

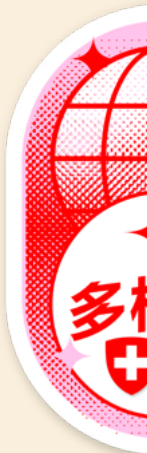


瑞士驻华  
大使馆



# 多样性 我

瑞士故事：身份认同  
与社会包容



出版 | 瑞士驻华大使馆  
策划与撰稿 | 瑞士驻华大使馆文化与媒体处  
主视觉 | 熔岩观 (北京) 平面设计有限公司  
设计排版 | 瑞士驻华大使馆  
印刷 | 北京枫景印刷有限公司  
2024 年出版 © 瑞士驻华大使馆



## 简介

“多样性 + 我”是瑞士驻华大使馆 2023 年全年公共外交活动的核心主题，以展现瑞士社会的最大财富之一：文化与社会多样，并鼓励与促进多元声音和文化之间的对话。在该主题下，使馆成功举办首届罗曼什语周、黑暗中的感官之旅、瑞士主题影展、意大利语言周、凯瑟琳·格菲勒视觉艺术展、“海蒂的朋友”摇滚音乐会等活动，积极推广社会各领域多样性话题。

在社交媒体，围绕该主题，我们精心推出系列微信文章，分别从多语言、多文化、社会流动、身心障碍、直接民主、年龄平等、性别平等、艾滋病和 LGBTQIA+ 九大主题深度剖析“多样性”这一瑞士社会的珍贵特质。本手册为该系列文章的集结，如果您希望获取更多关于瑞士的信息，请访问 [www.eda.admin.ch/countries/china](http://www.eda.admin.ch/countries/china)

## 目录

- 01 大使致辞
- 02 多语言性 + 我 | 如何让瑞士最小众语言保持活力?
- 08 社会流动 + 我 | 如何保证瑞士社会阶梯的畅通?
- 12 身心障碍 + 我 | 瑞士如何促进对身障者的社会包容?
- 18 多元文化 + 我 | 瑞士如何形成社会文化的多样与融合?
- 24 直接民主 + 我 | 瑞士如何让民众直接参与决策?
- 30 年龄平等 + 我 | 瑞士如何成为最适合养老的国家?
- 36 性别平等 + 我 | 瑞士女性如何发表意见与争取权益?
- 42 艾滋病 + 我 | 瑞士如何扭转曾肆虐的艾滋病形势?
- 48 LGBTQIA+ + 我 | 瑞士性少数群体如何争取平等权利?
- 55 关注我们



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Embassy of Switzerland in China  
瑞士驻华大使馆



## 大使致辞



很高兴为您带来这本全新的小书《多样性+我》，这个标题也是瑞士使馆 2023 年全年活动的主题，我们主要探讨：什么是多样性？它与个体的联系是什么？

瑞士宪法序言指出：一个国家力量的衡量尺度，在于其最弱势群体的福利程度。这句话非常好！它明确道，一个良好的社会首先需要的不是对强者的仰视，而是对弱者的包容。瑞士安享数百年和平，这让我们在社会治理方面积累了许多宝贵经验。瑞士社会也具有很高的包容度与和谐度，它的多样性体现在从多语言性、宗教和文化多样性、政治多元到近年来的移民问题、性别平等、性少数群体权益、身心障碍等各个领域，在我们为此进行公开而激烈的辩论时，彼此之间也始终保持着一种平等和尊重的状态，以避免出现结构性的社会冲突。

瑞士的很多成功正是基于这种多样性。作为一个历史悠久的民主国家，在融合了许多外籍人口的瑞士社会，多元的声音与对话对我们弥足珍贵。同时，在全球范围内实现平等是一项艰巨的任务，希望瑞士与中国在这一领域继续合作与对话，共同探索致力于在双方建设更加多元与更具包容性的社会。

希望这本小书能带给您启发和思考，也期待您的意见与建议。

白瑞谊  
瑞士驻华大使



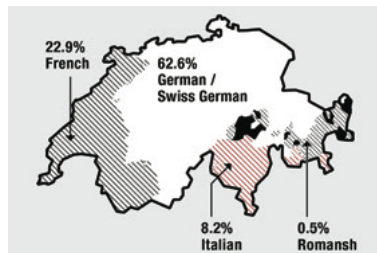
# 如何让瑞士最小众语言保持活力?

## 如何让瑞士最小众语言保持活力?

多语言性是瑞士身份认同的一个重要特征。

瑞士是多语言国家的典范，拥有四大语区，分属德语、法语、意大利语和罗曼什语（以及散落其间的众多方言），这些语言在比中国小 200 倍的疆域内和谐共存。

瑞士多语制甚至受到法律保护，2010 年，旨在加强各语区交流并保护小众语言的联邦语言法正式生效。



瑞士四大语区与人口分布 © FDFA / PRS

德语或瑞士式德语在瑞士使用最为广泛；63% 的人口认为这是他们的主要语其次是法语，占 23%，意大利语占 8%。但这个国家最小众的语言，即使只有 0.5% 的人口使用，却有着最大的秘密。

### 什么是罗曼什语?

罗曼什语是瑞士最古老的语言，可以追溯至公元前 15 年。和法语、意大利语一样，罗曼什语属罗曼语族，有五种方言，每一种都有自己的语法和词汇。1938 年，瑞士全民公投支持罗曼什语成为其第四种国家语言。

### 罗曼什语历史

罗曼什语是瑞士最古老的语言，可以追溯至公元前 15 年，当时罗马人占领瑞士雷蒂亚省，即现在的格劳宾登州，也是瑞士东部最大的州。和法语、意大利语一样，罗曼什语属罗曼语族，有五种方言，每一种都有自己的语法和词汇。

第一次世界大战前后，瑞士开始强调国家身份认同，并反对“罗曼什语是一种意大利语方言”的说法。因此，在 1938 年的全民公投中，全国 91.6% 的人（覆盖所有州）投票支持罗曼什语成为瑞士第四种国家语言。

1996 年，罗曼什语地位进一步提高，各州、联邦政府将其作为瑞士的“不完全”官方语言。重要出版物均以罗曼什语发行，包括投票材料和语言法令。讲罗曼什语的人有权在与联邦交流时使用自己的语言。但与其他三种“完全”官方语言（德语、法语和意大利语）相比，罗曼什语的使用仍十分有限。



瑞士联邦宪法列出四种国家语言 © FDFA

联合国数据显示，全球 7000 门语言中有一半在 2100 年前面临消亡风险。罗曼什语被牢牢列入濒危名单，因为其使用人口在上世纪减少了一半以上，目前只有 6 万人说这门语言。为什么罗曼什语的生存如此艰难?

### 工作与教育

罗曼什语主要在工作机会稀缺的阿尔卑斯地区使用，年轻人为了寻找工作而迁往瑞士其他地区，然后被德语或法语社群同化。



罗曼什语主要在瑞士阿尔卑斯地区使用，那里工作机会稀缺 © 格劳宾登州旅游局

格劳宾登州并非所有学校都会教罗曼什语，而是选择以该州主要语言德语为重点。对那些进入高等教育的罗曼什语人来说，瑞士只有少数几所大学教授这门语言，它们位于弗里堡、苏黎世和日内瓦。

说罗曼什语的人很特别，他们至少都会两种语言，既都会说另一种国家语言，通常是德语。这使得生活在罗曼什语区的德语人士并不用学习罗曼什语，因为他们知道当地人能听懂他们的德语。

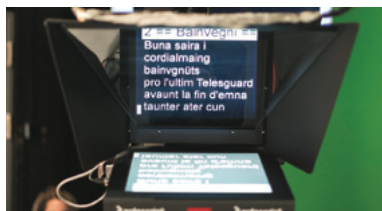
### 方言和标准语

罗曼什语分支众多，使人们学习的门槛更高。为了在教学与交流中克服众多方言的挑战，一种被称为 Rumantsch Grischun（标准罗曼什语）的统一书面语应运而生。今天，瑞士政府及罗曼什语电视广播节目均使用这一版本，但用的仍不多，电视节目每天只播几个小时，官方文本也不一定会被翻译。此外，一些罗曼什语母语人士也存在抵触，他们提出倡议甚至通过法律途径来反对使用标准罗曼什语。

### 让罗曼什语保持活力

瑞士联邦和各州政府每年投入 700 多万瑞士法郎用于保护和推广罗曼什语。罗曼什语广播电视台的额外收益，也来自其义务经营许可费。总的来说，说罗曼什语的人获得的人均资助比说其他国家语言的人要多。

除了政府资助，罗曼什语还得到 Lia Rumantscha 的支持，这是一家保护和推广该语言和文化的官方机构，最早成立于 1919 年，目的是在格劳宾登州多数说德语的人之外，维护罗曼什语少数人群的利益。今天，它面临的挑战是制定新的举措来扭转罗曼什语人口下降的趋势。



罗曼什语有自己独立的广播电视台 © Keystone

对于新来到格劳宾登州的人，Lia Rumantscha 正试图将罗曼什语作为一种融合语言，不仅锁定讲德语的新移民，还包括近几十年来在该州定居的大量葡萄牙语人士。机构还运营一个已持续十余年的 Piripiri 学习计划，帮助葡语移民了解罗曼什语言文化，希望他们最终能在工作和生活场所中使用罗曼什语。

或许 Lia Rumantscha 最大的举措是 Pledari Grond，一本涵盖 Rumantsch Grischun 及罗曼什语方言的在线词典。它是一个鲜活的数据库，迄今已有约 25



Liricas Analas 第一张罗曼什语说唱专辑 © Liricas Analas

万词条，几乎每天都有新词加入。快速增加的词汇部分归功于罗曼什语社群的贡献，他们定期整理出新的词汇和翻译。

Lia Rumantscha 还参与了另一个在线项目，与微软合作罗曼什语版软件。2006 年，Windows 和 Office 有了罗曼什语版，此后开发不断，以进一步挖掘数字语言工具的潜力，包括开发涵盖所有方言和 Rumantsch Grischun 的自动翻译器和拼写检查器。

除了教育与科技，艺术与文化也可以在保护罗曼什语及文化方面发挥很大作用，特别是为年轻一代。由于更多现代音乐流派如说唱组合 Liricas Analas 的出现，罗曼什语音乐在年轻乐迷中开始复苏。罗曼什语文学也帮助人们了解这门语言，包括第一部以



Lia Rumantscha 是推广罗曼什语的官方机构，总部在格劳宾登州首府库尔 © Lia Rumantscha

所有五种方言绘成的在线漫画《Il Crestomat》。2018 年，首部罗曼什语电影《躲猫猫》上映，这部浪漫喜剧在洛迦诺和多伦多国际电影节上放映，并被一家美国电影公司选中。

为了让全世界更多了解其少数语言，瑞士外交部 2021 年推出罗曼什语周活动（Emna da la lingua Rumantscha），瑞士联邦在全球的外交机构通过各种线上线下活动，为人们提供了解罗曼什语言和文化的机会。2022 年，瑞士驻华大使馆举办首届罗曼什语周，邀请著名罗曼什语艺术家诺特·维塔尔（Not Vital）作为嘉宾，并在北京和成都出席活动。

瑞士在国内外都在为保持其第四种国家语言的活力而努力，但在目前每年九种语言消亡的情况下，罗曼什语的推广任重道远。



罗曼什语统一标准版解决方言教学带来的挑战 © PRS



2023年4月17日，首届罗曼什语言周开幕式 © 瑞士使馆

## 罗曼什语 + 我



**Andreas Gabriel**  
Lia Rumantscha 秘书长

安德烈亚斯在格劳宾登州罗曼什语区的一个小村庄长大，那里所有的社交习俗和活动都使用罗曼什语。“这门语言已成为我身份的重要组成部分，”他说，“它是我和家人说的语言，在小学前三年，我的所有知识都是通过它学来的。”

