dipartimento di giustizia e sicurezza

<b>Convivenza in Turgovia</b> .....	<b>6</b>	Trasporti pubblici Biciclette e pedoni
Cantoni, distretti, Comuni		
Linguaggio		
Integrazione		
Popolazione straniera		
Politica di integrazione		
Informazioni sul posto		
<b>Trasferimento nel Cantone</b> .....	<b>8</b>	
Lista di controllo dopo l'ingresso		
<b>Diritti e doveri</b> .....	<b>10</b>	
Valori fondamentali		
Sovranità		
Diritti e doveri		
Limitazione dei diritti		
Requisiti linguistici		
<b>Comunicazione</b> .....	<b>12</b>	
Imparare il tedesco		
Imparare lo svizzero tedesco		
Interpretariato interculturale		
Biblioteca interculturale		
<b>Abitare</b> .....	<b>14</b>	
Trovare un'abitazione		
Assicurazione mobilia domestica e responsabilità civile		
Canoni di ricezione radiotelevisiva		
Vivere in una casa in affitto		
<b>Trasporti</b> .....	<b>16</b>	
Automobili		
Importazione di veicoli privati		
Sostituzione della licenza di condurre		
<b>Lavoro</b> .....	<b>18</b>	
Trovare un impiego		
Salario		
Protezione dal licenziamento		
Imposte		
Tensioni sul posto di lavoro		
Non discriminazione		
Lavoro nero		
<b>Previdenza / assicurazioni sociali</b> .....	<b>21</b>	
Assicurazione contro la disoccupazione		
Assistenza sociale		
Contributi obbligatori		
Previdenza: 1° pilastro		
Previdenza: 2° pilastro		
Previdenza: 3° pilastro		
<b>Salute</b> .....	<b>24</b>	
Assicurazione malattie e infortuni		
Medici		
Promozione della salute e prevenzione		
Emergenze mediche		
Cure odontoiatriche		
Anziani e persone con disabilità		
<b>Matrimonio e famiglia</b> .....	<b>28</b>	
Matrimonio e ricongiungimento familiare		
Unioni domestiche registrate		
Matrimonio forzato		
Pianificazione familiare e informazione sessuale		
Gravidanza e parto		

Congedo e indennità di maternità  
 Assegni familiari  
 Diritti dei bambini e dei giovani  
 Problemi di coppia e di famiglia  
 Violenza domestica

**Educazione / scuola dell'obbligo.....33**

Scuola dell'obbligo  
 Opuscolo: «Opportunità formative nel Cantone di Turgovia»  
 Responsabilità dei genitori Custodia di bambini complementare alla famiglia e parascolastica  
 Bambini di origine straniera  
 Scuola dell'infanzia (dal 4° anno di età)  
 Scuola primaria (dai 6 anni)  
 Scuola secondaria I (dai 12 anni)

**Scelta professionale / formazione transitoria.....36**

Orientamento professionale e universitario  
 Sostegno alla candidatura BIZplus  
 Formazione transitoria  
 Corsi di integrazione  
 Offerta formativa a bassa soglia

**Formazione professionale / proseguimento degli studi.....38**

Formazione professionale di base (dai 15 anni)  
 Maturità professionale  
 Scuole medie superiori (dai 15 anni)  
 Scuola di maturità per adulti della Turgovia- Sciaffusa

**Formazione professionale superiore / scuole universitarie / formazione continua.....40**

Formazione professionale superiore  
 Scuole universitarie  
 Borse di studio e di formazione  
 Riconoscimento di diplomi stranieri e prestazioni di studio  
 Formazione continua per adulti

**Protezione dell'ambiente .....42**

Tutela del paesaggio  
 Rispetto dello spazio pubblico  
 Raccolta dei rifiuti  
 Riciclaggio dei rifiuti  
 Rifiuti non riciclabili

**Vita sociale e associazioni.....44**

Cultura  
 Sport  
 Escursionismo, ciclismo, pattinaggio  
 Associazioni  
 Impegno a favore della comunità  
 Religione

**Partecipazione alla vita politica.....48**

Democrazia diretta  
 Organi politici  
 Tre livelli politici  
 Diritti politici degli stranieri  
 Altre forme di partecipazione politica  
 Naturalizzazione

**Indirizzi utili .....51**

## Cantoni, distretti, Comuni

La Turgovia è uno dei 26 Cantoni della Confederazione Svizzera. Ha una popolazione di circa 282'000 abitanti (stato al 2020), distribuiti su cinque distretti e 80 Comuni. La sua capitale è Frauenfeld, che conta 25'800 abitanti (stato al 2020).

## Linguaggio

In Svizzera si parlano quattro lingue nazionali: tedesco, francese, italiano e romancio. Il Cantone di Turgovia appartiene alla Svizzera tedesca. Qui si utilizza il tedesco standard come lingua ufficiale e scritta, mentre nella vita di tutti i giorni si parla lo svizzero tedesco. Nella Svizzera tedesca esistono molti dialetti svizzero-tedeschi differenti, che utilizzano talvolta un vocabolario diverso.

## Integrazione

L'integrazione è un processo comunitario basato sui diritti e i doveri della Costituzione federale. L'obiettivo è la partecipazione alla vita economica e sociale per tutti i gruppi di popolazione. La promozione dell'integrazione è ispirata al principio «promuovere e pretendere» e, in particolare, sostiene l'acquisizione della competenza linguistica, l'avanzamento professionale e la partecipazione sociale.

- 
- ▶ [www.tg.ch](http://www.tg.ch)
  - ▶ [www.thurgaubodensee.ch](http://www.thurgaubodensee.ch)



## Popolazione straniera

La percentuale di persone di nazionalità straniera nel Cantone di Turgovia è del 25,2 %. La popolazione straniera proviene da 140 Paesi di origine, la maggior parte dall'Europa (94 %), il 72 % dall'UE (stato a fine 2020).

## Politica di integrazione

Per promuovere la convivenza, le autorità della Turgovia perseguono una politica di integrazione attiva. Un gran numero di Comuni della Turgovia è affiliato a Centri di competenza regionali per l'integrazione. Questi forniscono ai migranti consigli relativi all'acquisizione della competenza linguistica e all'integrazione professionale e sociale nonché consulenza in merito alla discriminazione.

## Informazioni sul posto

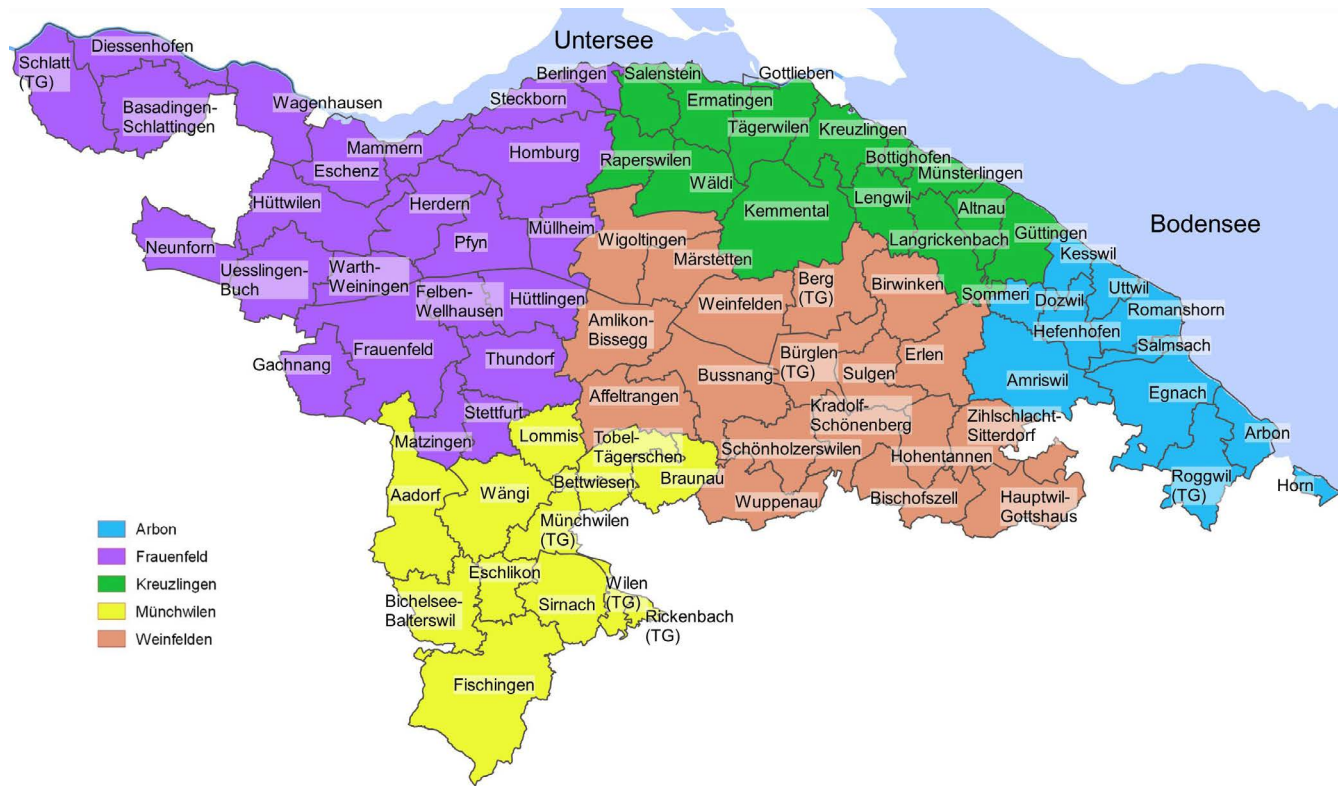
- ▶ [3] Centro di competenza per l'integrazione del distretto di Frauenfeld
- ▶ [4] Centro di competenza per l'integrazione del distretto di Kreuzlingen
- ▶ [5] Centro di competenza per l'integrazione del distretto di Weinfelden
- ▶ [6] Centro di competenza per l'integrazione dell'Alta Turgovia
- ▶ [7] Servizio specializzato per l'integrazione di Romanshorn
- ▶ [8] Servizio specializzato per l'integrazione di Amriswil
- ▶ [9] Servizio specializzato per l'integrazione di Arbon

- 
- ▶ [www.migraweb.ch](http://www.migraweb.ch)
  - ▶ [www.ch.ch](http://www.ch.ch)





**Le persone che durante la propria permanenza in Svizzera lavorano o desiderano trattener-  
si in Svizzera per più di tre mesi necessitano di un permesso di dimora. Potete richiederlo  
presso gli Uffici controllo abitanti del vostro luogo di residenza.**





## Lista di controllo dopo l'ingresso

### Subito dopo l'ingresso

- ❑ Registrarsi presso l'Ufficio controllo abitanti del proprio luogo di residenza (entro 14 giorni)
- ❑ Sdoganare le masserizie di trasloco
- ❑ Iscrivere i figli alla scuola dell'obbligo
- ❑ Stipulare un'assicurazione malattie e infortuni
- ❑ Aprire un conto bancario o postale
- ❑ Iscrivere a un corso di tedesco

### Entro i primi mesi

- ❑ Inviare la ricevuta dell'assicurazione malattie all'Ufficio controllo abitanti
- ❑ Chiarire il diritto agli assegni per i figli che vivono all'estero
- ❑ Registrare telefono fisso, cellulare, TV e collegamento a Internet

### Entro un anno

- ❑ Sostituire la licenza di condurre
- ❑ Stipulare un'assicurazione auto
- ❑ Far esaminare il proprio veicolo
- ❑ Sostituire la targa dell'auto

### Azioni consigliate

- ❑ Stipulare un'assicurazione mobilia domestica
- ❑ Stipulare un'assicurazione responsabilità civile privata
- ❑ Stipulare un'assicurazione di protezione giuridica
- ❑ Chiarire il diritto alla riduzione dei premi
- ❑ Ottenere dal Comune informazioni su attività associative, sportive e culturali

## Valori fondamentali

Uno dei principali obiettivi del Cantone è la promozione del bene comune e dello sviluppo individuale. Viene garantito, in particolare, il rispetto delle leggi vigenti, dei valori fondamentali della Costituzione federale, della sicurezza e dell'ordine pubblico. Il Cantone può intervenire solo se autorizzato dalla Costituzione o dalla legge ed è organizzato secondo il principio della separazione dei poteri.

