



di Resy Canonica
Giornalista freelance

Il Ticino solidale: volontari offresi



Foto: TIPress

Spitex cure a domicilio

Sia la citazione attribuita a Sofocle: «L'opera umana più bella è di essere utile al prossimo» che la frase di una persona del nostro presente: «Non c'è niente di più bello al mondo del donare un po' di sé stessi agli altri» si riferiscono a un'esperienza di volontariato. Ovvero: lavoro non remunerato svolto sia nel contesto di organizzazioni sia su iniziativa personale.

È un'attività che pervade la vita di tutti i giorni, che viene svolta in modo costante, regolare e perlopiù silenzioso: innumerevoli gesti, azioni e parole senza clamore. Il volontariato può essere svolto nell'amministrazione di un'associazione sportiva, culturale, religiosa, sociale o politica, aiutando semplicemente i vicini nel fare delle commissioni, collaborando con i giovani, portando avanti dei progetti a tutela dell'ambiente, per la difesa dei diritti umani, l'assistenza ai malati, agli invalidi, ai bambini o agli anziani. Si tratta di una serie di contributi che vanno a costituire un bacino di ore e di competenze personali che sono ormai divenute una risorsa imprescindibile per il buon funziona-

mento di una società. L'Ufficio federale di statistica ci indica che nel 2020, in Svizzera il 41% della popolazione di età superiore ai 15 anni ha dichiarato di aver svolto attività di volontariato (organizzato e/o informale) nelle ultime quattro settimane, una percentuale che corrisponde a circa tre milioni di persone. In media vengono svolte 4 ore alla settimana. Le donne sono impegnate proporzionalmente di più nel volontariato informale (cfr. grafico "Partecipazione al volontariato informale, 2020), mentre gli uomini in quello organizzato (cfr. grafico "Partecipazione al volontariato organizzato", 2020). Cifre importanti e preziose che diventano visibili agli occhi di tutti in situazioni di emergenza, come catastrofi naturali o conflitti tra popoli. È in questi casi che sale in superficie la potenza e le potenzialità del volontariato. Come durante l'emergenza coronavirus che abbiamo da poco vissuto. Durante il periodo 2020-2022, caratterizzato dalla pandemia da Covid-19, in tutto il mondo si è assistito a una mobilitazione di volontari che hanno offerto un sostegno in vari ambiti sia in modo organizzato

che informale. Non ha fatto eccezione la Svizzera. Basta considerare le cifre registrate da un ente ritenuto il barometro della generosità: la Catena della Solidarietà. Per la colletta “Coronavirus Svizzera” sono state raccolte donazioni per oltre 44 milioni di franchi, fondi che sono stati destinati a progetti a favore di persone duramente colpite dal virus e dalle misure di contenimento dell'emergenza. Numerose anche le associazioni attive sul territorio ticinese che ne hanno beneficiato (cfr. box “Catena della Solidarietà”). La pandemia ha dunque sollevato un'onda di generosità da parte di cittadini che hanno offerto, oltre che il loro denaro, anche il loro tempo e i loro mezzi per assistere chi ha visto stravolgere la propria vita da un evento straordinario. In Ticino l'attenzione è stata rivolta in modo particolare agli ultrasessantacinquenni che, seguendo gli appelli delle autorità, sono rimasti a casa per non contrarre il virus. Dall'altro lato, la pandemia da Covid-19 ha influito sui servizi forniti dalle varie associazioni che si basano sul volontariato. Il doversi adattare alle norme di igiene le ha costrette a sviluppare nuove modalità di lavoro, in particolare hanno dovuto introdurre in modo più determinante la digitalizzazione nella struttura organizzativa, ma anche nell'attività stessa di volontariato, come ad esempio la modalità di incontro con i destinatari dei servizi. In questo senso, l'emergenza pandemica è stata un'esperienza di cui poter far tesoro, sia per quanto riguarda la mobilitazione dei volontari che per l'organizzazione delle attività delle associazioni. E per farlo è necessario un lavoro di ricerca e di coordinamento.