随着教育的继续，德语和其他语言的影响越来越大。像其他许多罗曼什语人士一样，安德烈亚斯发现很难再有时间来说自己的母语。他承认，当其他语言被引入时，如果不进行专门的语言学习，就更难提高自己的罗曼什语技能。“只有当我开始为 Lia Rumantscha 工作时，我才终于能够再次提高自己的罗曼什语知识。”

安德烈亚斯是 Lia Rumantscha 秘书长，负责该机构保护和推广罗曼什语的使命，包括在政界和媒体中表达对该门语言的关注，并督导其推广。

近年来，随着罗曼什语人口数不断减少，安德烈亚斯的工作越来越具有挑战性。

最大的挑战之一是罗曼什语区的语言混杂度增加，占主导地位的德语正在明显取代罗曼什语。“超过 1/3 的罗曼什语人群居住在语言区之外，”他解释说，“第二个挑战是使在语言区外长大的儿童有机会学习罗曼什语，因为他们在学校没有学习过这种语言。”

安德烈亚斯认为，与瑞士其他国家语言相比，罗曼什语的地位还十分欠缺，“德语、法语、意大利语以及越来越多被使用的英语，都在瑞士占主导地位。我认为重要的是让罗曼什语在国家层面上有更多舞台。”

如此困难重重，为什么罗曼什语仍然值得保护？除了是 6 万名罗曼什语人重要的身份认同外，罗曼什语也是瑞士民族身份认同的重要组成部分。“罗曼什语的特殊性在于，尽管规模很小，但仍拥有国家语言的地位，以及它是格劳宾登州罗曼什语区的官方语言和学校教学用语，”安德烈亚斯总结说。

### 小黑板

多语言性是瑞士身份认同的一个重要特征。瑞士是多语言国家的典范，拥有四大语区，分属德语、法语、意大利语和罗曼什语。这些语言在比中国小 200 倍的疆域内和谐共存，其中最小众语言罗曼什语的保护与推广任重道远。





# 如何保证 瑞士社会阶梯 的畅通?

## 如何保证瑞士社会阶梯的畅通?

非政府组织乐施会 2023 年报告显示，全球极端贫困人口 25 年来首次增加；与此同时，富人越来越富有，占全球总人口 1% 的最富有群体的财富几乎是其余 99% 人口的两倍。

这种日益扩大的贫富差距在瑞士也存在。然而，与其他大多数国家相比，这个阿尔卑斯山国却在社会流动性方面表现得相当好。

### 什么是社会流动?

社会流动是指一个人（或其家庭）从一个社会阶层到另一个社会阶层的转变，这通常与他们父母的社会阶层有关。社会流动也被称为“在社会阶梯向上或向下的移动”。一个国家越促进社会流动，人们就越有机会生活地很好，无论其社会经济背景如何。

世界经济论坛《2020 年全球社会流动报告》根据影响社会流动的因素对 82 个国家进行评估，瑞士在全球排名第七，仅次于五个北欧国家及荷兰。

### 教育

接受教育是促进社会阶层向上流动的最大动力之一。在瑞士，超过 90% 的 25 岁年轻人已经完成某种形式的教育，52% 的人完成了高等教育，并且与其他经合组织国家相比，父辈未接受过高等教育的学生升入高等学府（高等教育机构）的可能性高于平均水平。也就是说，瑞士学子所拥有的教育向上流动性机遇，高于其他经合组织成员国平均数值。

较少的经济障碍有助于保持瑞士的高教育率，特别是对弱势群体而言。例如，与英、美等国相比，瑞士大学学费更容易负担。即使是顶级高校洛桑联邦理工（EPFL）和苏黎世联邦理工（ETHZ），每学期学费也不到 750 瑞士法郎。

然而，令人惊讶的是，超过 70% 的瑞士中学毕业生并没有去上大学，而是选择了职业教育：先做学徒再工作。即使是成绩最好的学生和父辈收入较高的人，也会选择职业教育。



苏黎世联邦理工大学是世界最顶尖大学之一，其学费比许多知名大学低得多 © ETH Zurich / Marco Carocari

瑞士独特的 VPET（Vocational & Professional Education System，简称 VPET）双轨制教育体系将工作场所培训与课堂教学相结合。这一体系十分灵活，合格的学徒可以继续接受进一步的专业培训，或是进入高等教育学院学习，而那些最终还是想上大学的人在通过入学考试后仍然可以继续学习。

与大学高额费用不同，VPET 职业教育为家长分担了部分经济负担，学徒期有工资，高质量的专业培训使学徒们在进入就业市场时处于有利地位。



VPET 体系将课堂学习与工作场所培训相结，并与就业市场紧密挂钩 © FDFA, PRS



## 就业

瑞士就业市场蓬勃发展，失业率一直很低。去年，失业人数降至 20 年来最低纪录，仅为 2.2%，青年失业率（15-24 岁）也仅为 2.0%。即使是弱势群体，包括在国外出生的居民，失业率也比瑞士本土出生的人口略微高一点。

这种经济成就主要归功于瑞士的服务业和制造业，但也正是由于瑞士就业市场的开放性和灵活性，使其成为一个有吸引力的投资。

瑞士企业享受着世界上一些最自由的劳动法，包括在雇用（或解雇）员工方面几乎没有限制，以及在工资和工作时间方面有更大的自主权。他们还可以从大量拥有高技能的应聘者中招聘，从中受益，而这又与瑞士的教育体系有关。

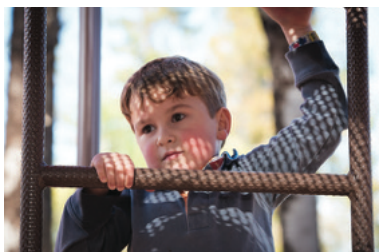


2022 年，瑞士平均失业率降至历史最低，仅为 2.2% © SBF1

大多数瑞士雇员拥有较高的教育水平和专业培训，反过来使得瑞士就业市场可以提供工资较高的高端工作。即使生活成本较高，6500 瑞士法郎的平均工资也比大多数其他国家要高。值得注意的是，学徒制毕业生和大学毕业生之间的工资差距并不大，因为 VPET 体系在就业期间提供了无数机会，使学徒获得进一步教育资质。实际上，许多瑞士中小型企业管理人员都出自职业教育体系。

## 社会福利

如果说教育和工作可以帮助人们向上攀登社会阶梯，那么社会福利则为他们提供了防坠落安全网。



帮助人们攀登社会阶梯的因素有哪些？© Pixabay

瑞士有着广泛的社会保障网络，包括失业福利、事故保险、产假、养老金和家庭津贴，生活在贫困线以下的人还可以得到进一步财政援助或社会援助。这有助于满足人们的基本衣食需求及住房和健康保险。这些援助不仅适用瑞士公民和居留证持有者，也同样适用寻求庇护者和难民。

2021 年，瑞士只有 26.5 万多人领取社会福利金，其中一半接受援助的人在第一年内便不再需要援助，只有 8% 的人需要超过 6 年的援助。

尽管让人们脱离社会福利并重新就业是最终目标，但瑞士还在推动人们学习新的技能。通过提供进一步教育与培训机会，政府希望不仅能缓解劳动力短缺问题，还能使那些接受援助的人比以前过得更好。

## 社会流动 + 我



Valon Behrami  
足球运动员

瓦隆是瑞士最著名足球运动员之一，但他的体育明星之旅并不容易。

瓦隆出生在科索沃，父母是阿尔巴尼亚人。由于巴尔干战争，4 岁的他和家人被迫离开家园，来到瑞士意大利语区提契诺州定居。瓦隆开始学习意大利语并

在当地学校上学，同时他的家人在等待庇护申请结果。这一过程花了很多年，多亏了他村里 2000 多人签署的请愿书，庇护申请才最终得到批准。

在这段时间里，瓦隆表现出了真正的足球天赋，并最终走上职业足球运动的道路。他开始在提契诺州进行职业比赛，随后转至意大利、英格兰和德国的顶级俱乐部。瓦隆后来代表瑞士连续参加了四届世界杯，是第一个参加世界杯的瑞士球员，还参加了两次欧洲锦标赛。



Conny Camenzind  
瑞士外交官

康妮是瑞士外交部一名外交官，但她并没有接受过传统的外交官培训。

她在瑞士德语区一个风景如画的小村庄长大，读完中学后，康妮渴望经济独立，因此开始了银行学徒的工作。她先后在三家不同银行工作过，后来出于对国际旅行的兴趣，来到了瑞士外交部。

在外交部，康妮从秘书做起，然后加入领事部门，在世界各地许多瑞士使领馆担任外交官。在外交部工作期间，她继续深造，并在毕业时获得政治学本科学位。康妮于 2019 年在成都上任，成为少数几个担任总领事职务的瑞士女性外交官之一。今天，她是瑞士驻悉尼的总领事。



Sergio Ermotti  
前瑞银首席执行官

塞尔吉奥是金融业最具影响力的人物之一，但他并不总是梦想成为一名高高在上的银行家。

塞尔吉奥来自瑞士南部意大利语城市卢加诺。小时候，他是当地足球俱乐部 FC Lugano 的忠实球迷，梦想着从事体育工作。中学毕业后，塞尔吉奥计划接受体育教师培训，但在进入大学之前，他决定在该市一家银行做学徒，以填补空余时间。培训几周后，塞尔吉奥发现他真的很喜欢这个工作，他的银行生涯也是从这里开始的。

学徒期满后，塞尔吉奥在花旗银行从事股票债券交易工作，一路升至副主席。随后，他在总部设在伦敦的投资银行美林证券和意大利联合信贷银行担任高级职务，然后回到瑞士，最终成为瑞士最大银行瑞银的首席执行官。

## 小黑板：

瑞士在社会流动性方面一直表现优异，接受教育是促进社会阶层向上流动的最大动力之一。在瑞士，超过 70% 的中学毕业生并没有去上大学，而是选择职业教育：先做学徒，再工作。瑞士独特的 VPET 双轨制教育体系为保证社会阶梯的畅通提供了有利条件。





# 瑞士如何促进对身障者的社会包容？

## 瑞士如何促进对身障者的社会包容？

身心障碍是人类生活的一部分，几乎每个人都可能在生命中某个时点经历某种形式的暂时或长期性身心障碍。目前全球有 13 亿人（约占总人口 16%）患有身心障碍。在瑞士，这一比例甚至更高，达到 22%，其中近 1/3 的人被认为是严重身心障碍。

身心障碍不仅是医疗问题，也是社会问题，许多身障人士无法平等享受包括教育、就业、住房和公共服务在内的社会福利与权益。随着全球身障人口预计到 2050 年将翻一番，支持身障者融入社会对社会的增长和繁荣至关重要。

全球范围内正在采取措施来缩小对身障者社会包容的差距，如联合国许多可持续发展目标均涉及身障者。瑞士在帮助他们积极融入社会方面有哪些举措呢？

### 更多的政治权利

瑞士《禁止歧视身障人士法》2004 年正式生效，旨在防止并最终消除对身障人士的歧视。例如，法律规定瑞士包括火车、



2023 年 3 月，瑞士议会首届身障人士会议 © SRF

公共汽车、船舶和缆车在内的所有公共交通工具都应达到无障碍设施要求。瑞士最大的交通运营商联邦铁路公司 SBB 表示，从 2024 年起，全国数百个火车站新建无障碍坡道、电梯和高架站台，这使得 75% 使用这些服务的乘客将能够完全独立自主地出行。

但瑞士 180 万身障者中的许多人仍在继续为更多的平等而战。2020 年，有严重智力或身体障碍的人在日内瓦州赢得投票权，这是瑞士首个引入此类改革的州，75% 的选民投了赞成票。目前，瑞士其它州正在考虑效仿日内瓦州的做法。