## Sovranità

Il popolo detiene la sovranità. Esercita il suo potere sia direttamente, votando la Costituzione e le leggi, sia indirettamente, attraverso le autorità che elegge. L'elettorato elegge le autorità comunali, il governo cantonale (Consiglio di Stato), il Parlamento cantonale (Gran Consiglio) e i rappresentanti della Turgovia alle Camere federali.

## Diritti e doveri

Ogni persona che vive nel Cantone deve adempiere ai suoi obblighi costituzionali e legali: pagare le tasse, iscrivere i figli a scuola ecc. Allo stesso tempo, si applicano a tutti i residenti i diritti democratici fondamentali, come il diritto all'integrità fisica, all'uguaglianza tra donne e uomini, alla non discriminazione, al matrimonio e alla libertà di espressione e di credo.

---

### Costituzione del Cantone di Turgovia e altre leggi cantionali:

► [www.rechtsbuch.tg.ch](http://www.rechtsbuch.tg.ch)

### Leggi federali:

► [www.fedlex.admin.ch](http://www.fedlex.admin.ch)



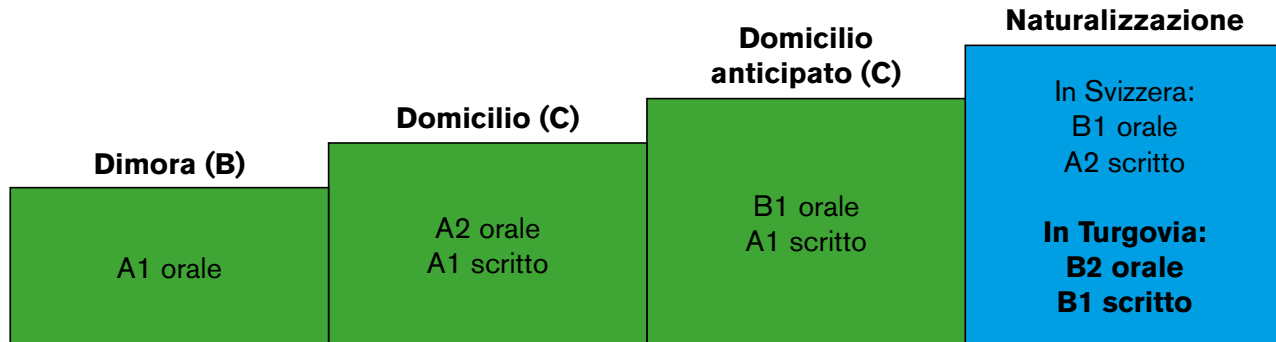
## Limitazione dei diritti

I diritti fondamentali non sono assoluti. Il Cantone può limitarli per garantire la sicurezza, l'ordine pubblico e la salvaguardia del bene comune. Le libertà dei singoli individui finiscono laddove iniziano le libertà degli altri. Ad esempio, nessuno può invocare la libertà di credo per non rispettare le leggi scolastiche; allo stesso modo, la libertà di espressione non permette di insultare una persona o un gruppo di persone.

## Requisiti linguistici

► [1]

La legge federale sugli stranieri e la loro integrazione (LStrI) stabilisce i requisiti linguistici per i permessi di dimora. L'Ufficio della migrazione verifica il livello di integrazione dei cittadini di Paesi terzi al momento del rinnovo del permesso di dimora (B). La LStrI autorizza inoltre la revoca del permesso di domicilio (C) in caso di mancanza di integrazione.



**Un elenco dei vari corsi di tedesco e dei centri d'esame per la lingua tedesca nel Cantone di Turgovia e nelle immediate vicinanze è disponibile su: ► [www.migrationsamt.tg.ch/integration](http://www.migrationsamt.tg.ch/integration)**

### **Imparare il tedesco**

Per muoversi in modo autonomo e indipendente in Turgovia, è necessario imparare il tedesco. Ciò facilita la comunicazione con i vostri vicini, gli insegnanti dei vostri figli, le autorità e le altre persone.

Nel Cantone di Turgovia esistono varie opere assistenziali, associazioni e scuole che offrono corsi di tedesco per stranieri. Alcuni di questi corsi sono sovvenzionati dallo Stato e sono quindi offerti a un prezzo ridotto. Esistono anche corsi per sole donne (alcuni con asilo nido integrato).

### **Imparare lo svizzero tedesco**

► [3], [10]

Le lingue parlate, come i dialetti, si imparano principalmente attraverso la conversazione con altre persone. Padroneggiare un dialetto può essere molto utile, soprattutto nello svolgimento della professione. Esistono anche corsi di svizzero tedesco, ad esempio presso il Centro di competenza per l'integrazione di Frauenfeld o presso la Scuola Club Migros.



## Interpretariato interculturale

- ▶ [www.arge.ch](http://www.arge.ch)
- ▶ [11]

In certe situazioni è opportuno che i migranti che non parlano tedesco siano assistiti da interpreti interculturali. Queste persone vengono formate con l'obiettivo di promuovere la comprensione reciproca, evitare malintesi e aiutare i migranti a integrarsi nel loro nuovo ambiente.

Il servizio nazionale di interpretariato telefonico, disponibile 24 ore su 24 al numero 0842 442 442, è in grado di fornire al telefono interpreti professionisti in oltre 50 lingue nel giro di pochi minuti.

Si raccomanda vivamente di non investire i propri figli del ruolo di interprete.

## Biblioteca interculturale

- ▶ [12]

L'associazione Biblioteca delle culture (VBdK) contribuisce all'integrazione promuovendo le competenze linguistiche e di lettura delle persone che vivono utilizzando due o più lingue. Offre inoltre un luogo di incontro per persone di tutte le lingue e contribuisce allo scambio interculturale con un'ampia varietà di eventi. Il patrimonio della Biblioteca delle culture è integrato nella Biblioteca cantonale della Turgovia.



## Trovare un'abitazione

È possibile trovare un'abitazione in affitto negli annunci sui giornali, su Internet e attraverso le agenzie immobiliari. Per ottenere un contratto di locazione, dovete compilare un modulo di registrazione e presentare all'agenzia immobiliare alcuni documenti, come l'estratto del registro delle esecuzioni (► [www.betreibungsamt.tg.ch](http://www.betreibungsamt.tg.ch)), il certificato di salario o il contratto di lavoro.

## Assicurazione mobilia domestica e responsabilità civile

L'assicurazione mobilia domestica protegge la vostra proprietà privata, in particolare il vostro arredamento (mobili, tappeti ecc.), i vostri beni di consumo (stoviglie, vestiti, televisore, impianto stereo ecc.) e i vostri oggetti di valore (gioielli, contanti ecc.) contro l'incendio, i fulmini, il furto, i danni causati da tempeste o acqua ecc.

Oltre all'assicurazione malattie obbligatoria, l'assicurazione responsabilità civile privata è l'assicurazione più importante. È necessaria per stipulare alcuni contratti di locazione. Se causate accidentalmente un danno a un'altra persona, dovete risponderne per legge con il vostro patrimonio privato fino a un importo illimitato. Con un esiguo contributo, invece, potete trasferire il rischio di responsabilità civile al vostro assicuratore. L'assicurazione responsabilità



## Canoni di ricezione radiotelevisiva

► [www.serafe.ch](http://www.serafe.ch)

civile include anche i danni materiali all'oggetto in locazione o la responsabilità civile stabili.

Ogni economia domestica deve pagare i canoni di ricezione radiotelevisiva. L'organo svizzero di riscossione del canone radiotelevisivo (Serafe) riceve automaticamente il vostro indirizzo dagli Uffici controllo abitanti del vostro Comune di residenza.

## Vivere in una casa in affitto

► [13]

Tutti gli abitanti di una casa in affitto devono rispettare le regole generali di convivenza. Ad esempio, bisogna evitare il rumore eccessivo di notte, la domenica e nei giorni festivi; le regole specifiche sull'utilizzo delle aree comuni, come la lavanderia, si trovano nel regolamento interno allegato al contratto di locazione. Dopo esservi trasferiti nella vostra nuova abitazione, presentatevi ai vostri vicini: sarà un gesto apprezzato, che vi aprirà molte porte.

In caso di difficoltà con altri inquilini, il dialogo è la soluzione migliore. Se necessario, potete anche parlarne con il custode o il locatore. In caso di controversie tra locatori e inquilini, potete contattare il ► [13] Servizio di consulenza legale dell'Associazione inquilini.





## Automobili

- ▶ [www.strassenverkehrsamt.tg.ch](http://www.strassenverkehrsamt.tg.ch)
- ▶ [14]

## Importazione di veicoli privati

## Sostituzione della licenza di condurre

Per l'utilizzo di autostrade e semiautostrade in Svizzera è necessario procurarsi una «vignetta», ovvero un contrassegno da attaccare sul lato interno del parabrezza. La vignetta può essere acquistata in vari punti vendita (dogana, garage, stazioni di servizio, uffici della circolazione stradale, uffici postali) per 40 franchi (prezzo 2020). Esistono solo vignette annuali (valide dal 1° dicembre dell'anno precedente al 31 gennaio dell'anno successivo). In Svizzera si applicano i seguenti limiti di velocità: 50 km/h nei centri abitati, 80 km/h fuori dai centri abitati e 120 km/h sulle autostrade. Nei centri abitati ci sono inoltre zone in cui la velocità massima è limitata a 30 km/h o 20 km/h. Il tasso alcolemico massimo consentito è pari allo 0,5 ‰.

Se avete acquistato un'auto all'estero da meno di sei mesi, dovete pagare una tassa al momento dell'importazione in Svizzera. Se l'acquisto è avvenuto da più di sei mesi, i veicoli contano come masserizie di trasloco e sono pertanto esenti da tasse. Un'auto o una moto immatricolata all'estero può essere guidata liberamente in Svizzera per un massimo di dodici mesi, a condizione che sia stata stipulata un'assicurazione contro i danni.

Dovete sostituire la vostra licenza di condurre straniera con una licenza di condurre svizzera entro dodici mesi dal vostro ingresso nel Paese. Le condizioni variano a seconda dello Stato di provenienza. Per le guide a titolo professionale per il trasporto di passeggeri o merci, la licenza di condurre straniera deve essere sostituita prima di effettuare il primo viaggio.

Le licenze di condurre ottenute meno di un anno prima dell'ingresso in Svizzera sono soggette a un periodo di prova complessivo di tre anni. È necessario completare un corso di perfezionamento entro un anno dall'ingresso.

## Trasporti pubblici

- ▶ [www.sbb.ch](http://www.sbb.ch)

La Svizzera vanta una fitta ed efficiente rete di trasporti pubblici, ma i biglietti per i treni, gli autobus o i battelli sono relativamente costosi. Tuttavia, le Ferrovie federali svizzere (FFS) offrono diversi abbonamenti che permettono di utilizzare i trasporti pubblici in modo più conveniente (es. GA (AG o abbonamento generale), Halbtax (metà-prezzo), abbonamento mensile, seven25).

I bambini fino a 6 anni viaggiano gratis se accompagnati. I bambini e i ragazzi dai 6 ai 16 anni accompagnati da un genitore viaggiano gratis con la carta Junior (30 franchi all'anno, prezzo 2020). I bambini e i ragazzi dai 6 ai 16 anni che viaggiano da soli possono acquistare il biglietto a metà prezzo.

- ▶ [www.ostwind.ch](http://www.ostwind.ch)

Se desiderate utilizzare i trasporti pubblici principalmente nella Svizzera orientale, potete acquistare un biglietto o un abbonamento valido in determinate zone o in tutta la Svizzera orientale presso la comunità tariffaria Ostwind.