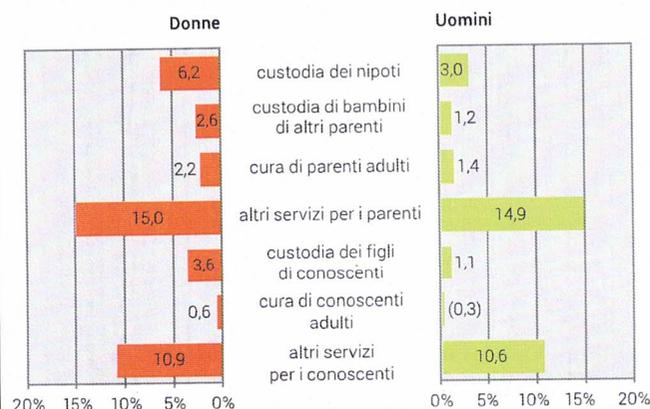
L'ente che si è prefissato già da tempo questo obiettivo a livello nazionale è la **Società svizzera di utilità pubblica** (www.sgg-ssup.ch). Dal 2002 la SSUP, insieme a una trentina di organizzazioni partner, ogni cinque anni realizza un ampio sondaggio e pubblica i risultati che costituiscono una panoramica del volontariato in Svizzera. Il più recente “Osservatorio sul volontariato” risale al 2020 (ba-

sato su una rilevazione di dati svolta nel 2019). Grazie a questo lavoro di ricerca, è stato quantificato il fenomeno del volontariato. Se ne comprende l'importanza se si pensa che ogni anno in Svizzera si fanno circa 17 miliardi di ore di lavoro, di cui poco più della metà non retribuite. Se parliamo di lavoro non retribuito al di là della sfera privata, ogni anno facciamo 220 milioni di ore sotto forma di volontariato formale in associazioni e organizzazioni e 450 milioni sotto forma di volontariato informale, principalmente nel quartiere di residenza.

In Ticino è presente anche un altro ente che ha l'obiettivo di coordinare l'impegno della popolazione di volontari: la **Conferenza del volontariato sociale**. La CVS offre un servizio di informazione e consulenza da un lato alle persone che desiderano impegnarsi nel volontariato e dall'altro alle associazioni che ricercano volontari. Dal 2021 ha a sua disposizione un nuovo strumento: il portale www.volontariato-ticino.ch che funge da piattaforma di riferimento per il volontariato nella Svizzera italiana. La CVS offre colloqui di orientamento personalizzato per aiutare a scegliere l'attività in base a interessi, disponibilità di tempo e luogo di residenza. Perché una persona può sentire di voler offrire un suo contributo alla comunità, ma non sapere in che forma. In più la CVS offre corsi di formazione sia per le persone che si avvicinano al volontariato (p.es. “volontari si diventa”), sia ai volontari già attivi da anni (p. es. “strategie di gestione della comunicazione con l'altro nei momenti di tensione”). Perché il volontariato è un impegno, anche se offerto a titolo gratuito. Per sottolineare e ufficializzare questo aspetto, in Svizzera è stato creato il Dossier Volontariato (www.dossier-volontariato.ch) in cui una persona può fare documentare tutti i suoi impegni di volontariato svolti e le sue capacità e competenze extra-professionali acquisite. È una specie di marchio di qualità nazionale, creato da “benevol Svizzera” (www.benevol.ch), l'organizzazione mantello delle agenzie regionali specializzate nel volontariato che collega più di due-

Partecipazione al volontariato informale, 2020

In percentuale della popolazione residente di 15 anni e più



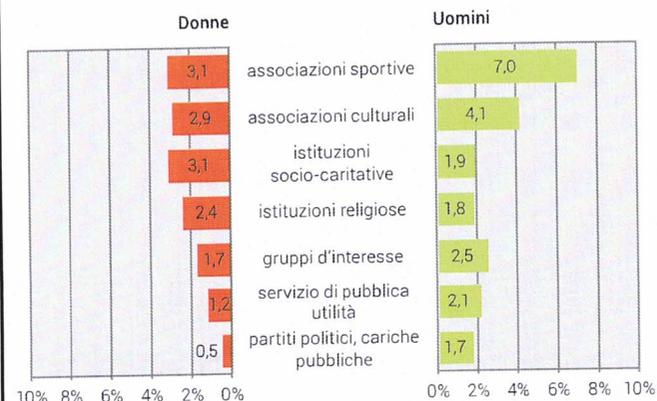
(Cifra): generalizzazione in base a meno di 50 osservazioni. I risultati vanno interpretati con molta prudenza.