2023 年 3 月，瑞士议会举行首届身障者会议，与会者占众议院 200 个席位中的 44 个，代表瑞士 22% 的身障人士。会议辩论后通过决议，以加强身障人士的政治参与性和对该群体的政治包容度。政府还希望修改《禁止歧视身障人士法》，并给雇主及公共和私人部门进一步压力，要求他们采取更多措施保护身障者权益。



瑞士《禁止歧视身障人士法》规定让身障者更易融合社会的法律框架，包括完全无障碍乘坐所有公共交通 © SBB

### 什么是身心障碍？

身心障碍（简称身障）是指造成个人在参与社会生活及互动中产生困难的任何状态，这种状态可能是认知发展、智力水平、精神心理、身体行动、感官功能的障碍，亦或是多种障碍的组合。



SEK 3 为听障儿童提供在普通学校环境中接受双语教育（手语和口语）的机会 © SEK 3

### 综合性的学校教育

受教育是一项基本人权。在瑞士，所有身障儿童和青年（20 岁以下）都有权享受特殊教育。在 2021/22 学年，这一比例约为 4%。

瑞士学校大多采用融合而非分离式教学的方式，许多身障儿童在普通全日制或半日制学校及幼儿园学习。无论是否患有身障，所有儿童都可以在同一所学校甚至教室里共同学习，必要时接受特殊教育和医疗服务。只有那些无法以这种方式融合的儿童才会去特殊教育学校接受专业教育。

SEK 3 位于苏黎世郊外，是一所专为听力障碍儿童开设的中学，它包含在普通教学机构中，因此学生有机会接触正常儿童及主流青年文化（基本上是在普通公立学校接受的所有教育）。根据听力缺陷程度，学生们或被部分融入普通班级，或就读于结合了手语与口语的双语班级。

通过消除特殊教育和普通教育间的隔阂，所有儿童都可以获得相同的课程与机会。身障儿童可以为正常同龄人提供新的社会视角，增强自信，并学习在包容性课堂之外没能学过的各种知识与技能。



苏黎世 Blindekuh 餐厅是第一家在黑暗中为顾客提供服务的餐厅 © Blindekuh

### 包容性的工作机会

在瑞士，18-64 岁年龄段有 4% 的人领取身障津贴。与北欧国家一样，这是世界上最慷慨的福祉之一。尽管有这些财力支持，身障人士仍高度参与瑞士社会工作，他们中的 68% 工作活跃收入稳定，而那些患有严重身障的人，46% 的人仍在工作或找工作。

参与劳动力市场使身障者能够很好地发挥其自身技能，成年人的生活主要是在工作中创造价值和获取收入，工作使身障者也有机会为自己打造社会和职业身份的认同。

除个人益处外，加强对身障者的社会包容也出于较大的经济需求。世界经济论坛数据显示，在一些国家排斥身障人士要付出高达 7% 的 GDP 收入，更不用说那些身障者本身未经开发的潜能，以及他们提供的全新和更多样化的社会视角。

瑞士采取了许多措施来支持职场中的身障人士。例如，在酒店管理行业，苏黎世 Blindekuh（盲牛）慈善基金会为盲人和弱视人群提供就业机会，其最著名的项目便是黑暗中的 Blindekuh 餐厅，



2/3 的员工患有智力障碍 © 马蒂尼精品酒店

它为视力正常的顾客提供了一个体验盲人黑暗世界的独特机会。而瓦莱州的马蒂尼精品酒店则既是商业酒店，也是一个有关社会融合的项目，因为酒店近 2/3 的员工患有智力障碍。而对那些有心理障碍的人（目前在瑞士呈增多趋势），JCP 就业服务机构则是伯尔尼大学医学院精神病学部门提供的一项专业融合服务，通过医疗救助和个人就业指导，帮助身障者重返工作岗位。

### 辅助性技术支持

对那些有最严重身心障碍的人来说，像洗澡或冲咖啡这样的日常动作都可能是一个巨大的挑战。很多人尤其是老年人，都需要家庭护理服务或是住到养老院去。

辅助技术可以为这些日常挑战提供解决方案，使身障者享受到更多独立自主性与包容性。在全球范围内，有超过 25 亿人使用一种或多种辅助产品如助听器、轮椅或义肢，该数字预计 2050 年将增至 35 亿。为支持这一不断增长的需求，瑞士一所大学有着独特的想法。

Cyathlon 比赛是苏黎世联邦理工大学（ETHZ）的一个非赢利项目，来自世界各地的半机械人团队竞相制造最创新的身障辅助技术。每个团队由一名“飞行员”（身障者）和一名来自大学或科技公司的工程师组成，一起解决可能成为身障者真正障碍的日常操作，包括用机械臂义肢系鞋带、用义腿在岩石上站稳或用机械外骨骼克服不平路面行走。该赛事

不仅能促进身障辅助技术的研发，还可以在瑞士和全世界提高对身障者包容度的认知。

Cyathlon 也来到了中国，2023 年 3 月在江苏的比赛中，身障选手徐敏与来自苏州生物医学工程技术研究所的团队一道摘得桂冠。徐敏戴上前臂机械义肢，耗时最短并零失误完成各项挑战。现在，中国队正在为 2024 年在瑞士举行的国际决赛做准备。



苏黎世联邦理工大学的 Cyathlon 比赛挑战世界各地团队以研发日常应用辅助技术 © ETHZ / Alessandro Della Bella

### 身心障碍 + 我



David Mzee  
高位截瘫患者

在苏黎世上大学时，大卫在一次体操事故中脊椎受伤，22 岁成为高位截瘫患者，并被医生告知永远无法行走。但在七年后的 2017 年，洛桑联邦理工大学和洛桑大学医院的一项开创性研究帮助大卫重新获得了行走能力。

科学家模仿大卫受伤前身体发出的刺激模式，使用无线植入装置电击所需肌肉。经过数月艰苦训练，即使没有电击，大卫也可以控制曾瘫痪的腿部肌肉了。

大卫参加了 2019 年世界生命之翼长跑活

动，鼓舞了超过 12 万名跑者和轮椅选手。该活动旨在支持脊髓损伤方案的研究。活动中，大卫从轮椅上自己站了起来，并走过起跑线的前几米。



Tatjana Binggeli  
瑞士首位失聪博士

塔佳娜是首位在瑞士获得博士学位的失聪者。上大学对许多失聪人士来说是一大挑战，因为要通过手语翻译来帮助学习，过程十分繁杂。塔佳娜坚持了下来，并在通过普通高中学考试后继续学习医学和生物医学。她在瑞士多家医院工作后继续深造，最终获得科学医学博士学位。

作为瑞士失聪者联合会主席，塔佳娜为瑞士一万名失聪者的利益积极游说。如在新冠疫情肆虐期间，联合会希望失聪者能像普通人一样获得更多重要的政府信息，因此手语翻译很快出现在所有电视新闻发布会上。

现在，塔佳娜希望进入政界，为争取更多平等而努力。如果成功当选，她将成为瑞士联邦委员会首位失聪委员。



Théo Gmür  
残奥会冠军

泰奥在 2018 年韩国平昌冬残奥会获得高山滑雪三枚金牌时引起了轰动，他被选为闭幕式上的瑞士旗手，还被评为瑞士年度最佳身障运动员。

泰奥的家乡内达兹是瑞士阿尔卑斯山的一个滑雪胜地，生活在那里的大多数孩子在很小时就学会了滑雪或雪板。尽管

泰奥因脑水肿导致身体一侧偏瘫，但他的父母仍然鼓励他滑雪，很快他便站到了雪道上。

除了三个残奥会冠军，泰奥还拥有多个世界冠军。2022 年，他参加北京冬残奥会，又收获一枚奖牌。尽管比赛前夕左膝受伤，他还是赢得了高山滑雪男子滑降赛铜牌。



Julia Häusermann  
唐氏获奖演员

2012 年，茱莉亚完成表演培训，成为总部位于苏黎世荷拉剧团 (Theater Hora) 的专业演员。与剧团其他演员一样，朱莉娅也患有身障，她出生时患有唐氏综合症，这是一种会导致身体和发育出现问题的遗传性疾病。

荷拉剧团是全瑞士唯一一个演员都有学习障碍的专业剧团。除内部演出，剧团还与瑞士和国际知名艺术家及团体合作。

茱莉亚凭借在《身障者剧场》中的角色获得了阿尔弗雷德·克尔演员奖，这是一部探讨社会对待身障者方式的舞蹈作品。在朱莉娅之前，从未有智障人士获得过这一奖项。2014 年该剧在纽约上映时，朱莉娅还获得贝西奖提名。

### 小黑板:

身心障碍可能是认知发展、智力水平、精神心理、身体行动、感官功能的障碍，亦或是多种障碍的组合。身心障碍不仅是医疗问题，也是社会问题，瑞士通过赋予更多政治权利、消除特殊教育和普通教育间的隔阂、供给具有包容性的工作机会，以及提供辅助技术来帮助身障者更好地融入社会。



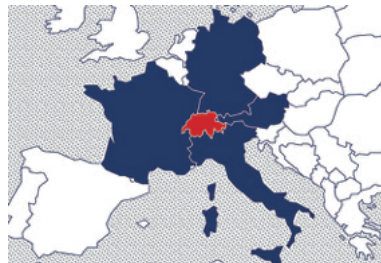


# 瑞士如何形成 社会文化的 多样与融合?

## 瑞士如何形成社会文化的多样与融合?

### 文化和谐

过去 100 年间，瑞士总人口增长了一倍多，达到 880 万。同样增长的还有瑞士社会的多样性，不同民族、种族、宗教及哲学派别都汇聚到这个阿尔卑斯多山小国。



瑞士与五国接壤，边境线长达 1935 公里，这些邻国对瑞士文化有着重要影响 © PRS

瑞士的生活与文化深受德国、法国、意大利、奥地利和列支敦士登五个邻国的影响，四大语区（德语区、法语区、意大利语区和罗曼什语区）均与各自邻国关系密切，因此形成了截然不同的文化与习俗。

### 什么是多元文化?

多元文化指不同宗教、种族或文化群体在一个社会中共存，通过促进文化多样性并确保所有群体受到同等重视，以促进国家和平，形成更好的社会环境。

移民也为瑞士带来更多元的文化。瑞士是欧洲外籍居民比例最高的国家之一，达到 25%。许多移民来自邻国，但近些年来自葡萄牙和西班牙的移民也有所增加，



现在瑞士人口共有 190 多个不同国籍。有意思的是，这些不同群体能够很好地和谐共存。但故事开始时，瑞士人之间相处并不融洽。

### 宗教对峙

16 世纪，宗教改革席卷欧洲，瑞士也出现了分裂阵营，新教和天主教在各自辖区占据上风。这种紧张对峙持续多年，最终导致 19 世纪的一场内战，当时瑞士七个天主教邦缔结了独立的“分离主义者联盟”。

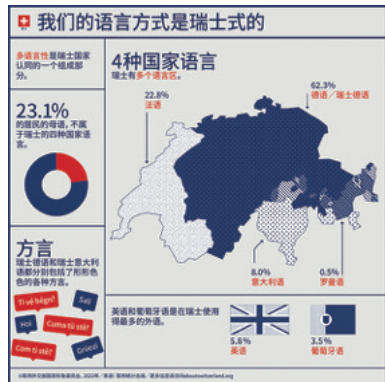


日内瓦宗教改革纪念碑 © Roland Zumbühl, picswiss

然而，原本可能摧毁瑞士各方关系的这场冲突最终却使人们走近，为今天多元化的瑞士社会奠定了坚实基础。宗教改革成为瑞士宗教多样性的重要拐点，打破了单一主导宗教的垄断，内战也使得瑞士在 1848 年从邦联制变为联邦制，各州冲突结束，经济得以发展。