## Biciclette e pedoni

- ▶ [www.thurgaubodensee.ch](http://www.thurgaubodensee.ch)
- ▶ [www.provelothurgau.ch](http://www.provelothurgau.ch)
- ▶ [www.ch.ch/de/velofahren-der-schweiz/](http://www.ch.ch/de/velofahren-der-schweiz/)

Andare in bicicletta è ecologico, conveniente e fa bene alla salute. Le autorità promuovono il traffico ciclistico e pedonale. Qualsiasi danno causato mentre andate in bicicletta è coperto dalla vostra assicurazione responsabilità civile privata.



## Trovare un impiego

- ▶ [www.rav.tg.ch](http://www.rav.tg.ch)
- ▶ [www.bizplus.tg.ch](http://www.bizplus.tg.ch)
- ▶ [www.ostjob.ch](http://www.ostjob.ch)
- ▶ [www.arbeit.swiss](http://www.arbeit.swiss)

## Salario

## Protezione dal licenziamento

Per trovare un lavoro, si consiglia di combinare diversi metodi di ricerca. Potete rispondere agli annunci di lavoro pubblicati sui giornali e su Internet, inviare candidature spontanee alle aziende, contattare le agenzie di collocamento e iscrivervi presso l'Ufficio di collocamento regionale (RAV/URC).

In Svizzera i salari lordi sono relativamente elevati, ma lo stesso vale per il costo della vita. Non esiste un salario minimo che si applichi a tutti gli ambiti. Molti settori adottano però salari minimi regolati da contratti collettivi di lavoro.

La legge protegge i dipendenti dal licenziamento in caso di malattia, infortunio, gravidanza e maternità. Di norma, un licenziamento avvenuto durante questo periodo è da considerarsi nullo. Un licenziamento è ingiusto se avviene, ad esempio, perché una persona sta avanzando pretese derivanti dal rapporto di lavoro. In caso di licenziamento ingiusto, tuttavia, il dipendente non può essere reintegrato in azienda; in questo caso può solo far valere una richiesta di risarcimento dinanzi al tribunale.



## Imposte

- ▶ [20]
- ▶ [www.steuerverwaltung.tg.ch](http://www.steuerverwaltung.tg.ch) > Download eFisc

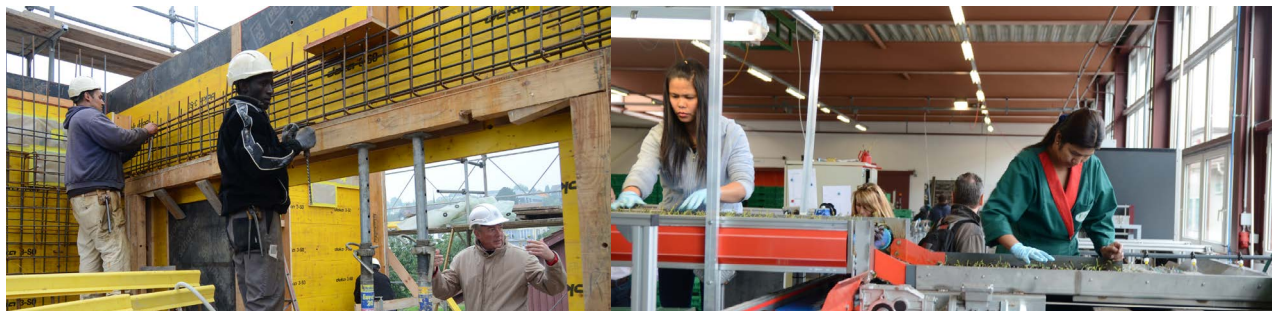
In Svizzera i privati pagano le imposte sul reddito e sul patrimonio. Tali imposte servono per il finanziamento dei compiti pubblici assunti dalla Confederazione, dai Cantoni e dai Comuni. Poco dopo il vostro arrivo nel Cantone riceverete un questionario dall'Ufficio comunale delle imposte per determinare l'importo provvisorio delle vostre tasse.

Se siete cittadini stranieri e non possedete un permesso di domicilio (C), l'imposta sul reddito viene detratta direttamente dal vostro salario (imposta alla fonte). Se disponete invece di un permesso di domicilio, riceverete i moduli per la dichiarazione d'imposta a gennaio. Potete compilare questi moduli online. In caso di difficoltà, potete contattare l'Amministrazione cantonale delle contribuzioni o un fiduciario.

## Tensioni sul posto di lavoro

- ▶ [21], [22]
- ▶ [www.sexuelle.belaestigung.ch](http://www.sexuelle.belaestigung.ch)

In caso di conflitti con il vostro datore di lavoro o con gli altri collaboratori, potete richiedere consulenza presso la Federazione dei sindacati della Turgovia. Alcuni tipi di comportamento sono proibiti dalla legge, in particolare sul posto di lavoro. Questi comprendono il mobbing, le molestie sessuali nonché parole, gesti o azioni che umiliano altre persone.



## Non discriminazione

La Costituzione svizzera afferma: «Nessuno può essere discriminato, in particolare a causa dell'origine, della razza, del sesso, dell'età, della lingua, delle convinzioni religiose, filosofiche o politiche». Se vi sentite discriminati per uno di questi motivi, vi consigliamo di contattare una delle seguenti organizzazioni federali:

- ▶ [22] Ufficio federale per l'uguaglianza fra donna e uomo (UFU)
- ▶ [23] Commissione federale contro il razzismo (CFR)

In caso di discriminazione razziale, potete anche chiedere consiglio ai ▶ [3–9] Centri di competenza e ai Servizi specializzati per l'integrazione della vostra regione.

## Lavoro nero

- ▶ [www.seco.admin.ch](http://www.seco.admin.ch)
- ▶ [24]

Anche chi viene pagato occasionalmente per pulizie, lavori domestici, giardinaggio o custodia dei bambini è considerato un lavoratore dipendente. Il datore di lavoro deve quindi registrarlo presso le assicurazioni sociali e calcolare l'imposta alla fonte; in caso contrario si tratta di lavoro illegale, il cosiddetto lavoro nero.

Una persona che lavora in nero non ha diritto a un'eventuale rendita d'invalidità o indennità di disoccupazione, né riceverà una rendita di vecchiaia. Le conseguenze possono quindi essere drammatiche, soprattutto in caso di infortunio sul lavoro.

Purtroppo accade che i datori di lavoro non consegnino deliberatamente le buste paga, per negare l'assunzione in caso di controversia. In questo caso è praticamente impossibile per il dipendente dimostrare il rapporto di lavoro, cosa che invece è necessaria per ricevere, ad esempio, l'indennità di disoccupazione.

## Assicurazione contro la disoccupazione

- ▶ [16]
- ▶ [www.awa.tg.ch](http://www.awa.tg.ch)
- ▶ [www.arbeit.swiss](http://www.arbeit.swiss)

Se una persona perde il lavoro in Svizzera, riceve generalmente un'indennità di disoccupazione per un certo periodo. In linea di principio, gli stranieri che giungono in Svizzera per la prima volta non hanno diritto all'indennità di disoccupazione. Per ottenere tale diritto, devono possedere un permesso di dimora valido e aver lavorato per almeno 12 mesi nei due anni precedenti la denuncia di disoccupazione. Per ricevere l'indennità di disoccupazione, chiunque perda il lavoro deve registrarsi al più presto presso l'Ufficio di collocamento regionale (RAV/URC). Quest'ultimo fornisce informazioni sui passi da compiere.

## Assistenza sociale

- ▶ [17–19]

L'assistenza sociale ha lo scopo di garantire il sostentamento e promuovere l'indipendenza economica e personale delle persone bisognose. Viene concessa quando la persona non può essere mantenuta dalla propria famiglia o non può richiedere altri benefici legali. Per richiedere l'assistenza sociale, occorre contattare i Servizi sociali del proprio Comune di residenza. L'▶ [17] Ufficio di assistenza sociale del Cantone di Turgovia gestisce un servizio di coordinamento. Il Servizio di consulenza sociale e in materia di debiti di ▶ [18] Caritas Turgovia fornisce consulenza gratuita a tutti coloro che cercano aiuto, offre assistenza d'emergenza e transitoria e indirizza le persone ad altre istituzioni e centri di consulenza. La ▶ [19] Fondazione Benefo fornisce consulenza a basso costo in materia di bilancio.

## Contributi obbligatori

Le assicurazioni sociali proteggono gli abitanti della Svizzera contro i rischi e garantiscono il loro sostentamento economico. Sono obbligatorie e vengono dedotte direttamente dal salario (a eccezione dell'assicurazione malattie ▶ capitolo Salute). Complessivamente, i contributi obbligatori incidono per circa il 20 % sul reddito.

## Previdenza: 1° pilastro

Il 1° pilastro e, quindi, la responsabilità dello Stato comprende l'assicurazione per la vecchiaia e per i superstiti (AVS), l'assicurazione per l'invalidità (AI) e le indennità per perdita di guadagno (IPG). In linea di principio, tutte le persone residenti in Svizzera sono soggette all'AVS, indipendentemente dalla nazionalità e dall'occupazione. L'età pensionabile è di 65 anni per gli uomini e 64 per le donne (stato al 2021). È anche possibile andare in pensione in anticipo: in questo caso, la rendita viene ridotta di conseguenza.

## Previdenza: 2° pilastro

Il 2° pilastro e, quindi, la responsabilità del datore di lavoro comprende la previdenza professionale (LPP), comunemente nota come «cassa pensioni». I contributi sono dedotti dal salario a partire da un reddito annuo di 21'510 franchi (stato al 2021). Il 2° pilastro comprende inoltre l'assicurazione d'indennità giornaliera per malattia e l'assicurazione contro gli infortuni professionali. Ogni dipendente deve essere registrato dal datore di lavoro presso una compagnia di assicurazione contro gli infortuni. Se una persona lavora almeno otto ore a settimana, sono assicurati anche gli infortuni non professionali. In caso contrario, è necessaria un'assicurazione privata contro gli infortuni (► capitolo Salute).

## Previdenza: 3° pilastro

A differenza del 1° e del 2° pilastro, il 3° pilastro è facoltativo ed è costituito da risparmi privati. Il pilastro 3a è una previdenza a lungo termine in cui il capitale per la previdenza privata per la vecchiaia rimane vincolato. Prelievi anticipati sono possibili solo a certe condizioni; in compenso, con il versamento è possibile realizzare un risparmio fiscale fino a un determinato importo. Il pilastro 3b è libero da condizioni imposte dallo Stato per quanto riguarda versamenti, disponibilità e momento del pagamento.





## Assicurazione malattie e infortuni

- ▶ [www.bag.admin.ch](http://www.bag.admin.ch)
- ▶ [www.gesundheit.tg.ch](http://www.gesundheit.tg.ch)

Se vi siete trasferiti in Svizzera dall'estero, dovete stipulare questa assicurazione entro tre mesi. Se invece vi siete trasferiti da un altro Cantone, dovete presentare al vostro nuovo Comune di residenza un certificato di assicurazione entro 30 giorni.

L'assicurazione malattie obbligatoria fornisce prestazioni in caso di malattia, maternità e infortunio. Se siete lavoratori dipendenti, siete generalmente assicurati contro gli infortuni dal vostro datore di lavoro. In questo caso, fate attenzione a non assicurarvi due volte contro gli infortuni.

L'assicurazione malattie obbligatoria copre le cure mediche, alcuni medicinali e il ricovero presso il reparto generale degli ospedali del Cantone di residenza. Oltre a questa assicurazione obbligatoria, ogni persona può stipulare ulteriori assicurazioni complementari per coprire altri servizi, come il ricovero presso i reparti privati degli ospedali.

Lo Stato concede una riduzione dei premi alle persone, alle coppie e alle famiglie assicurate che si trovano in condizioni economiche modeste.

Prima di stipulare un'assicurazione, fatevi consigliare e confrontate le offerte di diverse compagnie di assicurazione.

Si consiglia vivamente di scegliere un medico di famiglia al più presto. Potete rivolgervi a quest'ultimo per richiedere consigli su questioni di salute, ricevere cure mediche e, se necessario, essere indirizzati a uno specialista.