Fonte: UST – Rilevazione sulle forze di lavoro in Svizzera (RIFOS): lavoro non remunerato

© UST 2021

Partecipazione al volontariato organizzato, 2020

In percentuale della popolazione residente di 15 anni e più



Fonte: UST – Rilevazione sulle forze di lavoro in Svizzera (RIFOS): lavoro non remunerato

© UST 2021

CATENA DELLA
SOLIDARIETÀ
LA SVIZZERA SOLIDALE



Catena della solidarietà

mila organizzazioni in tutta la Svizzera e la “Federazione Svizzera delle Associazioni Giovanili” (www.sajv.ch), l’organizzazione mantello delle associazioni giovanili in tutte le regioni linguistiche.

Grazie a queste iniziative, l’impegno costante, regolare e silenzioso della popolazione di volontari ottiene il riconoscimento dovuto. In modo anche formale viene riconosciuto il valore rappresentato dal desiderio di un individuo di essere utile a un altro individuo estraneo alla sua sfera familiare, un desiderio che ha ricadute positive sia su chi riceve il servizio sia su chi lo offre. È infatti un’attività che produce vantaggi sia per l’intera società che per i singoli volontari, se si pensa anche al fatto che nel corso degli anni il volontariato è andato via via perfezionandosi mediante l’introduzione di certificati e corsi. Il volontariato permette così a chi lo svolge di acquisire conoscenze, mettere a frutto le proprie capacità e ampliare le proprie reti di contatto e relazione. Come abbiamo visto, questo “valore sociale” è emerso nel periodo dell’emergenza pandemica soprattutto nei confronti delle persone anziane. Ora, in una situazione che sembra essere tornata alla normalità, le associazioni e organizzazioni che operano nel campo della terza età, stanno cercando di trarre un insegnamento dall’esperienza raccolta nel periodo 2020-2022. Perché l’impegno a favore degli anziani è necessario anche in una situazione post-pandemica, se si considera da un lato il cambiamento della struttura sociale, con il passaggio dalla famiglia allargata a quella nucleare, e dall’altro l’invecchiamento della popolazione ticinese. L’indice di vecchiaia (rapporto tra la popolazione degli ultra 65enni e il totale della popolazione) è in continuo aumento: da 147,9 nel 2010 (media in Svizzera: 111,7) a 181,5 nel 2021 (media in Svizzera: 125,9). Se si parla di volontariato riguardante la terza età in Svizzera, non si può non parlare di **Pro Senectute**, la maggiore organizzazione di prestazioni e servizi a favore del mantenimento a domicilio delle persone anziane. L’organizzazione cantonale del Ticino e Moesano è presente su tutto il territorio con cinque sedi e organizza un’ampia comunità di volontari (cfr. Box “Pro Senectute Ticino e Moesano”). Anche nel caso di questa fondazione, che ha superato i cen-

to anni di età, la pandemia ha rappresentato sia una sfida che un’opportunità. Una sfida per il numero di anziani improvvisamente bisognosi di aiuto e le nuove modalità di intervento imposte dalle misure di igiene e un’opportunità per lo slancio solidale che ha investito l’organizzazione. Nel 2021, 278 volontari hanno offerto 12’698 ore di sostegno e compagnia a ultrasessantacinquenni a domicilio, nei centri diurni e nelle vacanze organizzate. Il dato interessante, e anche comprensibile dato l’aumento della speranza di vita (in Ticino 86 anni per le donne e 81 per gli uomini), è che il 90% dei volontari sono in età AVS. Dunque: anziani che aiutano altri anziani. Non per nulla si parla di “nuovi anziani”: individui che godono per lo più di una buona salute fisica e mentale, sono autonomi e desiderano continuare a svolgere un ruolo attivo nella società.