### 统一与多样

随着联邦制的建立与经济的繁荣，瑞士各州终于迎来和平共处，并在地区多样性和国家统一性之间找到平衡。如今，各州仍继续发展自己的传统习俗，在各领域形成丰富多元的瑞士文化。



时使用。格劳宾登州甚至有德、意和罗曼什语三种语言。在学校，所有瑞士儿童必须学习至少另一种国家语言。

外来移民也令瑞士语言更加多样化，英语和葡萄牙语是最常用的非本国语言，西班牙语、塞尔维亚语、克罗地亚语和阿尔巴尼亚语也广泛使用。日常生活中，大约 1/4 的瑞士人用自己的母语而非瑞士国家语言进行交流。

### 音乐、艺术与文学

瑞士文学一大特征是拥有四种不同语言的文学作品。瑞士文学大咖包括小说家马克斯·弗里施、戏剧家弗里德里希·迪伦马特、作家兼哲学家让·雅克·卢梭和儿童文学作家约翰娜·斯比丽等，其中斯比丽为瑞士和全世界贡献了有史以来最受欢迎的德语文学人物之一：海蒂。

音乐作品也一样采用四种语言，再加上英语和瑞士方言。约德尔山歌和阿尔卑斯号这两种民间音乐形式在乡村地区仍十分受欢迎。当代流行乐、摇滚和说唱在全国都很流行，夏季有许多大型露天音乐节，包括帕里奥音乐节、弗劳恩费尔德露天音乐节和蒙特勒爵士音乐节等。

### 语言

瑞士有四种国家语言：德语、法语、意大利语和罗曼什语。虽然德语是目前使用最广泛的语言，约 63% 的瑞士人口将其视为第一语言，但宪法确保所有国家语言都得到推广和保护。即使是只有 0.5% 人口使用的罗曼什语，也得到联邦和州政府的大力支持，以保持活力。

大多数州只有一种官方语言，但在伯尔尼、弗里堡和瓦莱等州，法语和德语同



帕里奥音乐节是瑞士最大的露天音乐节 © Region du Léman



上世纪 50 年代《海蒂》中译本 © 苏黎世儿童与青少年媒体研究所

没有所谓典型的瑞士艺术，虽然总体风格趋于温和，以阿尔卑斯为创作中心，但瑞士的艺术创作却十分多元。最著名的艺术家包括画家费迪南德·霍德勒和保罗·克利，以及雕塑家阿尔贝托·贾科梅蒂和让·丁格利。瑞士艺术家推动了各种国际艺术运动，达达主义也是一战期间在苏黎世创立的。瑞士也是欣赏艺术的绝佳之地，没有哪个国家的人均博物馆和美术馆数量比得上瑞士。

### 传统节庆

传统节庆通常取决于季节和地区，例如源于基督教的狂欢节通常在春季举行；规模最大的巴塞罗纳嘉年华连续三天三夜，鼓手、乐队、花车和马车在市中心游行；苏黎世六鸣节也有大游行，但真正的高潮是焚烧象征冬天的巨大雪人，雪人由布料、木屑和鞭炮制成，堆放在火堆上，它越早爆炸，就预示着夏季的阳光越充足。

许多传统节庆也源于当地高山牧场生活，包括约德尔山歌和瑞士式摔跤。约德尔唱腔曾用于瑞士牧民呼唤牛群或是村庄间的日常交流，如今已演变成一种流行的民间音乐形式，每年夏季都会举办许多约德尔歌唱比赛和节日。瑞士式摔跤

也在夏季举行，最大的摔跤比赛每三年一次在全国各地举行，近年来尤为流行，可与日本国技“相扑”相媲美。

### 美食

虽然国土面积狭小，但瑞士有着丰富的美食遗产，包括令人印象深刻的 700 种奶酪、250 种葡萄、350 种香肠和 200 种面包。每个地区都有自己的独特美食，许多菜肴深受德法意美食影响，包括德语区的巴塞尔小姜饼和苏黎世小牛肉、法语区的洛桑香肠和苦艾酒，以及意语区的玉米粥和梅洛葡萄酒。

许多美食最初是地方特色，后来风靡全国乃至世界，如土豆饼、烤奶酪、奶酪火锅和麦片粥。另外别忘了瑞士最著名的食品：巧克力。巧克力制作工艺在瑞士始于 19 世纪，如今瑞士每年生产 20 万吨巧克力，其中 3/4 销往世界各地。

### 多元文化的未来



瑞士式摔跤 (Schwingen) 是瑞士传统经典运动 © Pixabay

文化多样性在当今社会日益面临挑战（包括社会对移民的负面情绪），瑞士如何促进社会文化的多样与融合呢？

首先离不开法律保护。瑞士宪法禁止基于民族血统、种族、宗教或语言的歧视，联邦还制定了语言法，促进对四大语区的尊重，源于语言的文化生活在各领域才能交融并存。

其次，瑞士政治体制的一大特色“直接民主”确保所有国民、尤其是少数群体都可以发出自己的声音。瑞士联邦制赋予州政府充分的自治权，使政治进程尽可能贴近于民。

## 多元文化 + 我



Albert Einstein  
物理学家

爱因斯坦是诺贝尔奖获得者和世界上最著名的科学家之一，你知道他也是瑞士人吗？

生于德国，长于慕尼黑，爱因斯坦 1895 年移居瑞士，就读于现在的苏黎世联邦理工大学，1901 年毕业后成为物理和数学老师，随后搬到伯尔尼，在瑞士专利局工作，在此期间发表论文无数，包括著名的狭义相对论。1914 年，爱因斯坦离开瑞士，前往柏林大学任教，后赴美国普林斯顿大学担任教授。虽然他再也没有回到瑞士，但终生都保留着瑞士护照。



Martina Hingis  
网球运动员

在罗杰·费德勒之前，瑞士还有一位网球巨星，她是网球大满贯最年轻的冠军。

辛吉斯 1980 年出生于捷克斯洛伐克（现斯洛伐克），父母都是职业网球运动员，因此她从小就酷爱网球。1987 年，辛吉斯和母亲移居瑞士并成为瑞士公民。辛吉斯继续学习网球，赢得无数比赛冠军。14 岁时，她开始职业网球生涯。1996 年，15 岁的辛吉斯赢得温网女子双打冠军，成为史上最年轻的大满贯得主。一年后，她的世界排名升至第一并再次打破纪录：在澳网成为最年轻的大满贯单打冠军。当时辛吉斯年仅 16 岁。赢得 25 个大满贯后，辛吉斯 2017 年退役，现在与女儿在瑞士生活。



Nicolas G. Hayek  
斯沃琪缔造者

斯沃琪是世界上最知名的品牌之一，但它的缔造者是谁，他又是如何拯救瑞士制表业的呢？

尼古拉斯 1928 年出生于黎巴嫩贝鲁特，20 世纪 50 年代初移居瑞士。他的岳父在伯尔尼州拥有一家工程公司，后来岳父中风，海耶克接管工厂，管理家族企业让他对工业制造面临的挑战有了深刻认识。几年后，海耶克成立了自己的管理咨询公司，在业内树立了良好声誉。当时，由于国际竞争激烈以及电子表的强势发展，瑞士机械表陷入困境，出口不断下降，企业纷纷倒闭。海耶克被一家瑞士银行集团聘请，为拯救瑞士最大的两家制表集团出谋划策。他建议两家合并，创建了今天的斯沃琪集团，以生产色彩艳丽、轻便低价的石英表斯沃琪而闻名。

## 小黑板：

瑞士的生活与文化深受德国、法国、意大利、奥地利和列支敦士登五个邻国的影响，四大语区（德语区、法语区、意大利语区和罗曼什语区）均与各自邻国关系密切，因此形成了截然不同的文化与习俗。有意思的是，这些不同的文化群体却能够很好地和谐共存。





# 瑞士如何促使民众直接参与决策？

## 瑞士如何让民众直接参与决策？

瑞士或许是全球最接近直接民主的国家。

很少有国家能像瑞士这样赋予公民很多在政治议题上的投票机会，实际上，全世界所有在国家层面上的投票，有 1/3 以上都发生在瑞士。



瑞士公投 © PRS

为什么有这么多投票？直接民主制是瑞士政治制度中的一大特色，它使公民可以就国会的决策提出意见，或提出修宪提议（通过定期投票实现）。瑞士人每年进行最多 4 次投票，总共决定大约 15 项全国性公投事项。

### 什么是直接民主？

在民主制中，公民在总统、议会或地方选举中投票，他们选出的人代表他们做出政治决定；而在直接民主制中，公民自己直接投票决定法律和政策。全民动议与复决是直接民主的两种形式，它们为公民提供了挑战议会决策和修改宪法的机会。

直接民主可以追溯到 1848 年瑞士成为联邦制国家之初。由于语言和宗教信仰不同，统一各州十分困难，因此，为让各方接受一个现代化的中央政府，作为让步方案，产生了全民动议。

虽然直接民主并非瑞士独有（德国、意大利、墨西哥、乌拉圭和美国也有），但瑞士的直接民主制历史最悠久，也最为发达，它在所有政治层级运作，包括市级、州级（相当于中国的省）和联邦级（国家），基础极为坚实，议题范围广泛。

那么，直接民主在瑞士是如何运作的呢？

### 复决与动议

瑞士人有机会通过复决和动议来表达自己的意见，公民可以提出修宪（动议），或要求对联邦法律或任何其他立法机构颁布的法令进行投票（复决）。

#### • 非强制复决

瑞士议会通过的法律可以应公民要求进行全民公决，但前提条件是在新法公布后 100 天内征集到 5 万个有效签名（占合格选民的 1%）。

2021 年当《新冠法》出台时便是如此，瑞士人就此议题进行了不是一两次，而是三次公投。尽管有符合数量条件的有效签名，但每次公投，大多数选民还是支持政府的防疫政策。

实际上在瑞士，就同一议题进行多次投票并非没有。1994、2003、2007 和 2014 年，瑞士曾四次就国家统一医保



全民公投填写“支持”票 © PRS





征集签名 © Keystone

制度进行公决，但次次被否。同样，尽管瑞士是中立国，200年来从未参加过战争，但关于取消兵役制的议案也在1989、2001和2012年进行过三次公投，均被否决。

### • 强制复决

议会对宪法所作的每一处修订，都必须进行强制复决，即全民公决。针对瑞士是否加入某些国际组织，也必须进行强制复决。

最重要的全民公决之一发生在1992年，当时选民要决定是否加入欧洲经济区，反对方以50.3%的票数险胜，但瑞士人民并不完全反对加入国际组织。2002年瑞士成为联合国会员国，2005年瑞士选民又同意自己的国家加入申根区，允许申根国家的人员自由流动。

### • 人民动议

只要在18个月内征集到10万个有效签名（占合格选民的2%），瑞士人就可以付诸全民公决对宪法提出修改议案。政府有时会对这些动议提出反对意见，希望大多数选民和州支持原本议案。

2012年，瑞士选民以压倒性的多数投票反对每年延长2周带薪休假，彰显了他们令人印象深刻的职业道德，2/3的选民选择放弃6周休假制（原本是4周），以维护国家经济发展。这一投票结果与十年前的另一次关于紧缩政策的投票如出一辙，当时选民反对把每周工作时间从42小时缩短至36小时。

除了反对延长假期和缩短工时，选民还在2014年否决了在全国范围内设置最低工资标准，而每小时22瑞郎（约180元人民币）原本将是世界上最高的最低工资。随后在2016年，瑞士又成为全球首个就无条件基本收入（每月发放2500瑞郎，约合16000元人民币）举行公投的国家。你能猜到结果吗？瑞士选民再次选择将经济放在首位，以77%的反对票否决了这一提案。