## Medici

- ▶ [www.aerzte-tg.ch](http://www.aerzte-tg.ch)

## Promozione della salute e prevenzione

► [25-27]

- [www.migesplus.ch](http://www.migesplus.ch)
- [www.sozialnetz.tg.ch](http://www.sozialnetz.tg.ch)
- [www.femmestische.ch](http://www.femmestische.ch)

►[25] Perspektive Turgovia si occupa della promozione della salute e della prevenzione. La sua offerta include la consulenza per madri e padri, coppie, famiglie e giovani nonché la consulenza legata alle dipendenze. Potete inoltre contattare Perspektive Turgovia per domande relative alla salute sessuale e alle malattie sessualmente trasmissibili, in particolare HIV e AIDS.

Perspektive Turgovia coordina i cosiddetti «FemmesTische». Questi gruppi di discussione riuniscono prevalentemente donne migranti che affrontano questioni relative all'istruzione, alla vita quotidiana e alla salute in contesti privati o istituzionali. I partecipanti ricevono inoltre informazioni sulla cultura locale, sui corsi di lingua, sugli asili infantili, sul sistema scolastico svizzero e sul sistema assicurativo nonché sui diversi centri di consulenza.

Se state vivendo un momento difficile e desiderate parlarne con altre persone che si trovano in una situazione analoga, potete unirvi a un gruppo di auto-aiuto. L' ►[26] Auto-aiuto Turgovia vi fornisce informazioni sui gruppi di auto-aiuto esistenti.



**Emergenze mediche**

- ▶ Tutte le regioni possono essere contattate anche attraverso il 144.
- ▶ [www.stgag.ch](http://www.stgag.ch)

Se non potete raggiungere il vostro medico di famiglia in caso di emergenza, potete contattare il medico di turno della vostra regione o uno degli ospedali cantonali.

In casi critici è possibile chiamare il numero 144.

Medici di turno	Telefono
Regione Turgovia Ovest	052 723 77 77
Regione Thurtal-Untersee	144
Regione Kreuzlingen	0900 000 199
Regione Amriswil-Obersee	0900 000 327
Regione Arbon	0900 575 420
Regione Romanshorn	0900 575 460
Regione Bischofszell	0900 575 422
Regione Rickenbach / Wilen / Busswil / Wil SG / Schwarzenbach SG	0900 56 85 56

Turgovia SA	Telefono
Ospedale cantonale di Frauenfeld	052 723 77 77
Ospedale cantonale di Münsterlingen	071 686 11 11
Clinica St. Katharinental	052 631 60 60
Servizi psichiatrici della Turgovia	071 686 41 41
Centro accertamenti e ammissione psichiatria	0848 41 41 41

## Cure odontoiatriche

- ▶ [www.zahnaerzte-thurgau.ch](http://www.zahnaerzte-thurgau.ch)

I trattamenti odontoiatrici di carattere generale, ad esempio per la carie, la parodontite o l'ortodonzia (apparecchi) non sono coperti dall'assicurazione malattie di base. Potete stipulare un'assicurazione per cure odontoiatriche prima che insorgano eventuali problemi.

## Anziani e persone con disabilità

- ▶ [www.sozialnetz.tg.ch](http://www.sozialnetz.tg.ch)
- ▶ [15], [28–32]

Informazioni in merito alle cure o all'assistenza per gli anziani sono disponibili presso le seguenti organizzazioni:

- ▶ [28] Associazione Spitex Turgovia
- ▶ [29] Pro Senectute Turgovia
- ▶ [30] Croce Rossa Svizzera Turgovia

Le persone con un handicap fisico o psichico e i loro contatti possono ottenere consulenza e sostegno presso l'Ufficio dell'assicurazione per l'invalidità del Cantone, presso ▶[31] Pro Infirmis oppure, in caso di bambini, presso l'▶[32] Educazione pedagogico-curativa precoce.



## Matrimonio e ricongiungimento familiare

▶ [33]

▶ [www.migrationsamt.tg.ch](http://www.migrationsamt.tg.ch)

## Unioni domestiche registrate

▶ [33], [34]

▶ [www.zivilstandsamt.tg.ch](http://www.zivilstandsamt.tg.ch)

▶ [www.binational.ch](http://www.binational.ch)

Chi desidera sposarsi in Svizzera deve aver compiuto almeno 18 anni. Sono riconosciuti soltanto i matrimoni contratti presso un Ufficio di stato civile. L'▶[33] Ufficio del registro di commercio e dello stato civile o l'Ufficio dello stato civile del vostro distretto vi forniscono informazioni in merito ai requisiti da soddisfare e ai documenti richiesti.

Se avete in programma l'ingresso in Svizzera del vostro futuro coniuge o di un membro della famiglia, dovete prima presentare una domanda di ricongiungimento familiare presso l'Ufficio controllo abitanti del vostro Comune di residenza. Il rilascio del permesso di dimora è gestito dall'▶[1] Ufficio della migrazione. Sul sito web di quest'ultimo potete trovare i moduli di domanda e l'elenco dei documenti da presentare.

Le coppie dello stesso sesso hanno la possibilità di far riconoscere la loro relazione registrando la propria unione domestica. L'Ufficio di stato civile del distretto in cui vive uno dei due partner fornisce informazioni sui passi da compiere.



## Matrimonio forzato

► [19], [35]

## Pianificazione familiare e informazione sessuale

► [19], [25]

Nessuno ha il diritto di costringere una donna o un uomo a sposarsi contro la sua volontà. Il matrimonio forzato costituisce un reato penale e una grave violazione della libertà personale. Esso viola i diritti umani fondamentali protetti dalla Costituzione federale e dalla Costituzione del Cantone di Turgovia.

In caso di domande sulla pianificazione familiare, sulla gravidanza (ad esempio su esami prenatali) o sulla vita sessuale, potete contattare il ►[19] Centro di consulenza per la pianificazione familiare, la gravidanza e la sessualità della Fondazione Benefo. Se avete dubbi in merito alla salute sessuale, il vostro medico di famiglia e ►[25] Perspektive Turgovia sono a vostra disposizione.

Presso i centri menzionati potete discutere di argomenti come contraccezione, sessualità, orientamento sessuale, gravidanza, aborto, malattie sessualmente trasmissibili, abusi sessuali, vita sentimentale e relazioni. Le consulenze sono gratuite o coperte dall'assicurazione malattie e sono strettamente confidenziali.

Il tasso di mortalità infantile in Svizzera è molto basso. A ciò contribuiscono le visite mediche preliminari gratuite a partire dalla 13a settimana di gravidanza e durante il restante periodo, i corsi di preparazione al parto e la consulenza per l'allattamento al seno. Eventuali complicazioni sorte entro la fine della 12a settimana di gravidanza sono regolate come malattia e sono soggette all'obbligo di partecipazione ai costi (aliquota percentuale e franchigia). La consulenza per madri e padri e la consulenza infantile offerte da ►[25] Perspektive Turgovia e conex familia sono disponibili gratuitamente in qualità servizi importanti.

- 
- [www.sozialnetz.tg.ch](http://www.sozialnetz.tg.ch)
  - [www.conexfamilia.ch](http://www.conexfamilia.ch)
  - [www.guter-start-ins-kinderleben.tg.ch](http://www.guter-start-ins-kinderleben.tg.ch)



## Gravidanza e parto

- ▶ [19]
- ▶ [www.tageo.ch](http://www.tageo.ch)
- ▶ [www.femmestische.ch](http://www.femmestische.ch)
- ▶ [www.sozialnetz.tg.ch](http://www.sozialnetz.tg.ch)

## Congedo e indennità di maternità

- ▶ [www.bsv.admin.ch](http://www.bsv.admin.ch)
- ▶ [15]

- 
- ▶ [www.perspektive-tg.ch/muetter-und-vaeterberatung](http://www.perspektive-tg.ch/muetter-und-vaeterberatung)

Ogni nascita deve essere notificata presso l'Ufficio di stato civile del proprio distretto. Se il figlio nasce in ospedale, è quest'ultimo a effettuare la comunicazione all'Ufficio di stato civile. In caso di parto in casa, i genitori devono occuparsi della registrazione. La domanda per il rilascio di un permesso di dimora presso l'Ufficio della migrazione viene presentata dagli Uffici controllo abitanti del Comune di residenza senza alcun intervento da parte dei genitori.

Il neonato è automaticamente coperto dall'assicurazione malattie per tre mesi dalla nascita. Per il periodo successivo, i genitori devono stipulare un'assicurazione malattie a nome del figlio.

Dopo il parto, le donne che lavorano hanno diritto a un congedo di maternità retribuito di almeno 14 settimane. Durante questo periodo ricevono fino all'80 % del loro salario. A tale scopo, devono aver versato i contributi alle assicurazioni sociali durante i nove mesi precedenti la nascita e aver lavorato per almeno cinque mesi. Vengono considerati anche i periodi di assicurazione compiuti in uno stato membro dell'UE o dell'EFTA. Dal 1° gennaio 2021 i padri lavoratori hanno diritto a due settimane di congedo di paternità. La



## Assegni familiari

► [15]

►[15] Cassa di compensazione del Cantone di Turgovia vi fornisce informazioni più dettagliate.

Se avete figli che vivono nel Cantone di Turgovia, avete diritto al relativo assegno, che ammonta a 200 franchi al mese per ciascun figlio fino ai 16 anni. Successivamente si riceve invece un assegno di formazione (di importo maggiore) al mese per figlio, fino al completamento della formazione o fino all'età massima di 25 anni. Questo diritto può sorgere già dall'età di 15 anni, in base alle circostanze. In generale, gli assegni familiari sono versati dal datore di lavoro insieme al salario. In determinate condizioni, anche i genitori che non lavorano possono ricevere assegni per i figli o di formazione.

La ►[15] Cassa di compensazione del Cantone di Turgovia vi fornisce informazioni al riguardo.

## Diritti dei bambini e dei giovani

► [19], [35]

► [www.tschau.ch](http://www.tschau.ch)

Come gli adulti, anche i bambini e i giovani godono di diritti fondamentali. In particolare, hanno il diritto alla protezione da maltrattamenti, violenze, abusi sessuali e sfruttamento attraverso il lavoro nonché il diritto alla formazione e a un adeguato standard di vita (alloggio, vestiario, alimentazione). I genitori non sono autorizzati a picchiare i bambini e i giovani e questi ultimi a loro volta non sono devono mai ricorrere alla violenza. I bambini e i giovani hanno diritto all'integrità fisica e alla protezione da danni fisici.

La mutilazione dei genitali femminili è proibita e punita severamente dalla legge, anche se viene effettuata in ambito familiare o durante un soggiorno all'estero.

## Problemi di coppia e di famiglia

- ▶ [www.paarberatungen-tg.ch](http://www.paarberatungen-tg.ch)

## Violenza domestica

- ▶ [19], [35–37]

Le persone che hanno problemi con i figli o all'interno del loro rapporto di coppia possono trovare aiuto presso i centri di consulenza familiare e di coppia. In caso di separazione o divorzio, il genitore che non si occupa dei figli deve pagare i contributi mensili di mantenimento per questi ultimi e, eventualmente, anche per l'altro genitore. Informazioni sull'assistenza in materia di alimenti:

- ▶ [www.sozialamt.tg.ch](http://www.sozialamt.tg.ch) > Sozialhilfe > Alimentenhilfe

Quando persone all'interno di una relazione coniugale, di coppia o familiare, esistente o sciolta, commettono o minacciano violenza fisica (percosse), psicologica (minacce), sessuale (coercizione, stupro) o economica (privazione di denaro), si parla di violenza domestica. Questo comportamento può essere punito legalmente, anche se la vittima non sporge denuncia. Il colpevole deve aspettarsi pene severe.

Ai sensi della legge federale concernente l'aiuto alle vittime di reati, ogni vittima può ottenere consulenza o assistenza gratuita presso un consultorio per vittime di reati. Il personale garantisce la massima riservatezza.

- ▶ [19] Fondazione Benefo, Servizio specializzato per vittime di reati Turgovia
- ▶ [35] Centro di consulenza per donne vittime di violenza Turgovia
- ▶ [36] Servizio specializzato per la violenza domestica, Polizia cantonale Turgovia
- ▶ Polizia (telefono) per emergenze e aiuto sul posto: 117

Esistono servizi di consulenza anche per persone che esercitano la violenza o sono inclini a essa. Il personale garantisce la massima riservatezza.