È l’ennesima conferma che il volontariato fa bene a chi lo riceve e a chi lo fa. A questo proposito, l’invito a leggere l’intervista a due volontarie di Pro Senectute: **Francesca** nel servizio visite a domicilio e **Paola** nel servizio fiduciario, ovvero di assistenza nello svolgere pratiche amministrative. Sono testimonianze che confermano il fatto che l’impegno non retribuito, in particolare quello svolto all’interno di una struttura che accompagna i protagonisti nel percorso di volontariato anche mediante corsi di formazione, contribuisca al nostro benessere, al nostro “stare al mondo”. Esistono ormai una serie di studi che hanno dimostrato che 2-3 ore di volontariato a settimana (o circa 100 ore all’anno) possono fornire benefici, a condizione che l’attività sia gratificante e che non sia considerata un ulteriore impegno da svolgere. A queste condizioni, dedicare del tempo agli altri può ridurre ansia e depressione, aumentare il benessere e la soddisfazione personale. Una volta comprovata la potenza del volontariato, sembra che si vada verso un maggiore sviluppo delle sue potenzialità, anche grazie, come detto, alla formalizzazione delle varie modalità di impegno a favore della collettività. Un sondaggio dell’Ufficio federale di statistica rivela che le persone che attualmente non fanno volontariato all’interno di associazioni od organizzazioni sono interessate a farlo in futuro: il 16% è incondizionatamente d’ac-

Catena della Solidarietà

Dall’inizio del 2021 la Catena della Solidarietà ha sostenuto **13 associazioni** nel Canton Ticino. In particolare sono stati finanziati **17 progetti** per un totale di **1,9 milioni di franchi**. Nel 2022 sono stati sostenuti 4 progetti sino ad oggi.

Pro Senectute Ticino e Moesano

Totale volontari allo stato attuale: 294 (81 uomini e 213 donne).

114 volontari si occupano del settore domicilio (con un totale di 107 abbinamenti attivi volontari-utenti).

80 volontari nei Centri diurni terapeutici e centri diurni socioassistenziali.

100 volontari per il Servizio fiduciario e dichiarazione di imposte.

cordo, la metà potrebbe immaginare di farlo, mentre solo un terzo non è interessato a un impegno simile. Gli abitanti della Svizzera italiana e francese, le persone provenienti da aree densamente popolate come pure le persone straniere che vivono in Svizzera segnalano una disposizione a impegnarsi nel volontariato con una frequenza sopra alla media. Gli ambiti indicati più spesso per un impegno sono le organizzazioni socio-caritative (il 42% di tutte le persone interessate), seguite dalle organizzazioni ambientaliste o animaliste, dalle associa-

zioni sportive e da quelle culturali. Il sondaggio rivela anche che un impegno futuro nel volontariato viene preso in considerazione maggiormente nelle fasce di età giovani che in quelle anziane. Se gli interpellati nel sondaggio passeranno dalle parole ai fatti, può sembrare più vicino l'obiettivo di attirare il maggior numero di persone verso il volontariato, in particolare i giovani. Il 5 dicembre ricorre la giornata internazionale del volontariato, di nuovo dunque l'occasione per parlare di questo Ticino tanto solidale quanto silenzioso.

Cure domicilio



Foto: TIPRESS

Francesca, volontaria nel servizio visite a domicilio

«Tu sei troppo giovane per aiutare gli altri, e io troppo vecchio. E per aiutare non intendo essere gentile e premuroso e regalare i soldi o servire gelatina di frutta. Aiutare qualcuno, significa dare una parte di sé stessi a chi la accetta volentieri e ne ha un assoluto bisogno. Così accade che di rado si riesce ad aiutare qualcuno. O non sappiamo quale parte di noi dare, oppure non abbiamo voglia di darne alcuna. E ancora più spesso, non abbiamo la parte di cui l'altro ha bisogno».