在伯尔尼议会大楼，联邦委员每周一次例会，联邦议会每年举行四次会议 © GettyImages

### 议会选举

除定期动议和复决外，瑞士人每四年还要投票选举议会议员。瑞士议会实行两院制：国民院（下议院或众议院）有200名议员，联邦院（上议院或参议院）有46名议员。

瑞士议会的议员分属11个政党，获得选票比例最高的几个政党分享联邦委员会的席位。联邦委员会是瑞士政府的领导集体，是瑞士政府最高行政机构，其七名委员本身也反映了国家的多语言性，其中包括三名女性委员。这种政府形式称为协和式民主制度。



联邦主席一职每年由联邦委员会的7名成员轮流担任 © 瑞士联邦 2023

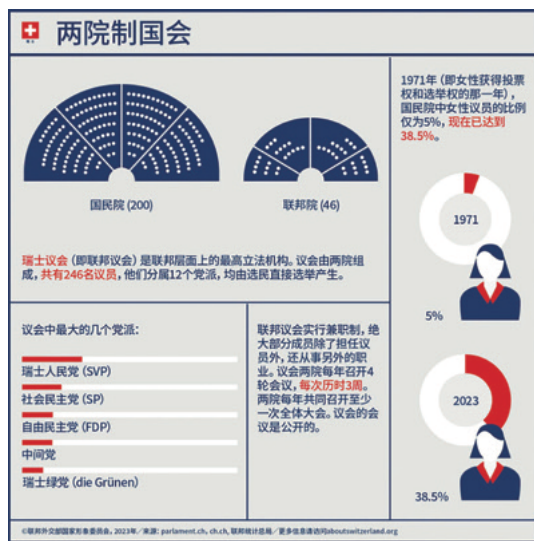
瑞士政府没有单独的国家元首，这一点有别于大多数国家。联邦主席被视为“平等中的第一位”，每年由七位联邦委员中的一人轮流担任。大多数日常出行中，联邦委员们没有警察或保镖相随，在首都伯尔尼的咖啡馆，甚至在乘坐公交时经常能看到他们的身影，这表明瑞士人对政府的高度信任。

### 参与投票

大约550万名18岁以上的瑞士公民，即全国总人口的63%左右，都拥有联邦层面上的选举权。

由于瑞士人的投票频率很高，他们可能因此而劳累，并且，与那些投票被视为特权而非常态的国家相比，瑞士人的投票率比较低。投票率因议题而异，但平均在40%左右。例如，2023年10月举行的上一次联邦选举的投票率为45%，而2021年6月和11月对新冠法案的投票率则超过了60%。

正如反对延长休假时间和缩短工作时间一样，大多数选民参与投票时都十分理智务实，而非随机或情感用事。瑞士的民主制度具有很强包容性，人民有机会在各政治层面就几乎所有议题发表意见，因此他们不太可能“摇摆不定”。此外，瑞士人政治意识强，关注新闻报道与



瑞士议会由国民院和联邦院两院组成 © PRS



内阿彭策尔州和格拉鲁斯州的“州民大会”举手表决 © PRS

分析，倾听政党和竞选者的言论，并在投票前阅读政府发布的大量相关资讯。

如今，大多数瑞士人通过邮寄或网络进行投票。因此在投票日当天，为数不多的投票站可能会显得十分空旷。不过，在内阿彭策尔州和格拉鲁斯州，当地人更倾向于社区投票，各州投票和选举在州府广场上以举手表决的方式进行，这种民主参与形式被称为“州民大会”，可追溯至古希腊最古老的公民大会制。

### 民主的代价

瑞士直接民主比其他任何国家都走得更远，但如此广泛的政治进程需付出代价。

据估计，瑞士政府每年在全民投票上的花费超过 2.3 亿瑞郎，更不用说为投票宣传注入的大量资讯服务，以确保选民做出最佳决定。

然而对瑞士人来说，时间和金钱都物有所值。直接民主给了他们发言权，并提供了一个讨论议题的平台，否则这些议题可能会被忽视。直接民主还能确保政府承担责任，如果公民对任何决定不满，他们都有权采取行动。

自从 1891 年瑞士实行人民动议以来，只有 25 项（或 7%）动议被选民真正接受。然而，仅公民自己提出动议这一点，就有助于提高人们对某议题的认知，并吸引全国甚至全世界的关注。

### 民主 + 我



Armin Capaul  
农民

2016 年，瑞士农民卡保罗维护自己的民主权利，发起了一场关于牛角的全国性投票。他希望让那些保留牛角的农民获得经济奖励，理由是弄断牛角会让牛感到疼痛，并影响牛奶质量、体温调节和牛群内部的交流。

在动物权益组织支持下，这位农民征集到了令人印象深刻的 12 万份签名，比最低要求的 10 万签名还多出 2 万，从而将这一问题提交全国公投。最终 55% 的选民否决了这一动议。尽管如此，卡保罗仍获得 100 万张支持票，并在全国掀起了一场关于是否弄断家畜头角的热烈讨论。



Franz Weber  
活动家

瑞士活动家弗朗兹一生中发起了 150 多场运动，是最早利用直接民主来推动其事业的环保主义者之一。

20 世纪 70 年代和 21 世纪初，弗朗兹发起数次州级投票，以保护沃州拉沃葡萄酒梯田。2008 年，他发起全民动议，要求瑞士空军停止在旅游区上空进行飞行训练，而在瑞士，旅游区几乎遍布全国！

不过，最令人难忘的还是韦伯在 2012 年提出的限制第二套住宅的动议，他认为建造不必要的建筑会破坏景观，尤其是在高山地区。尽管遭到建筑业的强烈反对，50.6% 的瑞士选民还是支持这一动议，即在每一社区，如果至少 20% 的住宅为第二套住宅，则不得再建造新的建筑。

### 小黑板：

直接民主制是瑞士政治制度中一大特色，它使公民可以就国会决策提出意见或提出修宪，通过定期公投实现。全民动议与复决是直接民主的两种形式，另外，瑞士人每四年还要投票选举议会议员。瑞士政府没有单一的国家元首，联邦主席每年由七位联邦委员中的一人轮流担任。瑞士直接民主比其他任何国家都走得更远更深。





# 瑞士如何成为最适合养老的国家？

## 瑞士如何成为最适合养老的国家？

在世界范围内，60岁及以上人口比例的增长比其他任何年龄段都要快，这主要是源于婴儿潮（1946-1964），即二战后出生的一代人。战后由于经济强劲，全球婴儿出生率激增。如今，大多数婴儿潮一代已到或接近退休年龄，引发许多国家对如何应对这一人口比例巨大变化的担忧。



瑞士是世界上平均预期寿命最高的国家之一 © Keystone

瑞士也不例外。几十年来，瑞士人口结构发生了很大变化，儿童和年轻人人口比例下降，老年人比例上升。人口老龄化的主要原因是低出生率和预期寿命不断延长。

20世纪初，瑞士生育率为每名妇女生3.7个孩子，现在这一数字是1.5，远低于总和生育率2.1这一更替水平。生育率下降的一个原因是人们推迟了组建家庭的时间，从而推迟生育时间，许多夫妻少生或不生。近几年新冠疫情导致财务上的不安全感，使人们在组建家庭时一再三思。

与此同时，目前瑞士的平均预期寿命位居直接前列，男性为82岁，女性为86岁。瑞士人为何如此长寿？除了健康的生活方式、高水平的教育、与大自然和清新空气的亲密接触外，出色的医疗保健系统也是主要原因。

但在未来几十年，由于人口老龄化，和大多数国家一样，瑞士将面临更大的经济和社会问题。虽然外来移民在某种程度上缓解了这一问题，因为许多移民都处于工作年龄（20-64岁），但这并不是一个持久的解决方案。相反则需要关注积极养老，提高老年公民的生活质量，鼓励他们参与社会活动。

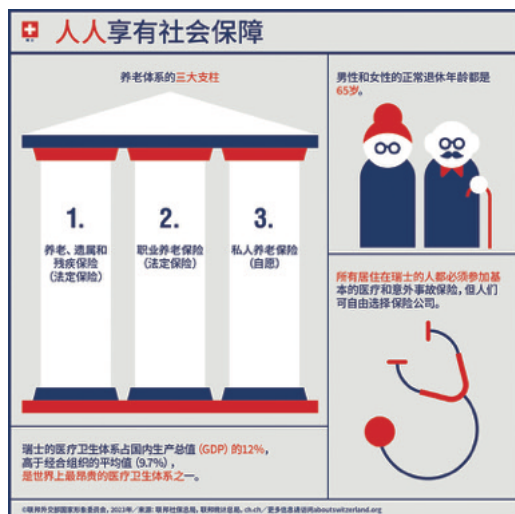
### 什么是积极养老？

根据世卫组织，积极养老指人们在年老时有机会保持健康、参与社会活动、确保个人安全并提高生活质量。

### 有效的体系

根据 Natixis 发布的 2023 全球退休指数报告 GRI，瑞士是全球第二大最适合退休的国家，仅次于挪威。保持身体健康和财务安全对积极养老至关重要，而瑞士在这些领域中得分很高。

瑞士有着广泛而昂贵的社会保障网络，以保护公民免于贫困。与奥地利、丹麦



瑞士社会福利支出高于欧洲其他大多数发达国家 © PRS



1996年瑞士颁布医疗保险法，保证所有人都能享受全面的医疗服务 © PRS

和德国等大多数欧洲经济繁荣的国家相比，普通瑞士人在社会福利方面的支出更多。2022年，瑞士人共支付2.08亿瑞士法郎，其中大部分用于养老（8700万）和医疗（6900万）。

老年支出一般包括养老金。瑞士养老金制度建立在国家、企业和个人三大支柱上。国家养老金或第一支柱是强制性的，旨在满足个人退休后的基本需求，如果不能满足基本开支，养老金领取者有权向政府申请补充福利；企业养老金或第二支柱也是强制性的，它让人们积攒足够的储蓄，以维持和工作时相同的生活水准；最后，个人养老金或第三支柱对于那些有余钱的人来说是一个选择，可以通过鼓励他们免除税收而收取。

在瑞士，女性从64岁，男性从65岁起便可领取养老金，与经合组织的平均年龄相仿，这也是人们开始更多依赖医疗系统的年龄。

瑞士的医疗系统是世界上最好的医疗系统之一，它提供多种选择，可直接获得各级医疗服务，几乎没有等待时间，更不用说它的护士密度比世界上任何其他国家都要高。



纳沙泰尔州四名老人共同居住 © Guillaume Rey, RTS

自1996年以来，瑞士《联邦医疗保险法》保证了其880万居民享有全面的医疗服务，所有居民都有义务参加基本医疗保险，但政府将为低收入居民提供补贴。瑞士私营保险公司必须向所有人提供基本保险，不论年龄和病史，任何人申请加入都必须被接受。虽然不同保险公司保费水平可

能相差很大，但每家公司对同一年龄段和同一地区的所有投保人的费率必须相同。

### 集体生活

除了保持良好的健康和财务状况，社交生活和融入社区对积极养老也至关重要。

退休后，许多养老金领取者都希望尽可能长时间地住在自己家中。2000年至2019年，80岁及以上老人住在养老院的比例从21%下降到15%，这表明瑞士人不仅活得更长，而且活得更健康。然而，待在家里可能会让人感到孤独，尤其对于那些独居、身边没有家人探望的人来说。怎样才能让人们在变老时不感到孤独呢？

集体生活很好地解决了这一点。一般都是学生群体合住房屋，但瑞士纳沙泰尔州的四名老人证明，合租同样也适合老年人。这四位70多岁的房客已经共同生活了20年，每个人都在家庭管理中发挥

着作用。除了在食物和能耗方面能节约成本，这种居住方式还能给人带来安全感和陪伴感，如果有人情绪低落，另外三人还可以让他振作起来。

在瑞士，老年人合租还是很少见，但代际居住已成为日益增长的趋势。可以是多代同屋，也可以是多户同楼，即年轻家庭和老人住在同一个公寓楼里。对于养老金领取者来说，多户同楼是个不错的选择，既有集体生活，又有个人隐私。共享和参与是该居住形式的核心设计，住户可以在公共区域参加集体活动，有些地方甚至还提供配套医疗和社会护理服务。

