

Rapporto di attività 2023

Organizzazioni membri CVS: •ACLI •ALTAIR •AMAC-Associazione Monitori e Animatori Colonie •Associazione L'Orla •Associazione Mendrisiotto Anziani •Associazione New Ability •Associazione Triangolo •Associazione Volontari Centro Diurno Caslano •Associazione Volontarie Vincenziane •ATGABBES •Associazione Ticinese Terza Et •Autismo Svizzera italiana •Casa San Giorgio •CEMEA •Centro Accoglienza Diurno Ingrado •Comunit familiare •Croce Rossa Svizzera, sezione di Bellinzona •Croce Rossa Svizzera, sezione del Sottoceneri •Croce Verde Lugano •Fondazione Vita Serena •GenerazionePi •Gruppo Volontari Ospedale Beata Vergine •Inclusione handicap Ticino •Innovage Ticino •Lega Polmonare Ticinese •Lega Ticinese contro il cancro •Melide Aiuta •Policentro Anziani Losone •Pro Infirmis Ticino e Moesano •Pro Juventute, Sezione della Svizzera Italiana •Pro Senectute Ticino e Moesano •Punto Incontro Anziani Viganello •Ridere per Vivere Ticino •Servizio Autoambulanze Mendrisiotto •Sezione Samaritani Biasca •Societ svizzera Sclerosi Multipla •SOS Ticino • 143 Telefono Amico Ticino e Grigioni italiano •Terre des hommes, gruppo Ticino •UNITAS

Organizzazioni iscritte al portale: •AFS Programmi interculturali Svizzera •Amnesty International •Associazione Amélie •Associazione Alessia •Associazione Cani da terapia Ticino e Moesano* •Associazione CONDIVIDI* •Associazione DaRe-Diritti a Restare* •Associazione Teatro Paravento •Associazione ISAAC •ATiDU Ticino e Moesano Associazione per persone con problemi d'udito •Avventuno •Ca' Rezzonico* •CaStellaFarm •Cefalea Ticino •Centro Diurno Ricreativo Agno* •Centro Diruno Socio Assistenziale Chiasso •Centro Sociale Onsernonese •CERT Chiesa Evangelica riformata nel Ticino •Ciao Table •Circo Fortuna •Cooperativa Area •Cooperativa Baobab •Fondazione SIRIO •Fondazione DEMIAP •Geamondo •Innovage Ticino •La Girandola, spazio di socializzazione* •La Lanterna Magica Ticino •mc-mc • Museo in Erba • Parkinson Svizzera Ticino •Procap Ticino per persone con handicap •Pro Natura Ticino •SCI-Servizio Civile Internazionale* •Tavolino Magico •Tre Valli Soccorso •Villa Argentina •WWF (sono indicate con * le nuove iscrizioni al portale del 2023)

Comitato: Sabrina Antorini Massa (presidente), Anna Pedrazzini (Associazione Triangolo), Simona Salzborn (Croce Rossa, sezione Sottoceneri), Danilo Forini (Pro Infirmis), Paolo Bernasconi (Cemea), Pietro Costantini (Comunit Familiare), Sibilla Frigerio (Pro Senectute), Kate Ercegovich, Ivan Pau-Lessi

Saluto della presidente

Gentili Volontarie, gentili Volontari, Stimati Lettori,

il 2023  stato un anno intenso durante il quale si  consolidato il ruolo del Centro Auto Aiuto Ticino. Grazie ad un accresciuto interesse verso questo approccio, sono giunte diverse richieste di consulenza per creare nuovi gruppi. Questo sottolinea quanto sia grande il bisogno di ascolto e di scambio tra persone che vivono situazioni di vita complesse; e quanto ci rappresenti un sostegno concreto. Poich "insieme pi forti per la nostra salute" non  solo lo slogan scelto per la campagna nazionale; risponde anche ad un bisogno crescente di condivisione e solidariet. Aspetti che ritroviamo anche nel volontariato, dove spesso il valore aggiunto emerge proprio grazie al gruppo e alla rete di relazioni.

Anche per questo tengo a sottolineare l'importante compito di chi, in maniera discreta, dietro le quinte, opera a supporto di queste attivit. Mi riferisco al team della CVS che quest'anno ha vissuto alcuni importanti avvicendamenti: il pensionamento di Andrea Patriarca, che ringraziamo per la preziosa collaborazione allo sviluppo e al consolidamento del sito e degli strumenti di comunicazione; l'entrata in servizio di una nuova collaboratrice, Cecilia Finali, educatrice sociale di formazione, che sta contribuendo allo sviluppo del settore auto-aiuto. Senza dimenticare la maternit di Annalisa, che con l'arrivo del piccolo Chidi, ci ricorda che anche al nostro interno la vita  fatta di numerosi eventi, arrivi e partenze, che non possono che arricchire ognuno di noi. Un mix di cambiamenti accompagnati dal sempre prezioso operato di Marilu Zanella.