- ▶ [37] Konflikt.Gewalt – Consulenza contro la violenza per uomini, donne e giovani
- ▶ Hotline (telefono) 24 ore su 24 per persone violente e maltrattanti: 078 778 77 80

## Scuola dell'obbligo

► [www.dek.tg.ch](http://www.dek.tg.ch)

La scuola è obbligatoria per i bambini che hanno compiuto quattro anni entro l'inizio dell'anno scolastico in estate. L'obbligo scolastico (inclusa la scuola dell'infanzia) dura undici anni e si applica anche ai bambini e ai giovani senza statuto di dimora regolare. La scuola dell'obbligo è gratuita. Il Dipartimento dell'educazione e della cultura (DEK) è responsabile della formazione nel Cantone di Turgovia.

## Opuscolo: «Opportunità formative nel Cantone di Turgovia»

► [www.dek.tg.ch](http://www.dek.tg.ch) > Publikationen und Downloads > Bildung

L'opuscolo «Opportunità formative nel Cantone di Turgovia» spiega il sistema educativo nel Cantone di Turgovia dall'inizio della scuola fino al livello terziario ed è disponibile in varie lingue. Contiene informazioni importanti sulla scuola dell'obbligo, sul sistema di formazione professionale e sul proseguimento degli studi nonché gli indirizzi dei centri di consulenza e di accoglienza.

## Responsabilità dei genitori

► [www.tageo.ch](http://www.tageo.ch)

In qualità di genitori, siete responsabili per l'educazione e la formazione dei vostri figli. Offrite a vostro figlio un ambiente sicuro e stimolante fin dalla nascita! L'esercizio fisico, il contatto sociale con bambini della stessa età e che parlano la lingua locale sono molto importanti per lo sviluppo di vostro figlio. La formazione per genitori vi sostiene nell'affrontare l'impegnativo compito di educare i figli. Come genitori, potete contribuire molto al buon sviluppo scolastico di vostro figlio: impegnatevi a collaborare con la scuola e assicuratevi che i bambini si presentino a lezione riposati, nutriti e puntuali. Se la scuola vi invita a un colloquio o a una serata per i genitori, siete obbligati a partecipare.

### Custodia di bambini complementare alla famiglia e parascolastica

► [www.sozialnetz.tg.ch](http://www.sozialnetz.tg.ch)

### Bambini di origine straniera

► [12], [40], [2-8]

---

### Parla con me e ascoltami!

► Opuscolo in diverse lingue su [www.migesplus.ch/it](http://www.migesplus.ch/it)

### 65 brevi filmati sull'apprendimento quotidiano nella prima infanzia:

► [www.kinder-4.ch](http://www.kinder-4.ch)

### Corsi di lingua e cultura di origine:

► [www.hsk-tg.ch](http://www.hsk-tg.ch)

Nel Cantone di Turgovia esistono diverse possibilità di custodia per bambini i cui genitori non sono sempre in grado di accudirli personalmente, ad esempio perché lavorano. A seconda dell'età dei figli e degli orari richiesti (al mattino, all'ora di pranzo, dopo la scuola), sono disponibili varie offerte. Alcune di esse promuovono anche lo sviluppo mirato delle competenze sociali, linguistiche e motorie. Il vostro Comune di residenza è lieto di fornirvi informazioni sui servizi disponibili nella regione.

Per frequentare la scuola, è importante che vostro figlio comprenda la lingua tedesca e sia in grado di utilizzarla per comunicare. Una buona conoscenza del tedesco è un requisito fondamentale per il successo scolastico. Un buon modo per imparare la lingua già prima della scuola è frequentare un gruppo di gioco, una struttura di custodia collettiva diurna (KITA) o una famiglia diurna.

Anche la vostra lingua madre contribuisce a far imparare il tedesco a vostro figlio: offritegli una varietà di stimoli linguistici fin dalla nascita. Parlate con vostro figlio e ascoltatelo, raccontategli storie o filastrocche e cantate canzoni insieme a lui! Vostro figlio può anche frequentare corsi di lingua e cultura di origine (LCO) offerti dal consolato del vostro Paese o dai membri della vostra comunità. In queste lezioni vostro figlio può ampliare le proprie competenze linguistiche nella lingua madre e acquisire conoscenze relative alla propria cultura di origine. Presso la ►[12] Biblioteca delle culture è possibile prendere in prestito libri per bambini e giovani in varie lingue.

I Comuni di residenza o i ►[2-8] Centri di competenza e i Servizi specializzati per l'integrazione del vostro distretto sono lieti di aiutarvi a trovare un'offerta adatta.

### Scuola dell'infanzia (dal 4° anno di età)

► [38]

La scuola dell'infanzia costituisce il primo livello di formazione e dura due anni. Attraverso il gioco, i bambini acquisiscono i prerequisiti per frequentare la scuola primaria. Allo stesso tempo vengono promosse le competenze sociali. Alla scuola dell'infanzia vostro figlio impara a socializzare e a esprimersi nella lingua locale.

### Scuola primaria (dai 6 anni)

► [38]

La scuola primaria dura sei anni. Trasmette le conoscenze e le abilità di base, sviluppa le capacità mentali, musicali e fisiche individuali dei bambini e li educa ad agire in modo indipendente e responsabile nella società. Gli alunni sviluppano le competenze necessarie per informarsi e imparare in modo sempre più indipendente.

### Scuola secondaria I (dai 12 anni)

► [38]

La scuola secondaria dura tre anni. A questo livello, il contenuto formativo della scuola primaria viene approfondito e ampliato. I giovani si creano una solida base per la loro carriera professionale o accademica. Le lezioni vengono offerte a diversi livelli di prestazione.



### Orientamento professionale e universitario

- ▶ [www.abb.tg.ch](http://www.abb.tg.ch)
- ▶ [39]

### Sostegno alla candidatura BIZplus

- ▶ [www.bizplus.tg.ch](http://www.bizplus.tg.ch)

### Formazione transitoria

- ▶ [www.abb.tg.ch](http://www.abb.tg.ch)
  - > Brückenangebote
- ▶ [www.abb.tg.ch](http://www.abb.tg.ch) > BIZ

- 
- ▶ [www.berufsberatung.ch](http://www.berufsberatung.ch)
    - > Informationen in anderen Sprachen

Nella scuola secondaria I, i giovani affrontano i loro obiettivi formativi e professionali nonché i prerequisiti e le opportunità corrispondenti. L'orientamento professionale e universitario li accompagna in questo processo. Se necessario, è disponibile un ulteriore sostegno professionale.

Il Centro di informazione professionale BIZplus di Frauenfeld e Kreuzlingen offre una volta a settimana una consulenza gratuita a tutte le persone che vivono in Turgovia. Gli esperti di BIZplus vi aiutano a preparare i documenti di candidatura e vi forniscono consigli su questioni riguardanti la ricerca di lavoro, la formazione, il perfezionamento e le opportunità di carriera.

I giovani che non hanno ancora trovato uno sbocco dopo il livello secondario I possono frequentare una formazione cantonale transitoria per un anno. In questo modo ricevono un sostegno mirato nel processo di scelta professionale. Possono integrare e approfondire le loro conoscenze scolastiche di base e acquisire esperienza pratica in un'azienda. L'offerta cantonale distingue tra formazione transitoria con orientamento scolastico (tipo A) e formazione transitoria con orientamento pratico (tipo P).





### Corsi di integrazione

- ▶ [www.abb.tg.ch](http://www.abb.tg.ch)  
 > Integrationskurse
- ▶ [www.abb.tg.ch](http://www.abb.tg.ch) > BIZ

I corsi di integrazione cantonali si concentrano sull'insegnamento della lingua tedesca e sulla formazione generale. Sono aperti a giovani e adulti di età compresa tra i 12 e i 34 anni. Forniscono i requisiti per la scuola secondaria, per una formazione professionale di base (CFP o AFC) o per il proseguimento degli studi. Vengono offerti quattro diversi corsi coordinati. Il livello di tedesco determina la scelta del corso di integrazione e il passaggio alla fase successiva.

### Offerta formativa a bassa soglia

- ▶ [www.abb.tg.ch](http://www.abb.tg.ch)  
 > Niederschwelliges Ausbildungsangebot
- ▶ [www.abb.tg.ch](http://www.abb.tg.ch) > BIZ
- ▶ [www.abb.tg.ch](http://www.abb.tg.ch)  
 > Niederschwellige Integrationsausbildung

I giovani motivati che non hanno i requisiti necessari per la formazione professionale di base (CFP/AFC) possono beneficiare dell'offerta formativa a bassa soglia dopo aver completato la scuola dell'obbligo. La formazione dura due anni e comprende, oltre alla formazione pratica in azienda, anche le lezioni in una scuola professionale. Tra i giovani e l'azienda di formazione viene stipulato un contratto di formazione che regola, tra l'altro, la retribuzione per l'attività pratica.

La formazione all'integrazione a bassa soglia è disponibile per i migranti di lingua straniera a partire dai 18 anni.



**Al termine della scuola dell'obbligo, i giovani possono scegliere tra una formazione professionale di base o il proseguimento degli studi.**

### **Formazione professionale di base (dai 15 anni)**

- ▶ [39]
- ▶ [www.berufsberatung.ch](http://www.berufsberatung.ch)  
> Lehrstellensuche

Circa tre quarti dei giovani completano una formazione professionale di base (tirocinio). Acquisiscono così le competenze necessarie per la loro professione in un'azienda di tirocinio e frequentano uno o due giorni alla settimana una scuola professionale. I giovani vengono assunti dall'azienda attraverso un contratto di tirocinio per la durata della formazione e vengono retribuiti per il lavoro svolto. La formazione professionale di base dura da due a quattro anni e si conclude con un certificato federale di formazione pratica (CFP) o un attestato federale di capacità (AFC). Entrambi sono riconosciuti in tutta la Svizzera.

### **Maturità professionale**

- ▶ [39]

La maturità professionale (MP) integra la formazione professionale di base AFC con una formazione generale approfondita. Può essere conseguita durante un tirocinio (MP1) o dopo una formazione professionale di base AFC (MP2). La maturità professionale consente l'accesso agli studi in una scuola universitaria professionale e prepara gli studenti ad affrontare compiti impegnativi nell'economia e nella società.

Superando l'esame complementare, è inoltre possibile studiare presso un'università o un politecnico federale (PF). Un corso passerella di un anno presso la Scuola di maturità per adulti della Turgovia-Sciaffusa aiuta a prepararsi a questo esame.

### **Scuole medie superiori (dai 15 anni)**

- ▶ [41]

Dopo aver completato la scuola dell'obbligo, gli studenti possono frequentare una scuola media specializzata, una scuola media di informatica o un liceo. A seconda della tipologia, queste scuole a tempo pieno consentono un

- ▶ [www.amh.tg.ch](http://www.amh.tg.ch)  
 > Mittelschulen

accesso diretto alla vita lavorativa o alle scuole universitarie professionali, alle università, ai politecnici federali (PF) o alle alte scuole pedagogiche.

Tipologia di scuola	Durata	Diploma
Scuola media specializzata	3 anni	Certificato di scuola media specializzata
	4 anni	Maturità specializzata
Scuola media di informatica	4 anni	Informatico/a AFC con maturità professionale
Liceo	4 anni	Attestato di maturità liceale

### Scuola di maturità per adulti della Turgovia-Sciaffusa

- ▶ [43]

Gli adulti che lavorano e che possiedono i requisiti necessari possono conseguire la maturità presso la Scuola di maturità per adulti della Turgovia-Sciaffusa (TSME) parallelamente alla loro attività professionale. I maturandi professionali e specializzati ben qualificati hanno la possibilità di completare un corso passerella. Il corso passerella di un anno prepara gli studenti all'esame complementare riconosciuto a livello svizzero, che dà diritto all'ammissione a tutte le università svizzere.