相比较，对住在瑞士养老院或疗养院的老年人来说，与年轻人交流可能更加困难。2019年苏黎世推出一个创新项目，让老年人和年轻人走到一起：在该市就读的学生有机会住进养老院，以换取较少的房租。他们按10%的比例受雇为老



苏黎世2019年推出的老年人和年轻人共同居住项目 © ZVG Stadt Zurich

年居民提供支持，包括组织社交活动和为他们提供技术支持。该项目有助于增进两代人之间的了解，并为老年人带来更多自信与自尊。

### 积极参与

进入退休年龄后，人们在心理和社交上会丧失年轻时拥有的激情。因此，寻找机会保持活力和学习新的技能对积极养老非常重要。



巴塞尔的老年人在上元宇宙体验课 © Stefan Bohrer, Blick

Pro Senectute是瑞士最大的老年人权益保护组织，除了提供家庭帮助和财务咨询，他们还开设了许多在线和面授课程，以保持老年人身心活跃。课程从瑜伽、烹饪到外语，还有技术课程帮助老年人更自信地掌握最新技术。巴塞爾甚至有一门课，让老年人有机会体验元宇宙 Metaverse。

职业生涯的终结意味着刚刚退休的人难以找到生活的目标感，志愿服务则可以帮助他们找回自己的价值。

在圣加仑，尚为年轻的退休人员正在帮助那些比自己年长的人，该项目特别之处在于它采用“时间银行”模式，志愿者每工作1小时，就会被记入个人账户上，用于兑现他们日后自己所需的护理。志愿者的帮助与支持可以让老人延后进入养老院，因此该模式归根结底还是帮助降低了医疗成本。

### 解决方案，而非问题

1900年，瑞士65岁及以上人口还不到总人口的6%，如今这一比例达到20%即170万人。

瑞士人口老龄化已对生活的许多方面产生了影响。瑞士公民每年都要支付更多医保，以负担不断上涨的医疗成本。2022年，选民们勉强接受了提高女性退休年龄的方案，以协助支撑养老金制度

的第二支柱。预计未来几年还将进行更多养老金改革，以确保收支平衡。

尊重长者在欧洲文化中不像在中国那样根深蒂固。因此，这种负面影响会让老年人觉得自己是社会的负担。然而，正如瑞士开始展现的那样，养老金领取者仍然可以在扭转人口老龄化趋势方面发挥重要作用，他们只是需要获得这样做的机会。

### 年龄 + 我



**Marlies Näf-Hofmann**  
瑞士议会最年长的政治家

玛丽亚再次担任政治职务时已经 90 岁高龄，她加入瑞士人民党近 50 年，1992 年当选图尔高州议会议员并任职 20 年。她的政治议程包括公共交通无障碍和老年痴呆症患者日间照料中心等议题。2008 年，她在自己的州成功发起一项姑息治疗倡议，将对重病患者的关怀写入法律。玛丽亚一直活跃在瑞士政坛，直到 2018 年去世，享年 91 岁。

瑞士政坛正在掀起一股年轻政治家的浪潮。来自自由民主党的 Andri Silber-schmidt 在 2019 年当选议员时只有 25 岁。最近，来自人民党的 Katja Riem 在 2023 年 10 月当选时年仅 26 岁。



**Roger Federer**  
世界第一的最年长  
网球运动员

费德勒算不上老人，但在他职业网球生涯末期，他的对手只有他年龄的一半。尽管已经高龄，费德勒还是在 2018 年创

造了体育史，在 36 岁时成为夺得世界排名第一的最年长球员。此前纪录由美国球员阿加西保持，阿加西在 33 岁时到达职业巅峰。同年，费德勒还赢得澳网公开赛冠军，成为史上获得大满贯冠军年龄第二大的球员。

那么最年轻的世界第一呢？瑞士也保持着这一纪录。1997 年，16 岁的辛吉斯成为最年轻的世界排名第一网球运动员。辛吉斯还赢得了当年澳网公开赛，成为最年轻的大满贯得主。



**Ulrich Inderbinden**  
马特宏峰最年长的攀登者

乌里奇是一名登山向导，曾 370 多次登上马特宏峰顶峰。他 1900 年出生于采尔马特，21 岁时就带着妹妹首次攀登马特宏峰，25 岁时通过登山向导考试，在二战前后多年一直陪同游客攀登采尔马特峰。1990 年，为纪念马特宏峰首次登顶 125 周年，乌里奇以 89 岁高龄最后一次登顶。此后他继续从事登山向导工作，直到 96 岁因伤被迫退休。

在年龄的另一端，伊芙琳（Evelyne Binsack）在 24 岁时成为最年轻的登山家，也是世界上第一批获得瑞士联邦登山向导文凭的女性之一。伊芙琳还是首位登上珠穆朗玛峰的瑞士女性，也是唯一一位仅凭肌肉力量登顶世界最高点、最南端和最北端的人。

### 小黑板：

人口老龄化的主要原因是低出生率和预期寿命不断延长。瑞士人为何如此长寿？除了健康的生活方式、高水平的教育、亲近大自然和清新空气外，出色的医疗保健系统也是主要原因。政府鼓励社会关注积极养老、提高老年公民的生活质量，并鼓励他们参与社会活动。





# 瑞士女性如何 发表意见与争 取权益?

## 瑞士女性如何发表意见 与争取权益?

1991年夏日某天，瑞士各地数十万女性走上街头示威游行，争取性别平等，她们的首要诉求便是同工同酬。



1991年6月14日，瑞士第一次女性大罢工 © Keystone

1981年的一次投票确保了瑞士宪法中的平等原则，但十年后，男女薪酬差距仍然显著。于是，来自法语区的女钟表师们率先罢工，除要求同工同酬外还要求平等的受教育权和社会保障权、家务劳动分工公平以及终止性别暴力和家庭暴力。

这场女性罢工成为瑞士史上规模最大的政治示威活动之一。对瑞士女性来说，虽然这不是她们第一次为自身权益挺身而出（早在1941年，巴塞尔郊外一家纱厂的女工举行了为期一个月的罢工），但这次无疑影响最大。1991年的罢工最终引起瑞士全国乃至全球的关注，并促成一系列政治法案出台：

- 1996年《性别平等法》，禁止工作场所性别歧视；
- 2002年，“怀孕12周内堕胎非罪化”提案通过；
- 2004年《产假法》通过，瑞士母亲享有14周产假，薪资是原收入的80%；
- 2018年修订《性别平等法》，员工数过百的公司定期公布性别薪酬差距。

### 女性投票权

瑞士男性自1848年起就享有投票权，但

女性却等到123年后才享受到同等权利。瑞士首次关于女性选举权的投票发生在1959年，但被67%的选民否决，且均为男性选民。一些州如沃州、纳沙泰尔州允许女性就地方事务进行投票，但直到1971年才在全国范围内最终赋予女性选举权，这比邻国法国和意大利晚了25年多，比德国和奥地利晚了50年。

### 为什么瑞士女性这么晚才能投票?

最大的原因是当时瑞士的直接民主权属于男性，所有投票选民都是男性，他们中许多人不愿将自己的政治特权赋予女性，担心她们忽视了家庭角色。

如今，瑞士女性在各级议会都享有选举和被选举权，尽管有一个州经历了更长时间才等到这一天。内阿彭策尔州的女性一直到1990年瑞士联邦法院裁决后，才最终获得州内投票权。

### 政界女性

或许，女性罢工以来的最大变化就是女性参政。当瑞士女性在1971年最终获得投票权时，她们也拥有了被选举权。当年，首批女议员加入议会，11名女性进入国民院（下议院），仅占5.5%，1名女性则进入拥有46个席位的联邦院（上议院）。



1946年反对女性参政宣传海报：一个被忽视的孩子和一个被污染的奶嘴

时光快进 50 年，情况已大不相同。2019 年随着 MeToo 运动（反性骚扰运动）和又一次大规模女性罢工爆发，瑞士议会中当选女议员人数超过了以往任何时候，占国民院的 42% 和联邦院的 26%。一些地方政府的女性议员甚至占据主导地位，例如 2020 年伯尔尼市议会选举后，女性议员数是男性的两倍。

在政治生活最高层也有不少女性。历经 13 年，瑞士首位女性联邦委员在 1984 年当选，在随后 20 年至今，又有九位女性当选。2010 年，联邦委员会中的女性数量超过男性，这是一个历史性时刻，因为 40 年前瑞士女性才获得被选举权。现在，七名联邦委员中有三名是女性，现任（2024 年）联邦主席薇奥拉·阿姆赫德（Viola Amherd）是瑞士第六位女联邦主席。

## 商界女性

在领导国家的同时，越来越多的瑞士女性正在成为商业领袖。根据《2023 Schilling 报告》（瑞士咨询公司 guido schilling ag 对大型公司高管人士的调查报告），在管理层和董事会任职的女性人数比以往任何时候都多。新任命的执行董事会成员中有 25% 是女性，20% 的受调查公司执行团队中至少有三名女性。

政府通过实施性别配额使得企业女性领导者比例大为增长。2020 年，瑞士议会通过提案，在员工人数超过 250 人的公司，



2010-2012 年，瑞士联邦委员会中的女性数量首次超过男性 © 瑞士联邦

女性在管理层的比例应达到 20%，执行委员会中应达到 30%。

然而在 CEO 中，女性仍然少见。瑞士最大的 100 家公司中，只有 10 家由女性领导，其中最知名的是 Ems 化工集团掌门人 Magdalena Martullo-Blocher，她是目前瑞士上市公司中唯一的女 CEO。

另一方面，公共部门的发展速度更快，33% 新的管理职位由女性担任。2022 年，Mirjana Spoljaric Egger 成为瑞士红十字国际委员会首位女主席。目前，所有五位国务秘书（联邦公共服务部门最具声望的职位）都是女性。



Ems 化工集团首席执行官 Magdalena Martullo-Blocher © Keystone

需要提高女性领导者比例的不仅仅是大型跨国公司，也包括小企业和初创企业。虽然瑞士是世界上最具创新精神的国家之一，但女性创业举步维艰，目前只有约 20% 的初创企业由女性创办，而在科技领域这一比例更低，仅为 10%。

社会各界正在注意到这一点，近年来，瑞士为提高女性创业家数量采取了一些举措。苏黎世影响力中心（Impact Hub Zurich）2016 年发起“女创始人”倡议，其中包括一张展示 230 位女企业家的互

动地图，以激励下一代。巴塞尔大学则在 2019 年发起“女企业家”活动，通过提供活动、指导和赞助来帮助女性创业。

## 学术界女性

现在，瑞士女性比以往任何时候都更有能力担任领导职务，因为她们和男性一样受过良好的教育。2000 年，25-34 岁的女性中有 17% 完成了高等职业培训或高等教育，这一数字在 2018 年上升到 54%。相比之下，完成高等教育的年轻男性比例增幅较小，从 34% 升至 49%。

在大学就读中的女生人数也多于男生，2021-22 学年，接近 52% 的瑞士院校在校生为女生。尽管从院校毕业的女性越来越多，留在学术界的科研女性却越来越少，这在国际上称作“漏斗现象”，是女性在家庭与科研之间面临抉择压力的结果。

瑞士正在取得进展。为帮助女性留在学术界，研究机构和基金会采取措施，如科研补助、指导计划和育儿支持等。例如，瑞士国家科学基金会为有前途的科研女性在科研生涯的各个阶段提供资助，这包括支持女科学家领导的针对不同性别群体的研究问题和项目，以及帮助有子女的博士生和博士后支付育儿费用。