Questa densissima citazione è tratta dal romanzo di Norman Maclean "In mezzo scorre il fiume". Nelle parole di questo testo ritrovo dei cenni che raccontano la mia avventura nel volontariato di Pro Senectute. Per una serie di circostanze mi sono ritrovata ad avere del tempo libero. All'inizio ho deciso che mi sarei dedicata intensamente e con maggior dedizione alla mia grande passione: la corsa. Col tempo però mi sono resa conto che avevo bisogno anche di dedicarmi a un ambito nuovo, forse per scoprire qualcosa di me stessa. Per un'intuizione sorta da non so più cosa, ho deciso che era giunto il momento di mettermi in gioco per incontrare persone che avevano bisogno. Attraverso il web ho scoperto la Fondazione Pro Senectute e con una telefonata mi sono messa in contatto con il coordinatore del volontariato, con cui ho avuto

un interessantissimo colloquio. L'incontro con il coordinatore dei volontari è stato curioso: mi poneva diverse domande e ricordo che a volte pensavo tra me e me: che stranezza: è come se mi preparasse ad un lavoro! Eppure eravamo in un luogo dove chiedevo "semplicemente" di aiutare chi aveva bisogno. Col tempo ho poi capito l'importanza e il senso del colloquio, perché stavo davvero per affrontare un "lavoro": quello di scoperta di me stessa mentre mi recavo in modo regolare e per alcune ore dalla utente a me assegnata! Anche i corsi di formazione per i volontari di Pro Senectute sono stati estremamente utili!

A dire il vero, non mi è mai piaciuto il nome "utente", dunque in questo caso chiamo la mia persona anziana con un nome di donna a me caro: Fiorina. Lei si era messa in contatto con Pro Senectute per trovare una volontaria che potesse accompagnarla una volta la settimana a fare una semplicissima passeggiata avendo le gambe malferme. Prima di approfondire questo rapporto devo fare un'altra premessa: aver scelto di aiutare persone della terza età è stato suggerito da un elemento potentemente concreto: il tempo a disposizione da dedicare al volontariato è nell'orario scolastico, in modo da non interferire con la gestione delle incombenze famigliari. Inoltre la visita a una persona anziana era un po' un modo per-

sonale di trasferire l'impossibilità di vedere la mia mamma che attualmente vive in un altro paese. L'avventura con Fiorina è cominciata con il primo incontro a casa sua. Ho parlato di avventura perché da subito ci ha legate un'incredibile empatia. All'inizio ci vedevamo per qualche ora ogni settimana con l'idea che ci saremmo limitate a una passeggiata, un caffè, e un paio di chiacchiere. Invece Fiorina ha saputo trasformare il suo bisogno in una storia di grande amicizia e di attenzione e cura reciproche. Con Fiorina parliamo di moltissimi argomenti riferiti all'attualità, alle domande che ci poniamo sulla realtà delle nostre famiglie e ci aiutiamo reciprocamente ad accogliere gioia, commozione, stanchezza e qualche volta anche un po' di tristezza per quanto capita ad entrambe nella vita quotidiana. L'elemento più sorprendente, per come sono fatta io, è che durante l'attività di volontariato è come se, grazie alla presenza di Fiorina, sia in grado di "sospendere" il tempo in una bolla di attenzione per noi. Solitamente invece mi occupo di quanto mi sta intorno con frenesia, con rigidità e talvolta con una programmazione che svislaccia tante possibilità di osservare le persone e tutto ciò che mi circonda. Fiorina piano piano è addirittura diventata un membro della mia famiglia: ha incontrato alcuni dei miei figli e ha raccontato loro la sua storia e altre storie. È stato proprio bello.