A tutto il team il mio augurio di buon lavoro!

La presidente, Sabrina Antorini Massa



Volontariato
Ticino

Nel 2023 quattro nuove organizzazioni hanno aderito in qualit di membri della CVS: Associazione Monitori e Animatori di colonia, Associazione L'Orla, Associazione New Ability e il Policentro anziani di Losone. Otto ulteriori associazioni si sono inoltre iscritte al portale Volontariato Ticino, portando il numero complessivo a 79 organizzazioni. Si conferma dunque il crescente interesse per le opportunit offerte dal portale a livello di visibilit e di contatto con potenziali volontari.

Consulenza

L'attivit di consulenza  molto diversificata:

- orientamento di persone che cercano un'attivit di **volontariato, e che vengono aiutate** a scegliere l'attivit in base a interessi, disponibilit di tempo e luogo di residenza;

- supporto ad operatori di **associazioni che cercano volontari,**

- persone o enti che chiedono informazioni o documentazione sul volontariato.

Le consulenze vengono effettuate via telefono o e-mail, oppure tramite colloqui in presenza o online.

228 le consulenze telefoniche o via e-mail nel corso dell'anno, e **36 i colloqui** con persone interessate al volontariato o operatori di organizzazioni che volevano essere orientati sul tema del volontariato.

Formazione

Anche nel 2023 sono stati proposti corsi differenziati in base ai destinatari. L'incontro di introduzione "Volontari si diventa" è stato proposto due volte, in primavera e in autunno e ha raccolto una buona partecipazione di persone che desideravano capire cosa significa, quali le caratteristiche, le diverse opportunità e i limiti dell'impegno volontario.

E' stato organizzato un corso su richiesta per i volontari dell'Associazione Amélie che sono a contatto con minori. Un momento formativo specifico è stato destinato ai volontari che si occupano di anziani.

Corsi per volontari	Data
Un rapporto sano con bambini, adolescenti, utenti	21.01.23
Aiuto!... non so come aiutare! Come sostenere le persone nei momenti difficili della vita	13.03.23
Volontari si diventa: Introduzione all'attività volontaria	25.03.23
Volontari si diventa: introduzione all'attività volontaria	07.10.23
Dalla percezione del limite all'accoglienza volontariato con gli anziani	26.10.23

I corsi per coordinatori erano incentrati su temi quali il colloquio col candidato volontario e la gestione dei conflitti. E' stato inoltre riproposto il corso sul project management, che introduce ai concetti base e al loro utilizzo su progetti specifici portati dai partecipanti.

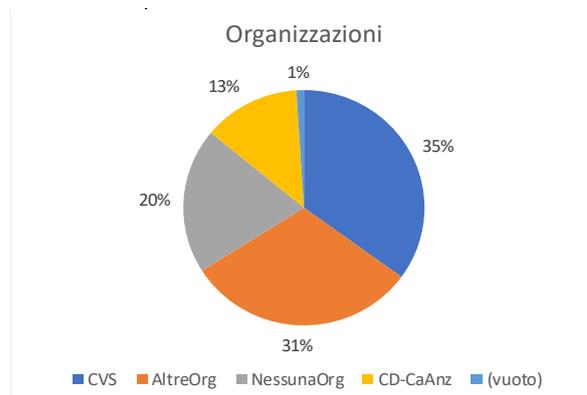
Corsi per coordinatori e responsabili	Data
Ascolto attivo e gestione dei conflitti nei gruppi	04 e 11.03.23
Project Management per il no profit - corso di 4 sessioni	17 e 24.04.23 08 e 15.05.23
Caro volontario, desidero dirti ciò che penso... e farò del mio meglio!	05.10.23
Project management per il no profit - corso di 4 sessioni	02, 09, 16 e 23.10.23

In totale sono stati realizzati **nove corsi**: cinque rivolti ai volontari e quattro destinati ai coordinatori. Complessivamente i **partecipanti** sono stati **113**, di cui **35** ai corsi per coordinatori.

Le **valutazioni** raccolte tramite questionario anonimo, hanno evidenziato un alto apprezzamento. La risposta "**molto buono**" è stata data dal **76% dei partecipanti** per quanto riguarda il gradimento generale del corso. Molto positiva anche la valutazione del docente (l'89% ha

risposto molto buono) e dei metodi di animazione, che sono sempre interattivi e coinvolgenti.