高学历女性多于男性，但家庭生活的压力使科研女性人数较少 © Keystone / Gaetan Bally

但仅有资金还不足以扭转女性在学术界的窘境，尤其是在女性研究人员比例更低的 STEM 科学工程领域。因此，苏黎世联邦理工学院首位物理学女教授 Ursula Keller 2012 年创办了女教授论坛，旨在创建一个提高女科学家知名度的平台。现在，苏黎世联邦理工和洛桑联邦理工 75% 以上的女教授都是该论坛成员，她们的许多学生都已在业界获得成功。

尽管瑞士在性别平等领域起步较晚，但在政府的有力举措和女性运动的推动下，社会正在迅速进步和转型。

2022 年，瑞士联邦性别平等办公室耗资 740 万瑞士法郎（6100 万人民币），用于促进职场性别平等、对抗性别暴力和家庭暴力。性别平等办公室还负责实施一项在所有领域实现性别平等的首个国家级战略，目标是到 2030 年实现真正的性别平等。



瑞士各地女性在 2019 年和 2023 年两度大罢工，要求平等权利 © Keystone SDA

在这一天到来之前，瑞士女性将继续发出自己的声音。就在去年，在首次女性罢工 30 年后，数十万女性再度走上街头，争取她们的平等权利。

## 性别平等 + 我



Tilo Fre  
政治家

蒂罗出生于喀麦隆，父亲是瑞士人，母亲是喀麦隆人，五岁时随父亲移居瑞士纳沙泰尔。与 20 世纪 30 年代在瑞士长大的大多数孩子相比，蒂罗显得与众不同，但在父亲建议下，她尝试尽力融入瑞士。毕业后她从事商业课程任教多年，并对政治产生兴趣。1969 年，蒂罗成为首位当选纳沙泰尔大议会议员的有色人种女性。两年后，她决定参选联邦议会国民院代表，这是瑞士政界最高职位之一。如果当选，她将推动瑞士女性权利并加强与发展中国家的合作。尽管蒂罗及其政治议程受到不少非议，她还是赢得了选举，并于 1971 年成为首批瑞士议会女议员之一。



Lea von Bidder  
企业家

年仅 22 岁的 Lea 在印度创办了她的第一家初创公司一家巧克力公司。两年后，她与三位年轻创业者一起创办了第二家初创公司 Ava。Lea 帮助筹集了 1200 多万美元，开发出 Ava 首个生育监测手环，帮助数千女性成功怀孕。2016 年，Lea 搬到公司的旧金山办公室，并在不久后被福布斯杂志列入 2018 年“30 位 30 岁以下最重要年轻企业家”名单。2019 年，她成为 Ava 首席执行官，领导公司直到 2022 年公司被最终出售。但 Lea 并没有等太久，同年她创立自己的第三家初创公司 Expeerly，这是一家位于苏黎世的营销公司，主营用户生成视频内容业务。



Marie-Claire Graf  
活动家

玛丽·克莱尔从小就意识到瑞士的气候危机，她经常和父母一起去莫特拉奇冰川，每次都会注意到冰川边缘向后移动的迹象。几年后，她发现自己有机会为此做点什么。2013 年，她和苏黎世的同学一起发起了首届可持续发展周。她开始参加国际气候会议，并会见了气候活动家格雷塔·桑伯格（瑞典环保少女 Greta Thunberg）。玛丽·克莱尔受到格雷塔在瑞典发起的学校罢课活动的启发，于 2019 年 1 月召集数百名年轻人在瑞士举行了第一次反对气候危机的学校罢课活动。

## 小黑板:

在瑞士，男性自 1848 年起就享有投票权，但女性却等到 123 年后才享受到同样的权利。尽管瑞士性别平等起步较晚，但在政府的有力举措和女性运动的推动下，社会正在迅速进步和转型。联邦性别平等办公室负责实施一项在所有领域实现性别平等的首个国家级战略，目标是到 2030 年实现真正的性别平等。



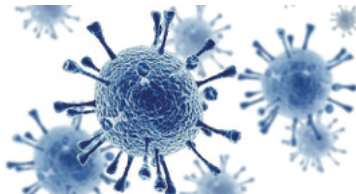




# 瑞士如何扭转曾肆虐的艾滋病形势？

## 瑞士如何扭转曾肆虐的艾滋病形势？

上世纪 80 年代，瑞士成为艾滋病毒肆虐的中心，当时在全欧洲，这一阿尔卑斯小国艾滋病毒传播率最高，这主要“归功于”城市中当街注射毒品十分猖獗。



艾滋病毒 © 国家传染病基金会

90 年代初，瑞士的艾滋病病例达到峰值，每年有 1300 例，即每 10 万人中有 5 例。之后病例数有短暂的下降，但随后十年中却再次回升。

2001 年，瑞士艾滋病毒感染率在西欧国家中几乎名列前茅，与上一波大多数感染者为同性恋相比，这一波病例大多发生在异性恋人群，专家担心他们因对抗艾滋病取得进展而自满，从而降低防范意识。

近几年，新的艾滋病例越来越少，去年仅有 261 例。

### 什么是艾滋病？

艾滋病毒 HIV（人类免疫缺陷病毒）是一种攻击机体免疫系统的病毒，如不及时治疗会发展成艾滋病 AIDS（获得性免疫缺陷综合症），这是一种危及生命的疾病。艾滋病毒通常是在无保护措施性行为中通过体液传播，共用针头或注射器的吸毒者也可能被感染。在怀孕、分娩或哺乳期，艾滋病毒也可能通过母婴传播。

目前全球约有 3700 万艾滋病毒感染者，虽然艾滋病无法治愈，但仍有一些有效的治疗与缓解方法。

### 开拓性的防艾战略

艾滋病毒检测和病毒暴露前预防药物以及早期治疗，大大遏制了病毒在瑞士的传播。正是瑞士人的务实与政府的决断，才能在适当时机做出果敢决定，从而真正产生效果，使瑞士成为抗艾模范国家。

#### • 针头换新计划

普拉兹施皮茨公园是苏黎世市中心锡尔河和利马特河之间的一片美丽绿地，然而 30 年前这里却是海洛因吸食者的天堂，被称为“针头公园”，吸引着欧洲各国瘾君子纷至沓来，在这里公开交易和注射非法药物。



30 年前的苏黎世针头公园 © Keystone

毒品注射不仅是苏黎世的问题，也是瑞士许多城市的问题。警方曾试图打压，甚至永久性关闭了针头公园，但由于缺乏医疗和社会支持，吸毒者和毒贩别无选择，只能在附近另觅他处。

随着艾滋病毒传入欧洲，瑞士成为艾滋病迅速蔓延的中心，人们很快发现吸毒者共用针头很可能是造成大面积感染的原因。瑞士处于危机之中，需要拿出新的方案来解决吸毒问题，这个方案应该聚焦公共卫生问题，而非对吸毒者的刑事拷问。

为了防止吸毒人员共用针头，瑞士卫生当局不惜推出一些激进措施，包括提供

针头换新、安全注射室，以及针头/射器自动售货机等。这些服务一出台便引起广泛争议，但随着计划的推行与生效，瑞士人的态度也很快转变。今天在瑞士，几乎每个大的城镇都有监督吸毒的设施，瘾君子中艾滋病毒感染率逐渐下降。



Platzspitz Park 旧貌新颜，今非昔比 © 苏黎世旅游局

### • “停止艾滋”运动

1987年，瑞士在全国范围内发行包含有性暗示和避孕套图像的系列争议海报，这些海报由政府委托制作，是全国防艾宣传运动的一部分。



1987年瑞士首张“停止艾滋”惊世骇俗 © FOPH

与政府常规宣传大为不同，“停止艾滋”使用了极具争议的口号与图像，因为在艾滋病例不断攀升的困境下，公民的健康与防艾意识需要迫切提高。

这场公开讨论性行为与伴侣更换的运动在瑞士国内外引起轩然大波，虽然遭到保守派（认为忠于婚姻是防艾唯一的有效方法）的反对，许多人都很钦佩瑞士政府的决心与果敢。

上世纪90年代中期，瑞士艾滋病例开始下降，21世纪初再度回升，促使政府重新调整战略。卫生官员认为，许多人、

特别是年轻人开始对抗艾成就感到自满，不再将其视为真正的健康威胁。

因此在2005年，“停止艾滋”转变为“热爱生活，停止艾滋”，关于安全性行为的争议海报被依旧采用，但运动焦点则导向如何享受性与生活。2014年，口号又演变为“热爱生活，无怨无悔”，同时提及其他性传播感染，其中一些感染在瑞士呈上升趋势。

自从首张“停止艾滋”海报面世、引起瑞士民众震动以来已过去40年，瑞士政府每年都会继续抗艾行动，努力找寻新的宣导方式来预防艾滋病和其他性传播疾病的发生。



瑞士政府抗艾运动主题随时间推移而发展，但有关争议海报仍被采用 © FOPH



瑞士 NAPS 计划为高危人群提供更多检测机会，包括 30 分钟内精准自测是否感染艾滋病毒 © Keystone

### • 抗艾声明

2008年，瑞士一些治疗艾滋病的资深医生发表了一份关于艾滋病传播的声明。声明指出，已接受艾滋病治疗至少六个月、没有感染任何性传播病毒的人，可以正常发生性接触并不使用安全套。该声明仅以德语和法语发表，仅供在瑞士的医生阅读，但很快引起国际媒体的关注，因为预防艾滋、舍弃安全套的提法引起了极大争议。

此前在瑞士，艾滋病毒感染者如果在性接触中不使用安全套，便是违法行为，即使被告正在进行逆转录病毒治疗，即使其未感染病毒的伴侣清楚彼此的情况而同意不使用安全套，却仍有人因而获罪。

随着“瑞士声明”的发表，一切都改变了，艾滋病毒感染者及伴侣终于能享有与其他人同等的权利。对一方感染而另一方未感染的异性伴侣来说，这意味着他们最终可以选择自然生育，而不必面临法律的指控。

尽管“瑞士声明”发表之初极具争议，这场赌博最终赢得了胜利。最新研究表明，如果感染者的艾滋病毒载量检测不到，就不会通过性行为将病毒传给他人。

### 2030年消除艾滋病毒

最新数据表明，瑞士约有17300名艾滋病毒感染者，占总人口0.2%。虽然新感染人数（每年不到300）远低于上世纪90年代高峰期，但瑞士与艾滋病的斗争尚未结束。

政府最新推出一项名为“杜绝艾滋、乙肝、丙肝和性传播病毒感染”（NAPS）的国家计划，主要针对那些感染艾滋病毒和其他性传播疾病风险较高的人群。NAPS可以提供简便和低门槛的病毒检测，包括可在30分钟内精准自测是否感染艾滋病毒。瑞士的医疗保险公司也将开始承担高风险感染人群的艾滋病暴露前治疗费用。政府雄心勃勃的目标是到2030年在瑞士清除艾滋病毒的传播。

### 艾滋病 + 我



Ruedi Lüthy  
医生、艾滋病专家

上世纪80年代初艾滋病毒传入瑞士时，鲁迪成为瑞士首批艾滋病毒专家之一。尽管当时还没有任何有效的治疗方法，他仍尽其所能帮助病人。1992年，鲁迪创建了一所名为“苏黎世灯塔”的艾滋病临终关怀中心，为艾滋病毒感染者和患者提供最后的服务与归宿。

90年代中期，治疗艾滋病的药物研究终于取得进展，作为苏黎世大学医院传染病学科主任，鲁迪继续为数百名患者进行治疗。

在瑞士抗艾20年后，鲁迪去往津巴布韦，并于2004年在当地开设了一家诊所，为负担不起医疗费用的贫穷艾滋患者提供服务。如今，在鲁迪·吕西基金会的支持下，位于津巴布韦首都哈拉雷的“新大陆诊所”为8000名当地人提供健康医疗与疾病防治服务。