In più, entrare nel mondo di Pro Senectute mi ha permesso di incontrare nuovi volti e di mettere in gioco me stessa. Mi fa sentire parte di una squadra: se si agisce insieme ad altri si è più forti! A volte è difficile tenere separati il compito di volontario da un grande affetto che cresce inaspettato e forte tra le persone che si incontrano. Non solo a livello di utente e volontario, ma tra tutte le persone che entrano a diverso titolo a far parte dell'avventura del volontariato.

Sono grata a questa avventura perché mi arricchisce molto: ho incontrato anche volontari giovanissimi che si mettono al servizio di questa scelta con un approccio diverso. Mi piace che molti elementi sconosciuti si rivelino col tempo e io possa piano piano vederli, capirli e gustarli. Spesso accade che faccio dei programmi e che Fiorina, per una ragione o per l'altra me li sconvolga: ebbene se sono capace di avere cura di questo limite Fiorina mi offre sorprendenti percorsi verso progetti che io neppure avevo immaginato; mi riferisco per esempio alla stesura a quattro mani del racconto di parte della sua vita oppure del suo incontro giovanile con il volontariato e dei progetti di passeggiate che solo lei sa indicarmi! Una ricchezza davvero inaspettata e di cui sono grata a tutte le persone incontrate.

Paola, volontaria nel servizio fiduciario di Pro Senectute

Quando e perché ha deciso di dedicare parte del suo tempo al volontariato?

Nel mio piccolo ho sempre fatto volontariato, nel senso che aiutavo spesso una mia vicina di casa per la spesa settimanale, poi attraverso amicizie di famiglia sono arrivata a Nez Rouge dove sono stata per 6 anni fino a diventarne presidente.

L'impegno professionale poi mi ha impedito per qualche anno di potermi dedicare al volontariato.

Perché ha scelto di fare volontariato presso Pro Senectute?

Da pensionata ho pensato che fosse utile potermi dedicare anche ad altre persone che, in un modo o nell'altro, avrebbero avuto bisogno di una mano. E un giorno, per caso, mentre ascoltavo la radio, ho sentito l'intervista di un dirigente di Pro Senectute che stava cercando volontari. Mi sono detta: perché no? Ho quindi preso contatto con la fondazione e in seguito sono stata contattata per definire la collaborazione.

In cosa consiste il suo lavoro di volontariato presso Pro Senectute?

Principalmente mi occupo del servizio fiduciario, vale a dire seguire un utente nelle sue pratiche amministrative, pagamenti, relazioni con l'ufficio AVS ed enti preposti. In più, se necessario, risolvere qualche problemino con fornitori di servizi, accompagnarlo in posta per i pagamenti e raccomandarlo al domicilio.

All'inizio seguivo anche un'anziana signora che ab-

bisognava dell'aiuto per la spesa, quindi ogni sabato mattina la accompagnavo al supermercato, facevo la sua spesa, bevevamo un caffè in compagnia e la riaccomponavo a casa.

Nell'immediato presente, Pro Senectute, ha istituito anche il servizio "dichiarazioni di imposta" e siccome era, professionalmente, pane per i miei denti, ne ho approfittato mettendomi a disposizione per la compilazione delle dichiarazioni fiscali.

Quali effetti ha su di lei e la sua vita l'attività di volontariato?

Spiegare in due parole come ci si sente facendo volontariato è difficile, fa stare bene, almeno a me, mi fa sentire in pace con il mondo sapere di poter essere utili a qualcuno.

Cosa ha ricevuto, anche dal lato pratico, dall'attività di volontariato?

Non sono più una persona di primo pelo: la vita di cose me ne ha insegnate tante, nel bene e nel male. Anche quando fai parte di un'associazione senza scopo di lucro che occupa unicamente volontari, purtroppo, trovi chi ti vuole mettere i piedi in testa. Per contro, facendo volontariato presso Pro Senectute ho riscoperto quanto sia importante il contatto con le persone, e quante persone nel nostro cantone abbiano bisogno di una mano. Ho riscoperto l'umanità e la dignità con la quale gli utenti si rivolgono ai volontari senza dimenticare la loro generosità, e non parlo di compensi, ma di sorrisi, di abbracci che non hanno prezzo ma un valore infinito.