## Formazione professionale superiore

- ▶ [www.sbf.admin.ch](http://www.sbf.admin.ch)
- ▶ [www.abb.tg.ch](http://www.abb.tg.ch)
  - > Bildungszentren

## Scuole universitarie

- ▶ [41]
- ▶ [www.abb.tg.ch](http://www.abb.tg.ch) > Berufs- und Studienberatung

- ▶ [www.ecus-edu.ch](http://www.ecus-edu.ch)

La formazione professionale superiore fornisce le qualifiche necessarie per svolgere un'attività professionale impegnativa e responsabile. Dopo il conseguimento dell'attestato federale di capacità (AFC) o di una qualifica equivalente al livello secondario II, permette agli studenti di specializzarsi e approfondire le loro competenze specialistiche e può fornire qualifiche nell'ambito della gestione aziendale. La formazione professionale superiore comprende gli esami federali (esame professionale EP ed esame professionale superiore EPS) e i cicli di formazione delle scuole specializzate superiori (SSS).

La Svizzera offre diverse tipologie di scuole universitarie: le università, le scuole universitarie professionali e le alte scuole pedagogiche. Il sistema di formazione svizzero è caratterizzato da un'elevata permeabilità: esistono così diversi modi per intraprendere gli studi universitari. I giovani che hanno conseguito una maturità professionale o una maturità specializzata possono accedere a una scuola universitaria professionale. Persone con una maturità professionale o specializzata possono inoltre studiare presso un'università o un politecnico federale (PF) superando un esame passerella.

I giovani che hanno terminato il liceo con una maturità riconosciuta a livello svizzero possono frequentare le università, i politecnici federali (PF), le alte scuole pedagogiche o, dopo un anno di stage, le scuole universitarie professionali.

Una persona che si trasferisce in Svizzera dall'estero non viene automaticamente ammessa, anche se ha accesso a una scuola universitaria nel suo Paese di origine. Se necessario, è possibile sostenere esami complementari per gli studi universitari in Svizzera.

## Borse di studio e di formazione

- ▶ [www.stipendien.tg.ch](http://www.stipendien.tg.ch)
- ▶ [42]

## Riconoscimento di diplomi stranieri e prestazioni di studio

- ▶ [www.sbf.admin.ch](http://www.sbf.admin.ch)
- ▶ [44]
- ▶ [www.heks.ch/mosaiq-ostschweiz](http://www.heks.ch/mosaiq-ostschweiz)

## Formazione continua per adulti

- ▶ [www.abb.tg.ch](http://www.abb.tg.ch)  
> Bildungszentren
- ▶ [www.weiterbildung.ch](http://www.weiterbildung.ch)
- ▶ [www.ausbildung-weiterbildung.ch](http://www.ausbildung-weiterbildung.ch)

In determinate condizioni, vengono concesse borse di studio o prestiti per la formazione o gli studi. È possibile ottenere informazioni in merito presso il ▶[42] Servizio borse di studio dell'Ufficio delle scuole medie superiori e universitarie.

In caso di qualifiche professionali, la Segreteria di Stato per la formazione, la ricerca e l'innovazione (SEFRI) è responsabile per il riconoscimento dei diplomi conseguiti all'estero. Per l'ammissione agli studi presso una scuola universitaria è invece responsabile la scuola stessa.

Potreste disporre di un'esperienza professionale di oltre cinque anni. In questo caso è possibile, a determinate condizioni, ottenere la validazione della propria esperienza e conseguire un titolo professionale riconosciuto in Svizzera. Il ▶[44] Servizio specializzato per la qualificazione professionale degli adulti (BAE) è lieto di fornirvi informazioni al riguardo.

Il servizio specializzato HEKS MosaiQ Ostschweiz offre consulenza e sostegno ai migranti ben qualificati (ad esempio, nell'ambito del riconoscimento dei diplomi o della formazione di recupero).

In Svizzera, molti adulti frequentano corsi di perfezionamento per migliorare le loro conoscenze professionali o per acquisirne di nuove. Questi corsi di formazione sono in parte finanziati dal datore di lavoro. Una persona che continua a formarsi per tutta la sua carriera ha maggiori opportunità di trovare un impiego soddisfacente e di avere successo nella vita professionale a lungo termine. Informatevi presso la vostra azienda o presso uno dei centri di formazione in Turgovia.

## Tutela del paesaggio

In qualità di importante produttore alimentare, la Turgovia contribuisce in modo significativo all'approvvigionamento alimentare della Svizzera. Con una forza lavoro di circa 8000 persone, la sua agricoltura costituisce una parte fondamentale dell'economia della Turgovia. Un paesaggio diversificato e di grande valore ecologico deve essere promosso e protetto. La nostra natura, le nostre foreste e le nostre acque devono essere gestite con cura e gli obblighi e i divieti devono essere rispettati. Ad esempio, è vietato attraversare i campi, danneggiare gli alberi, spaventare gli animali o abbandonare rifiuti in natura.

## Rispetto dello spazio pubblico

Ogni Comune dispone di regolamenti che forniscono informazioni sulle norme di comportamento negli spazi pubblici. Viene spiegato ad esempio, che i rifiuti devono essere gettati nei bidoni della spazzatura, che è vietato provocare rumore inutile o quali misure occorre adottare affinché gli animali domestici non disturbino. Potete richiedere una copia del regolamento presso gli Uffici controllo abitanti.

## Raccolta dei rifiuti

In Svizzera, il 95 % del vetro (350'000 tonnellate l'anno), il 90 % dell'alluminio (13'000 tonnellate), l'80 % delle bottiglie in PET (40'000 tonnellate) e l'80 % della carta (1,2 milioni di tonnellate) vengono raccolti per essere riciclati.

## Riciclaggio dei rifiuti

Nelle economie domestiche si effettua un'accurata separazione tra rifiuti solidi urbani destinati all'incenerimento, materiali riciclabili e rifiuti speciali (prodotti tossici). Tutti i Comuni dispongono di punti di raccolta, come depositi, centri di raccolta regionali (RAZ) o aziende private di smaltimento dei rifiuti, dove vengono conferiti i rifiuti raccolti separatamente: vetro, carta e cartone, bottiglie in PET, plastica mista, metalli come alluminio e lattine, rifiuti verdi, apparecchi elettrici, rifiuti speciali come pile, oli e prodotti tossici. Singoli

rifiuti come apparecchi elettrici, pile e articoli in PET possono anche essere restituiti ai punti vendita. In questo modo, quasi la metà dei rifiuti raccolti viene riciclata.

## Rifiuti non riciclabili

► [45]

I rifiuti solidi urbani, ovvero i rifiuti che non possono essere riciclati, vengono raccolti e bruciati in un impianto di incenerimento nel modo più ecologico possibile. L'incenerimento dei rifiuti solidi urbani produce calore ed elettricità, che vengono poi utilizzati. È severamente vietato abbandonare o depositare rifiuti negli spazi pubblici, bruciarli nel proprio forno o all'aperto. È inoltre vietato smaltire rifiuti liquidi o solidi nella toilette.

I calendari di smaltimento dei rifiuti sui siti web delle associazioni KVA Turgovia e ZAB forniscono informazioni sui giorni di raccolta dei rifiuti solidi urbani nei rispettivi Comuni. Spiegano inoltre dove è possibile ottenere i sacchi per i rifiuti e quando conferirli ai punti di raccolta. È obbligatorio raccogliere i rifiuti solidi urbani nei sacchi ufficiali a pagamento di KVA Turgovia o di ZAB, poiché lo smaltimento dei rifiuti domestici nel Cantone di Turgovia viene pagato attraverso questa quota. Per i rifiuti ingombranti sono disponibili appositi contrassegni.

---

### Consigli sui rifiuti e calendario multilingue dei rifiuti, date di raccolta speciale

- [www.kvatg.ch](http://www.kvatg.ch)
- [www.zab.ch](http://www.zab.ch)





## Cultura

- ▶ [46]
- ▶ [www.museen.tg.ch](http://www.museen.tg.ch)
- ▶ [www.thurgaukultur.ch](http://www.thurgaukultur.ch)

Il Cantone di Turgovia è caratterizzato da un paesaggio culturale diversificato e decentrato. È assai ricco di tracce culturali: numerosi castelli, palazzi e rovine, ma anche monasteri, chiese e cappelle nonché antichi beni artigianali e industriali. Con le loro collezioni di storia culturale, i musei della Turgovia offrono testimonianze d'epoca di tutti i tipi.

In Turgovia fiorisce anche l'arte contemporanea, ad esempio negli spazi d'arte e nei musei di Kreuzlingen, Arbon, Frauenfeld o nella certosa di Ittingen.

Anche la scena musicale è molto viva in Turgovia. I centri culturali come il Dreispitz, il Trösch e la Bodensee Arena di Kreuzlingen, il Pentorama di Amriswil o il monastero di Fischingen offrono concerti che spaziano dalla musica classica al musical. A Frauenfeld, il festival internazionale di jazz «Generations» attrae numerosi amanti del genere. Qui si svolge anche l'Openair di Frauenfeld, il più grande festival hip hop d'Europa.

Chi ama il teatro può recarsi, ad esempio, al Theaterhaus Turgovia di Weinfelden, al Theater an der Grenze di Kreuzlingen, al Theaterwerkstatt Gleis 5 di Frauenfeld o visitare uno dei tanti teatri all'aperto.



## Sport

- ▶ [47]
- ▶ [www.vtstg.ch](http://www.vtstg.ch)

## Escursionismo, ciclismo, pattinaggio

- ▶ [48]
- ▶ [www.thurgauerwanderwege.ch](http://www.thurgauerwanderwege.ch)
- ▶ [www.thurgaubodensee.ch](http://www.thurgaubodensee.ch)

La Turgovia conta circa 860 associazioni sportive, che offrono una vasta gamma di attività sportive per bambini, giovani, adulti e anziani. Potete richiedere maggiori informazioni presso l'Ufficio del turismo della vostra regione, presso il vostro Comune o agli indirizzi elencati qui a fianco.

L'escursionismo è lo sport più popolare in Svizzera. Questa attività consente a persone di tutte le età di rilassarsi e conoscere le diverse regioni del Paese. Nel Cantone di Turgovia esistono 1000 chilometri di sentieri segnalati riservati esclusivamente agli escursionisti.

Inoltre, la Turgovia vi invita a esplorare le zone più belle in bicicletta su percorsi ciclabili segnalati per un totale di 900 chilometri, come ad esempio la pista ciclabile del lago di Costanza, che costeggia direttamente la riva del lago. La Turgovia offre anche le condizioni ideali per il pattinaggio in linea. Potete informarvi presso Thurgau Tourismus in merito alle varie opportunità.



## Associazioni

- ▶ [www.thurgaukultur.ch](http://www.thurgaukultur.ch)
- ▶ [www.vtstg.ch](http://www.vtstg.ch)
- ▶ [www.tarjv.ch](http://www.tarjv.ch)

## Impegno a favore della comunità

- ▶ [18], [30], [49–51]
- ▶ [www.benevol-jobs.ch](http://www.benevol-jobs.ch)
- ▶ [www.netzwerk-asyl-tg.ch](http://www.netzwerk-asyl-tg.ch)
- ▶ [www.migrationsamt.tg.ch/integration](http://www.migrationsamt.tg.ch/integration)

Tre quarti della popolazione svizzera di età superiore a 15 anni sono membri di un'associazione o di un'organizzazione di pubblica utilità. Nelle associazioni sono attive persone che desiderano lavorare insieme su base volontaria al fine di

- ▶ coltivare interessi comuni: sport, cultura, tempo libero ecc.
- ▶ esprimere richieste o preoccupazioni: genitori di alunni, migranti, anziani ecc.
- ▶ impegnarsi in campo sociale ed economico: sindacati, associazioni professionali, gruppi di interesse ecc.