40多年来，鲁迪始终致力于在瑞士和南部非洲抗击艾滋病，并在2007年被《读者文摘》评为“欧洲年度人物”。



André Ratti  
电视台主持人、记者

1985年7月2日，瑞士公布首例公开的艾滋病病例，他就是著名电视节目主持人和记者安德烈·拉蒂。

在确诊艾滋病后，安德烈当选为瑞士艾滋病协会主席，并在协会的首次新闻发布会上勇敢宣布：“我叫安德烈·拉蒂，50岁，同性恋，患有艾滋病。”

在担任主席期间，安德烈为那些深陷艾滋病毒和疾病影响的人挺身而出，同时也与自己迅速恶化的病情作抗争。他历经两次肺炎，最终还是在1986年6月住进医院，并于次年10月去世，享年51岁。

安德烈是真正勇敢的人，他将被世人铭记，是他使艾滋病走出晦暗、步入阳光，并帮助瑞士公众第一次关注到这种疾病。

#### 小黑板：

20世纪80年代，因公共场所注射毒品肆虐，瑞士曾一度成为欧洲艾滋病毒传播率最高的国家。近几年新的艾滋病例越来越少，正是瑞士人的务实与政府的决断，才能适时做出果敢决定，真正产生效果，使瑞士成为抗艾模范国家。政府雄心勃勃的目标是到2030年在瑞士清除艾滋病毒的传播。





# 瑞士性少数群体 如何争取 平等权利？

## 瑞士性少数群体如何争取平等权利？

1942年，瑞士废除禁止同性性行为法律，成为首批将同性性行为去罪化的欧洲国家之一。

早在1798年，日内瓦州、提契诺州、沃州和瓦莱州就通过了《拿破仑法典》（确保男女平等的法律），从而使同性合法化。但140多年后，同性性行为才在全国范围内合法化。

1942年后，尽管同性恋在瑞士不再被定罪，但仍不被社会接受。同性恋遭受不公平待遇，并与犯罪联系在一起，警察经常对他们的聚会场所突击检查，甚至还保留着官方的“同性恋登记册”。

同性恋活动被迫转入地下，但还是以某种方式蓬勃发展起来。在苏黎世，一个名为“圈子”的男同性恋协会定期组织聚会，并开创性地出版同名杂志《圈子》，这是当时欧洲发行的为数不多的同性恋期刊之一。

1969年6月，美国警察突袭纽约一家酒吧，引发公众骚乱，同性恋者走上街头捍卫权利。全球范围内的同性恋LGBTQIA+权利运动自此开始。

### 什么是LGBTQIA+？

LGBTQIA+ 是女同性恋、男同性恋、双性恋、跨性别、酷儿、间性人、无性恋以及其他性少数群体的英文首字母缩写。该缩写有多种变体，是所有非规范性的性取向和性别认同的总称。



1969年6月，纽约同性恋游行波及全球 © Keystone

### 同性恋权利运动

1970年，瑞士同性恋组织SOH成立。此前，虽然瑞士已有非官方同性恋权利组织，但SOH是第一个公开成立的组织。在随后几年，越来越多的公共维权组织成立，社会风气也发生了有利于同性恋者的明显变化。



《圈子》是欧洲同性恋运动最重要的出版物之一

但平等依旧遥不可及。1975年，巴塞尔举行首次公开示威游行。三年后，苏黎世第一次举行纪念1969年纽约骚乱的克里斯托弗大街纪念日游行（后称“骄傲游行”），游行期间收集到5000多个签名，呼吁彻底废除警方的同性恋登记制度。瑞士媒体也参与其中，最终迫使警方销毁这些档案，结束了对同性恋者长达数十年的监控。

1985年，艾滋病传入瑞士，导致许多人死亡，尤其是男同性恋者。男同性恋权利组织不得不将工作重心转移到抗击艾滋病上，而不再是争取平等。不过，尽管过程艰难，瑞士还是涌现出两个新的全国性权利组织：瑞士女同性恋组织LOS和男同性恋与双性恋组织“粉红色十字”，LGBTQIA+运动也取得了50年来最大的一次政治胜利。

1992年，73%的瑞士选民压倒性通过关于性侵犯的新法案，作为改革的一部分，新法案将同性恋者性同意年龄从20岁降至16岁，与异性恋者性同意年龄相同。

- 1942 年，同性性行为在瑞士合法化
- 1992 年，同性恋者性同意年龄从 20 降至 16 岁
- 2007 年，允许同性恋注册伴侣关系
- 2020 年，基于性取向的歧视为犯罪
- 2022 年，允许同性伴侣结婚



瑞士是西欧最后几个允许同性婚姻的国家之一 © AFP

## 消除公众恐同情绪

进入 21 世纪，瑞士性少数群体似乎不仅逐渐被社会接受，而且还得到庆祝。苏黎世定期举办骄傲节游行，迎接来自全国各地成千上万名同性恋和异性恋者的狂欢。

但对同性恋的接纳并非延伸至社会的每一个角落，恐同情绪仍普遍存在。如 2017 年，一名同性恋记者在社交媒体发布了一段他在日内瓦电车上遭受恐同言语攻击的视频；2019 年，多家新闻网站报道称瑞士中部一家日托中心拒收两名三岁男童，因为他们的父母是同性恋。

是时候采取措施了。2018 年，瑞士议会同意将《反歧视法》（当时只涉及种族、宗教和民族）扩大到性取向领域。但一些保守派反对这一修正，认为新法将破坏他们的言论自由。

此事被迫付诸表决，63% 的瑞士选民赞成政府保护 LGBTQIA+ 群体不受歧视。现在，公共场合恐同行，包括在电视上发表的言论或在社交媒体上发布的信息，都将收到最高达三年监禁的判罚。



2020 年，63% 的瑞士选民赞成将反歧视法的适用范围扩大到性取向领域。

## 婚姻平权

反歧视投票后，同性恋获得了前所未有的法律保障。然而，当时的瑞士是西欧少数几个尚不允许同性婚姻的国家之一，虽然自 2007 年以来同性恋者可以注册伴侣关系，但教会团体和保守党派反对同性婚姻，认为这将破坏传统的家庭价值观。



一年一度的苏黎世骄傲节是瑞士最大的 LGBTQIA+ 狂欢派对 © Urs Jaudas

尽管如此，瑞士政府最终还是通过了新法案，允许在 2020 年实行同性婚姻。新的修正案也称“婚姻平权法”，但随即受到一些政党质疑，不得不于次年进行全民公投。最终，超过 64% 的选民和每一个州都支持该法案，并于 2022 年 7 月正式确立婚姻平权法。

在同性婚姻合法化的前半年，数百对同性新人喜结连理，数千对新人将注册伴侣关系转变为婚姻关系。同时，“婚姻平权”不仅仅是对婚姻平等的一项投票，同性伴侣也可以领养孩子，女同性恋者可以尝试试管婴儿，包括接受精子捐献。此外，同性外国配偶可以申请快速入籍，这一程序比以前更快更便宜。

婚姻平权投票也对跨性别权利产生了重大影响，跨性别人和间性人现在可以在民事登记处更改自己的名字和法定性别，而无需法院批准。



同性婚姻法对瑞士跨性别人士产生了重大影响，他们无需诉诸法庭即可改变法定性别 © Keystone, Peter Schneider

80 多年前，同性恋在瑞士还属于犯罪。从那时起，瑞士取得了长足的进步，为性少数群体争取平权之路的脚步也越发加快。仅在过去五年，《反歧视法》的适用范围就扩大到性取向领域，合法更改法定性别更加容易，同性伴侣也可以结婚。

瑞士的快速前进不仅体现在法律平权上，如今也会举办众多 LGBTQIA+ 活动，包括同性恋电影节和粉红苹果电影节。瑞士各地仍举行骄傲游行，其中规模最大、历史最悠久的苏黎世骄傲游行去年吸引了 7 万名游客。



瑞士同性恋军官为军队中的性少数群体提供支持 © a-marga, Flickr

现在，更多权利组织在为更广泛的性少数群体，特别是处于弱势的群体提供支持。例如，“同性恋大赦”组织为瑞士的同性恋寻求庇护者提供支持，“瑞士同性恋军官”组织则是一个军队同性恋成员的组织。

同性恋在瑞士政界也比以往更具代表性，Anna Rosenwasser 和 Tamara Fumicello 是议会中两位杰出的同性恋活动家，苏黎世市长 Corine Mauch 是该市第一位公开女同性恋身份的市长。

最近，瑞士政府宣布，从 2024 年起，LGBTQIA+ 议题将获得更多资源和资金，包括制定一项打击基于性取向的恐同犯罪的国家行动。

## LGBTQIA+ + 我



Kim de l' Horizon  
非二元性别小说家

基姆是瑞士小说家、剧作家，2022 年成为首位获得德国图书奖的非二元性别者。

Ta 在伯尔尼长大，在苏黎世学习德语、电影和戏剧，是瑞士文学杂志《谵妄》编委会成员、伯尔尼剧院常驻剧作家。

2022 年，基姆出版了耗时 10 年完成的处女作《血书》，小说以一个非二元性别者的视角，讲述 ta 的祖母患上老年痴呆症时，ta 开始公开自己的性别身份。

《血书》获得了 2022 年德国图书奖、尤尔根·庞托基金会文学奖和 2022 年瑞士图书奖。在法兰克福举行的德国图书奖颁奖仪式上，基姆剃光头，以示对当时伊朗抗议女性的声援。



Christine Hug  
跨性别军官

克里斯蒂娜是一名瑞士军官，她 20 岁参军，学习军事历史，最终成为中校，指挥着一个拥有 70 辆坦克和 1000 名士兵的军营。

2019 年，克里斯蒂娜公开自己的跨性别身份，成为瑞士军队中首位跨性别军官。在克里斯蒂娜公开身份同一时期，瑞士

军队认为跨性别者在医学上不符合从军资格，不会考虑招募他们入伍。

2023 年，克里斯蒂娜在准备与妻女的假期时死于意外。她去世后，瑞士军官协会主席发表声明，称她是那些“同样困于不同身份、性取向和性别认同的军人学习的榜样”。



Claude Janiak  
同性恋议员

克劳德曾在巴塞尔学习法律，之后投身政治。作为社会民主党党员，他于 1999 年当选为巴塞尔州国民议会议员。在议会任职期间，克劳德还担任过抗击艾滋病组织 Aids-Hilfe beider Basel 的主席。

2005-2006 年间，克劳德成为瑞士国民议会首位公开身份的同性恋主席，2007 年又入选联邦议院直至 2019 年退休。目前，克劳德和他的注册伴侣生活在一起。



Tamy Glauser  
非二元性别时装模特

塔米是瑞士时装模特、作家和 LGBTQIA+ 权利活动家。Ta 从 2012 年开始成为一名模特，曾为薇薇安·韦斯特伍德、路易威登和让·保罗·高缇耶等著名时装品牌工作。塔米因其雌雄同体的外表而闻名，2021 年，ta 以非二元性别身份出柜。

在从事模特事业的同时，塔米还积极参与政治活动，获得了绿党提名，竞选 2019 年瑞士国民议院席位，并继续为 LGBTQIA+ 争取权利。

### 小黑板:

80 多年前，同性恋在瑞士尚属犯罪。从那时起，瑞士取得了长足的进步，为性少数群体争取平权之路的脚步也越发加快。仅在过去五年，《反歧视法》的适用范围就扩大到性取向领域，合法更改法定性别更加容易，同性伴侣也可以结婚。



## 关注我们

### 瑞士驻华大使馆



使馆微博



大使微博



使馆微信



使馆头条

### 瑞士驻广州总领事馆



广州领馆微信

### 瑞士驻上海总领事馆



上海领馆微博



上海领馆微信

### 瑞士驻香港总领事馆



香港领馆网站

瑞士驻华大使馆 2024 年年度赞助商