Provenienza partecipanti ai corsi:



Si consolida la tendenza all'aumento della partecipazione da parte di organizzazioni non associate, come pure da parte di case anziani e centri diurni, come illustrato nel grafico.

Incontri di formazione e scambio per gli enti

Oltre ai corsi per volontari e coordinatori, sono stati organizzati due incontri destinati agli enti su temi di particolare rilevanza anche per le organizzazioni di volontariato:

La privacy, un problema in più... cosa cambia con la nuova legge si è tenuto il 1 giugno a Rivera e ha visto la partecipazione di 38 persone. Sono state fornite indicazioni concrete in vista dell'entrata in vigore della nuova legge sulla protezione dei dati, alla quale sono chiamate ad adeguarsi anche le organizzazioni di volontariato. Il 29 agosto si è tenuto un gruppo di approfondimento e scambio tra operatori sulla messa in atto delle misure presentate.

Protezione dell'integrità personale- molestie e discriminazioni: come prevenirle? Momento formativo che si è tenuto il 29 settembre a Rivera, con 22 partecipanti provenienti da diversi enti.

Promozione

È proseguito l'impegno di sensibilizzazione al volontariato nelle scuole, come pure la valorizzazione tramite il sito web, le newsletter e i media.

volontariato-ticino.ch Il sito ha visto un aumento di utenti che sono passati da 22'000 nel 2022 a quasi 26'000 nel 2023, per 160'000 pagine visitate. La pagina più visitata è la ricerca attività per volontari (consultazione degli annunci pubblicati per conto delle associazioni), con 33'700 visite.

Sito volontariato-ticino.ch	Nr.
Visitatori sito	25'837
Pagine visitate	159'621
Pagina più visitata: - Ricerca attività per volontari	
Annunci di ricerca volontari pubblicati	98
News pubblicate in homepage	50
Newsletter e facebook Volontariato Ticino	Nr.
Newsletter inviate	5
Comunicazioni mirate	7
Persone raggiunte (media) per ogni invio	1'450
Post fb pubblicati	32

In occasione della **Giornata internazionale dei volontari del 5 dicembre** è stata inviata a tutti i **comuni del Cantone** una lettera per sensibilizzare le autorità alla valorizzazione delle risorse di volontariato presenti sul territorio, e sono state messe a disposizione le linee guida del volontariato e la carta del volontariato, che possono anche essere scaricate dal sito internet.

Attività di sensibilizzazione nelle scuole	Data/Periodo
Mostra sul volontariato presso la Sala Multiuso del Comune di Bodio, a disposizione delle Scuole elementari	Dal 16 gennaio al 16 febbraio 2023
Sensibilizzazione al volontariato- Giornate autogestite- Liceo Lugano 2	28 marzo 2023
Sensibilizzazione al volontariato- Giornate Autogestite Liceo Locarno	4 aprile 2023
Sensibilizzazione al volontariato- Giornate Autogestite Liceo Mendrisio	18 aprile 2023
Sensibilizzazione al volontariato- Scuola Stenier Origlio	21 novembre 2023

Presenza nei media: abbiamo partecipato a diverse puntate della trasmissione radiofonica "Diamoci una mano", condotta da Clarissa Tami su **Rete Uno**, che ha dato voce alle realtà di volontariato presenti nel nostro Cantone: 24 giugno, 22 e 29 luglio e 23 dicembre 2023. Il 7 dicembre siamo intervenuti alla trasmissione "La consulenza" dedicata al volontariato, sempre su Rete Uno; il 15 dicembre al **Quotidiano**.

Collaborazioni a livello cantonale e nazionale

Nel corso dell'anno ci sono stati vari scambi con partner della Svizzera. Il 16 gennaio: incontro online con i responsabili degli uffici del volontariato dei diversi Cantoni Svizzeri. Il 25 gennaio colloquio con il responsabile del sito svizzero benevol job per un confronto sulle rispettive piattaforme di ricerca volontari.



AUTOAIUTOTICINO

Auto Aiuto Ticino- Centro di informazione e contatto per i gruppi di auto-aiuto

Consulenza

L'attività di consulenza ha permesso di rispondere a domande di persone che cercavano un gruppo su una determinata tematica, a professionisti interessati al tema, a moderatori e persone intenzionate a dare avvio ad un nuovo gruppo .

Nel 2023 sono state fornite complessivamente **162** consulenze e 7 colloqui individuali o di gruppo.

Accompagnamento di nuovi gruppi:

Nel corso dell'anno è stato dato supporto alla nascita di **quattro nuovi gruppi**: Endometriosi, Post cure intense, Familiari di persone con disturbi del comportamento alimentare e Neogenitori in difficoltà.

Gruppi presenti in Ticino:

Al 31.12.23 risultavano censiti complessivamente **70 gruppi per 40 diverse tematiche**.