La Svizzera è un Paese ricco di club e associazioni. Ne esistono decine di migliaia in tutto il territorio, tra cui alcune centinaia in Turgovia. Le associazioni svolgono un ruolo centrale nella vita quotidiana del Cantone. Ci sono, ad esempio, associazioni sportive, culturali e di migranti, che operano nei più svariati campi di attività. L'appartenenza a un'associazione è molto utile per integrarsi nella vita locale e per entrare in contatto con gli abitanti della Turgovia. Le associazioni sono aperte a tutte le persone interessate. Per maggiori informazioni sulle associazioni locali, potete consultare il sito web del vostro Comune di residenza o contattare il Comune stesso.

Attraverso il vostro impegno a favore della comunità, potete espandere la vostra rete sociale e contribuire direttamente a plasmare il vostro ambiente. Potete essere coinvolti a lungo termine attraverso organizzazioni oppure per singoli progetti.

Il volontariato in Turgovia è coordinato da ▶[49] Benevol. Potete anche informarvi presso la ▶[30] Croce Rossa Svizzera, ▶[18] Caritas o ▶[50] HEKS. Se desiderate impegnarvi a favore dei rifugiati, contattate i circoli di aiuto di Netzwerk Asyl Turgovia.

Una panoramica delle offerte di integrazione sociale in materia di migrazione / asilo è disponibile sul sito web del ►[2] Servizio specializzato per l'integrazione cantonale.

## Religione

La Costituzione federale svizzera e la Costituzione del Cantone di Turgovia garantiscono la libertà di credo e di coscienza. Ciascuno è libero di decidere se essere credente e quale religione praticare. La libertà di religione è quindi un diritto individuale che ogni persona può esercitare senza costrizioni secondo le sue convinzioni personali. Le autorità riconoscono il ruolo importante delle chiese e delle comunità religiose nella società. Dopo quella cattolica e quella protestante, quella islamica è la terza maggiore comunità religiosa del Cantone. Esistono anche altri gruppi confessionali. Tutte queste comunità condividono il desiderio delle autorità di coltivare il dialogo tra le religioni e di mantenere la pace confessionale.

- Chiesa cattolica della Turgovia: [www.kath-tg.ch](http://www.kath-tg.ch)
- Chiesa evangelica della Turgovia: [www.evang-tg.ch](http://www.evang-tg.ch)
- Associazione mantello delle comunità islamiche della Svizzera orientale: [www.digo.ch](http://www.digo.ch)
- Federazione svizzera delle comunità israelite: [www.swissjews.ch](http://www.swissjews.ch)



## Democrazia diretta

Quasi nessuna democrazia al mondo è partecipativa come quella svizzera. I diritti politici, noti anche come diritti popolari, sono di vasta portata: diritto di voto, di elezione, di iniziativa e di referendum. I cittadini aventi diritto di voto possono quindi proporre la modifica della Costituzione (diritto di iniziativa) o rifiutare una legge elaborata dal Parlamento (diritto di referendum). In Svizzera, il termine «sovrano» si riferisce dunque al popolo svizzero.

I diritti politici sono esercitati a tre livelli istituzionali: Confederazione, Cantoni, Comuni. Il popolo svizzero è chiamato a votare diverse volte l'anno; di norma, i Cantoni e i Comuni votano in contemporanea con la Confederazione. Il Consiglio federale, che forma il governo svizzero, è eletto dal Parlamento. Il Parlamento è eletto dal popolo ed è composto da due Camere: il Consiglio Nazionale e il Consiglio degli Stati.

## Organi politici

Gli organi eletti sono spesso denominati «Consiglio». La loro funzione consiste nel valutare, discutere e avanzare proposte che il popolo può accettare o rifiutare.

## Tre livelli politici

Il popolo della Turgovia è chiamato circa quattro volte l'anno a decidere su questioni relative ai tre livelli politici:

- ▶ livello comunale (esempio: costruzione di una sala teatrale)
- ▶ livello cantonale (esempio: costruzione di una strada cantonale)
- ▶ livello federale (esempio: modifica della legge federale sull'assicurazione per l'invalidità).



Ogni quattro anni vengono eletti i rappresentanti dei parlamenti e dei governi a livello comunale, cantonale e federale nonché i giudici per i tribunali distrettuali.

Livello politico	Livello parlamentare	Livello governativo
Comuni della Turgovia	Assemblea Comunale	Consiglio Comunale
Cantone di Turgovia	Gran Consiglio	Consiglio di Stato
Confederazione Svizzera	Consiglio Nazionale e Consiglio degli Stati	Consiglio Federale

## Diritti politici degli stranieri

► [33]

Se non siete di nazionalità svizzera, non avete diritto di voto e di elezione nel Cantone di Turgovia o nei Comuni della Turgovia. Alcuni Comuni permettono agli stranieri di partecipare all'assemblea comunale con voto consultivo. Un'eccezione è rappresentata dalle chiese cattoliche, dove le persone di origine straniera possono richiedere il diritto di voto. Nei Comuni scolastici è possibile richiedere la partecipazione con voto consultivo.



## Altre forme di partecipazione politica

► [51]

Oltre ai diritti politici, esistono molti altri modi per partecipare alla vita pubblica e contribuire a plasmare il futuro della comunità. Ad esempio, una persona può svolgere un ruolo attivo in un'associazione di quartiere, un'associazione locale, un'organizzazione professionale, un club sportivo, una commissione consultiva o un partito politico.

Come tutti i cittadini svizzeri, ogni persona straniera adulta o minorenne ha il diritto di petizione, che offre a tutti la possibilità di presentare richieste, suggerimenti, critiche o reclami alle autorità. In questo modo è possibile influenzare le decisioni adottate dagli organi statali.

## Naturalizzazione

► [33]

Ogni anno, nel Cantone vengono naturalizzate da 800 a 1000 persone, che ricevono così la piena possibilità di partecipazione politica: il diritto di voto e di elezione a livello comunale, cantonale e federale. Nel Cantone di Turgovia, il 12 % della popolazione svizzera di età pari o superiore a 15 anni possiede la doppia cittadinanza. L'acquisizione della cittadinanza svizzera è una decisione personale e un'espressione di volontà. Il presupposto è una buona integrazione a livello locale, cantonale e svizzero. In Turgovia, i prerequisiti minimi per la naturalizzazione sono un livello di tedesco B2 orale e B1 scritto certificati. Un elenco di fornitori di corsi di tedesco e di certificati riconosciuti è disponibile su:

► [www.migrationsamt.tg.ch/integration](http://www.migrationsamt.tg.ch/integration)

Il vostro Comune è lieto di fornirvi informazioni sulle condizioni di naturalizzazione.



Le seguenti istituzioni sono a vostra disposizione per informazioni più dettagliate sugli argomenti cui fa riferimento la ► numerazione riportata nei capitoli.

- ▶ [1] **Migrationsamt des Kantons Thurgau (Ufficio della migrazione del Cantone di Turgovia)**  
Langfeldstrasse 53a  
8510 Frauenfeld  
Tel. 058 345 67 67  
migrationsamt@tg.ch  
www.migrationsamt.tg.ch
- ▶ [2] **Fachstelle Integration des Kantons Thurgau (Servizio specializzato per l'integrazione del Cantone di Turgovia)**  
Bahnhofplatz 65  
8510 Frauenfeld  
Tel. 058 345 39 88  
integration.mia@tg.ch  
www.migrationsamt.tg.ch/integration
- ▶ [3] **Kompetenzzentrum Integration Bezirk Frauenfeld (Centro di competenza per l'integrazione del distretto di Frauenfeld)**  
Kasernenplatz 4  
8500 Frauenfeld  
Tel. 052 724 56 60  
agi@stadtfrauenfeld.ch  
www.agi.frauenfeld.ch
- ▶ [4] **Kompetenzzentrum Integration Bezirk Kreuzlingen (Centro di competenza per l'integrazione del distretto di Kreuzlingen)**  
Marktstrasse 4  
8280 Kreuzlingen  
Tel. 071 677 62 34  
zeljka.blank@kreuzlingen.ch  
www.kreuzlingen.ch
- ▶ [5] **Kompetenzzentrum Integration Bezirk Weinfelden (Centro di competenza per l'integrazione del distretto di Weinfelden)**  
Pestalozzistrasse 14,  
8570 Weinfelden  
Tel. 071 622 04 06,  
andrea.keller@koibw.ch  
www.koibw.ch
- ▶ [6] **Kompetenzzentrum Integration Oberthurgau (Centro di competenza per l'integrazione dell'Alta Turgovia)**  
Hauptstrasse 12  
9320 Arbon  
Tel. 071 454 77 56  
franziska.schoeni@oberthurgau.ch  
www.oberthurgau.ch
- ▶ [7] **Fachstelle Integration Romanshorn (Servizio specializzato per l'integrazione di Romanshorn)**  
Konsumhof 3, Postfach 36  
8590 Romanshorn  
Tel. 058 346 83 31  
marian.brenner@romanshorn.ch  
www.romanshorn.ch
- ▶ [8] **Fachstelle Integration Amriswil (Servizio specializzato per l'integrazione di Amriswil)**  
Arbonerstrasse 2  
8580 Amriswil  
Tel. 071 414 12 34  
integrationsstelle@amriswil.ch  
www.amriswil.ch
- ▶ [9] **Fachstelle Integration Arbon (Servizio specializzato per l'integrazione di Arbon)**  
Wallhallastrasse 2  
9320 Arbon  
Tel. 071 447 61 63  
lukas.feierabend@arbon.ch  
www.arbon.ch
- ▶ [10] **Klubschule Migros (Scuola Club Migros)**  
Bahnhofplatz 70–72, Passage  
8500 Frauenfeld  
Tel. 058 712 44 50  
www.klubschule.ch
- ▶ [11] **ARGE Integration Ostschweiz (Comunità di lavoro Integrazione della Svizzera orientale)**  
Rorschacherstrasse 1, Postfach 61  
9004 St. Gallen  
Tel. 0848 28 33 90  
verdi@arge.ch  
www.arge.ch
- ▶ [12] **Bibliothek der Kulturen (Biblioteca delle culture)**  
Promenadenstrasse 12  
8510 Frauenfeld  
info@bibliothekderkulturen.ch  
www.bibliothekderkulturen.ch

- ▶ [13] **Mieterinnen- und Mieterverband Ostschweiz (*Associazione inquilini della Svizzera orientale*)**  
Webergasse 21  
9000 St. Gallen  
Tel. 071 222 50 29  
ostschweiz@mieterverband.ch  
www.mieterverband.ch/mv-os.html
- ▶ [14] **Strassenverkehrsamt des Kantons Thurgau (*Ufficio della circolazione stradale del Cantone di Turgovia*)**  
Moosweg 7a  
8500 Frauenfeld  
Tel. 058 345 36 36,  
www.stva.tg.ch
- ▶ [15] **Sozialversicherungszentrum Thurgau (SVZTG) (*Centro assicurazioni sociali della Turgovia*)**  
St. Gallerstrasse 11  
8501 Frauenfeld  
Tel. 058 225 75 75  
info@svztg.ch  
www.svztg.ch
- ▶ [16] **Amt für Wirtschaft und Arbeit des Kantons Thurgau (*Ufficio dell'economia e del lavoro del Cantone di Turgovia*)**  
Promenadenstrasse 8  
8510 Frauenfeld  
awa@tg.ch  
www.awa.tg.ch
- ▶ [17] **Sozialamt des Kantons Thurgau (*Ufficio di assistenza sociale del Cantone di Turgovia*)**  
Promenadenstrasse 16  
8510 Frauenfeld  
Tel. 058 345 68 20  
info.soa@tg.ch  
www.sozialamt.tg.ch
- ▶ [18] **Caritas Thurgau (*Caritas Turgovia*)**  
Franziskusweg 3  
8570 Weinfelden  
Tel. 071 626 11 81  
thurgau@caritas.ch  
www.caritas-thurgau.ch
- ▶ [19] **Benefo-Stiftung (*Fondazione Benefo*)**  
Zürcherstrasse 149  
8500 Frauenfeld  
Tel. 052 723 48 20  
benefo@benefo.ch  
www.benefo.ch
- ▶ [20] **Steuerverwaltung Thurgau (*Amministrazione delle contribuzioni della Turgovia*)**  
Schlossmühlestrasse 15  
8510 Frauenfeld  
Tel. 058 345 30 30  
info.sv@tg.ch  
www.steuerverwaltung.tg.ch
- ▶ [21] **Thurgauer Gewerkschaftsbund (TGGB) (*Federazione dei sindacati della Turgovia*)**  
Hohenzornstrasse 4  
8500 Frauenfeld  
Tel: 052 720 50 15  
info@tggb.ch, www.tggb.ch
- ▶ [22] **Eidgenössisches Büro für die Gleichstellung von Frau und Mann (EGB) (*Ufficio federale per l'uguaglianza fra donna e uomo (UFU)*)**  
Schwarztorstrasse 51  
3003 Bern  
Tel. 058 462 68 43  
ebg@ebg.admin.ch  
www.ebg.admin.ch
- ▶ [23] **Eidgenössische Kommission gegen Rassismus (EKR) (*Commissione federale contro il razzismo (CFR)*)**  
Inselgasse 1  
3003 Bern  
Tel. 058 464 12 93  
ekr-cfr@gs-edi.admin.ch  
www.ekr.admin.ch
- ▶ [24] **Arbeitsinspektorat des Kantons Thurgau (*Ispettorato del lavoro del Cantone di Turgovia*)**  
Bahnhofplatz 65  
8510 Frauenfeld  
Tel. 058 345 56 30  
arbeitsinspektorat@tg.ch  
www.awa.tg.ch
- ▶ [25] **Perspektive Thurgau (*Perspektive Turgovia*)**  
Schützenstrasse 15, Postfach 297  
8570 Weinfelden  
Tel. 071 626 02 02  
info@perspektive-tg.ch  
www.perspektive-tg.ch

- ▶ [26] **Selbsthilfe Thurgau (Auto-aiuto Turgovia)**  
Freiestrasse 10, Postfach 429  
8570 Weinfelden  
Tel. 071 620 10 00  
info@selbsthilfe-tg.ch  
www.selbsthilfe-tg.ch
- ▶ [27] **Amt für Gesundheit des Kantons Thurgau (Ufficio della sanità del Cantone di Turgovia)**  
Promenadenstrasse 16  
8510 Frauenfeld  
Tel. 058 345 68 40  
gesundheit@tg.ch  
www.gesundheit.tg.ch
- ▶ [28] **Spitex Verband Thurgau (Associazione Spitex Turgovia)**  
Freiestrasse 6  
8570 Weinfelden  
Tel. 071 622 81 31  
info@spitextg.ch  
www.spitextg.ch
- ▶ [29] **Pro Senectute Thurgau**  
Rathausstrasse 17, Postfach 292  
8570 Weinfelden  
Tel. 071 626 10 80  
info@tg.prosenectute.ch  
www.tg.prosenectute.ch
- ▶ [30] **Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Thurgau (Croce Rossa Svizzera del Cantone di Turgovia)**  
Rainweg 3  
8570 Weinfelden  
Tel. 071 626 50 80  
geschaeftsstelle@srk-thurgau.ch  
www.srk-thurgau.ch
- ▶ [31] **Pro Infirmis Thurgau-Schaffhausen (Pro Infirmis Turgovia-Sciaffusa)**  
Marktstrasse 8  
8501 Frauenfeld  
Tel. 058 775 22 35  
thurgau@proinfirmis.ch  
www.proinfirmis.ch
- ▶ [32] **Heilpädagogische Früherziehung Thurgau (Educazione pedagogico-curativa recoce Turgovia)**  
Thundorferstrasse 3  
8500 Frauenfeld  
Tel. 052 722 20 17  
info@hfe-tg.ch  
www.hfe-tg.ch
- ▶ [33] **Amt für Handelsregister und Zivilstandswesen des Kantons Thurgau (Ufficio del registro di commercio e dello stato civile del Cantone di Turgovia)**  
Bahnhofplatz 65  
8510 Frauenfeld  
Tel. 058 345 70 70  
sekretariat.hz@tg.ch  
www.hz.tg.ch
- ▶ [34] **HOT Homosexuelle Organisation Thurgau (HOT Organizzazione omosessuale Turgovia)**  
Wilerstrasse 3  
9545 Wängi  
info@hot-tg.ch  
www.hot-tg.ch
- ▶ [35] **Beratungsstelle für gewaltbetroffene Frauen Thurgau (Centro di consulenza per donne vittime di violenza Turgovia)**  
Oberstadtstrasse 7, Postfach 1002  
8500 Frauenfeld  
Tel. 052 720 39 90  
kontakt@frauenberatung-tg.ch  
www.frauenberatung-tg.ch
- ▶ [36] **Fachstelle Häusliche Gewalt (Servizio specializzato per la violenza domestica)**  
Kantonspolizei Thurgau  
Dunantstrasse 14  
8570 Weinfelden  
Tel. 052 728 24 50  
fachstellehg@kapo.tg.ch  
www.kapo.tg.ch
- ▶ [37] **Konflikt. Gewalt – Gewaltberatung für Männer, Frauen und Jugendliche (Consulenza contro la violenza per uomini, donne e giovani)**  
Gaswerkstrasse 15  
8750 Weinfelden  
Tel. 078 778 77 80  
kontakt@konflikt-gewalt.ch  
www.konflikt-gewalt.ch
- ▶ [38] **Amt für Volksschule des Kantons Thurgau (Ufficio della scuola dell'obbligo del Cantone di Turgovia)**  
Spannerstrasse 31  
8510 Frauenfeld  
Tel. 058 345 57 70  
info@av.tg.ch  
www.av.tg.ch

- ▶ [39] **Amt für Berufsbildung und Berufsberatung des Kantons Thurgau (*Ufficio della formazione e dell'orientamento professionale del Cantone di Turgovia*)**  
Grabenstrasse 5, 8510 Frauenfeld  
Tel. 058 345 59 30  
abb@tg.ch, www.abb.tg.ch
- ▶ [40] **Kontaktstelle Heimatliche Sprache und Kultur (HSK) des Kantons Thurgau (*Centro di contatto lingua e cultura di origine (LCO) del Cantone di Turgovia*)**  
Amt für Volksschule  
Spannerstrasse 31, 8510 Frauenfeld  
Tel. 058 345 58 14  
priska.reichmuth@tg.ch  
www.av.tg.ch
- ▶ [41] **Amt für Mittel- und Hochschulen des Kantons Thurgau (*Ufficio delle scuole medie superiori e universitarie del Cantone di Turgovia*)**  
Grabenstrasse 11  
8510 Frauenfeld  
Tel. 058 345 58 30  
amh@tg.chwww.amh.tg.ch
- ▶ [42] **Amt für Mittel- und Hochschulen des Kantons Thurgau- Abteilung Ausbildungsbeiträge (*Ufficio delle scuole medie superiori e universitarie del Cantone di Turgovia -Servizio borse di studio*)**  
Grabenstrasse 11, 8510 Frauenfeld  
Tel. 058 345 58 38  
amh@tg.ch  
www.stipendien.tg.ch
- ▶ [43] **Thurgauisch-Schaffhauserisch-Maturitätsschule für Erwachsene (*Scuola di maturità per adulti della Turgovia-Sciaffusa*)**  
Neuhauserstrasse 7  
8500 Frauenfeld  
Tel. 058 345 51 00  
administration@tsme.ch  
www.tsme.ch
- ▶ [44] **Fachstelle Berufsabschluss für Erwachsene (BAE) (*Servizio specializzato per la qualificazione professionale degli adulti*)**  
Amt für Berufsbildung und Berufsberatung  
Grabenstrasse 5  
8510 Frauenfeld  
Tel. 058 345 59 55  
bae@tg.ch, www.abb.tg.ch
- ▶ [45] **Amt für Umwelt des Kantons Thurgau (*Ufficio dell'ambiente del Cantone di Turgovia*)**  
Verwaltungsgebäude  
Promenadenstrasse 8  
8510 Frauenfeld  
Tel. 058 345 51 51  
umwelt.afu@tg.ch  
www.umwelt.tg.ch
- ▶ [46] **Kulturamt Thurgau (*Ufficio della cultura Turgovia*)**  
Grabenstrasse 11  
8510 Frauenfeld  
Tel. 058 345 73 73  
kulturamt@tg.ch  
www.kulturamt.tg.ch
- ▶ [47] **Sportamt Thurgau (*Ufficio dello sport Turgovia*)**  
Zürcherstrasse 177  
8510 Frauenfeld  
Tel. 058 345 60 00  
sportamt@tg.ch  
www.sportamt.tg.ch
- ▶ [48] **Thurgau Tourismus (*Turgovia turismo*)**  
Friedrichshafenerstrasse 55a  
8590 Romanshorn  
Tel. 071 531 01 31  
info@thurgau-bodensee.ch  
www.thurgau-bodensee.ch
- ▶ [49] **Benevol Thurgau (*Benevol Turgovia*)**  
Freiwilligenzentrum  
Freiestrasse 10  
8570 Weinfelden  
Tel. 071 622 30 30  
info@benevol-thurgau.ch  
www.benevol-thurgau.ch
- ▶ [50] **HEKS -Hilfswerk der Evangelischen Kirchen Schweiz (*HEKS – Opera assistenziale delle chiese evangeliche svizzere*)**  
Regionalstelle Ostschweiz  
Weinfelderstrasse 11  
8580 Amriswil  
Tel. 071 410 16 84  
heks\_ostschweiz@heks.ch  
www.heks.ch

► [51] **Politische Parteien im Kanton Thurgau (*Partiti politici nel Cantone di Turgovia*)**

► Christlichdemokratische Volkspartei (CVP) - *Partito popolare democratico (CVP/PPD)*

[www.cvp-thurgau.ch](http://www.cvp-thurgau.ch)

► Sozialdemokratische Partei (SP) - *Partito socialista (SP/PS)*

[www.spthurgau.ch](http://www.spthurgau.ch)

► Freisinnig-Demokratische Partei (FDP) - *Partito liberale-radical (FDP/PLR)*

[www.fdp-tg.ch](http://www.fdp-tg.ch)

► Schweizerische Volkspartei (SVP) - *Unione democratica di centro (SVP/UDC)*

[www.svp-thurgau.ch](http://www.svp-thurgau.ch)

► Bürgerliche Demokratische Partei Schweiz (BDP) - *Partito borghese-democratico svizzero (BDP/PBD)*

[www.bdp.info/tg](http://www.bdp.info/tg)

► Die Grünen -/I Verdi

[www.gruene-tg.ch](http://www.gruene-tg.ch)

► Grünliberale Partei (GLP) - *Partito verde liberale svizzero (GLP/PVL)*

[www.tg.grunliberale.ch](http://www.tg.grunliberale.ch)

► Eidgenössisch-Demokratische Union (EDU) - *Unione democratica federale (EDU/UDF)*

[www.edu-tg.ch](http://www.edu-tg.ch)

► Evangelische Volkspartei (EVP) - *Partito evangelico (EVP/PEV)*

[www.evp-thurgau.ch](http://www.evp-thurgau.ch)

## **Editore e grafica**

Ufficio della migrazione del Cantone di Turgovia,  
Servizio specializzato per l'integrazione

## **Stampa**

Ströbele Kommunikation, Romanshorn

## **Immagini**

Cancelleria di Stato del Cantone di Turgovia  
Thurgau Tourismus  
Pixabay.com

# Numeri di emergenza per la Svizzera

<b>Chiamata di emergenza generale</b> (anche con carta SIM straniera).....	112
<b>Polizia</b> .....	117
<b>Pompieri</b> (fuoco, acqua, gas) .....	118
<b>Emergenza sanitaria / ambulanza</b> .....	144
<b>Telefono Amico</b> (emergenze psichiche) .....	143
<b>Centro di informazione tossicologica</b> (intossicazione).....	145
<b>Chiamata di emergenza per bambini e giovani:</b> .....	147

## In una situazione di emergenza

- ▶ **Mantenete la calma.**
- ▶ **Identificate i pericoli.**
- ▶ **Mettetevi al sicuro.**
- ▶ **Avvertite i soccorsi.**
- ▶ **Prestate aiuto.**