Formazione

Il corso "**Creare e gestire un gruppo di auto-aiuto**" viene proposto due volte all'anno ed è destinato a chi desidera avviare un nuovo gruppo, ma anche a chi desidera meglio comprendere ruolo e funzionamento dei gruppi. Una formazione specifica è stata organizzata per i moderatori già attivi, per approfondire le modalità di conduzione e la gestione della comunicazione nei gruppi.

Corsi sui gruppi di auto-aiuto	Data
Creare e gestire un gruppo di auto-aiuto - corso di 3 sessioni	22.04, 6.05 e 13.05.23
Creare e gestire un gruppo di auto-aiuto - corso di 3 sessioni	21.10, 11.11 e 18.11.23
Moderare un gruppo di auto-aiuto: come fare per sentirsi meglio nel proprio ruolo?	09.11.23

Complessivamente i tre corsi organizzati sull'auto-aiuto hanno visto la partecipazione di **21 persone**.

Inoltre, Auto Aiuto Ticino ha partecipato alla Tavola rotonda: "**Mi racconto, condivido e la privacy?**" organizzata il 17 novembre dalla Rete Caffè

narrativi e alla quale hanno preso parte diversi moderatori di gruppi di auto-aiuto per portare la loro esperienza.

Gruppo facilitatori:

Due gli incontri del 2023 (24 maggio e 27 settembre) per i moderatori e conduttori dei gruppi di auto-aiuto, per favorire lo **scambio di esperienze e il confronto su eventuali difficoltà**.

Promozione

In occasione della **giornata nazionale dell'auto aiuto**, abbiamo partecipato alla campagna nazionale promossa da Auto Aiuto Svizzera sull'importanza dei gruppi per la salute. Il 24 maggio è stato organizzato uno **stand informativo nella hall d'entrata dell'ospedale civico di Lugano**, in collaborazione con Cardiocentro/EOC.



La giornata ha permesso di **incontrare pazienti, visitatori e personale ospedaliero** e discutere con i responsabili della qualità della collaborazione nella promozione dell'auto-aiuto all'interno delle strutture ospedaliere.



Presenza nei media

La Regione Ticino del 23.5 ha ripreso il comunicato stampa sullo stand all'ospedale civico. Il Settimanale Azione del 25.9 e La Rivista di Locarno del 7.12 hanno dato risalto all'auto-aiuto e alla nascita del gruppo per familiari di persone con disturbi del comportamento alimentare.

www.autoaiuto.ch Il 2023 ha visto un aumento degli utenti del sito autoaiuto e soprattutto delle **pagine visitate, che sono più che raddoppiate** rispetto al 2022. Molto consultata la pagina sui

gruppi in Ticino. Per il 2024 il sito verrà rinnovato, con il potenziamento della sezione dedicata ai gruppi, per rendere più fruibile ed efficace la ricerca dei gruppi presenti in Ticino per ogni diversa tematica.

Sito autoaiuto.ch – Auto Aiuto Ticino	Nr.
Utenti sito autoaiuto.ch	4'501
Pagine visitate	24'427
News pubblicate in homepage	34
Newsletter e facebook Auto Aiuto Ticino	Nr.
Newsletter inviate	3
Persone raggiunte (media) per ogni invio	1'450
Post fb pubblicati	30

Sono proseguiti i **contatti con Auto Aiuto Svizzera e i responsabili dei centri romandi** per momenti di scambio, intervistazioni e formazioni. Inoltre si è collaborato alla preparazione del materiale informativo per il progetto "Ospedali Favorevoli all'auto-aiuto".

Incontri a livello nazionale	Data
Intervisione Gruppo latino (responsabili Auto Aiuto Svizzera romanda e Ticino)	16.02.2023
Formazione dei collaboratori dei centri di contatto per l'auto-aiuto a Bienne	22.09.22

Ringraziamenti

Ringraziamo persone e enti che hanno sostenuto la nostra Associazione in diversi modi:

Gli enti che hanno contribuito finanziariamente:

- Il Dipartimento della sanità e della socialità del Cantone Ticino; il Fondo Swisslos; l'Ufficio Federale delle Assicurazioni sociali;
- La Fondazione Araldi-Guinetti; Fondazione Lucchini; Fondazione Volonterio; Corner Banca;
- La Città di Lugano e i Comuni di Locarno, Bellinzona e Sorengo.

Gli enti che hanno collaborato in varie forme:

- Auto Aiuto Svizzera; la Divisione Prevenzione e Sostegno della Città di Lugano;
- la Croce Rossa, Sezione del Sottoceneri, per il supporto logistico e amministrativo; la Prosolve SA per la revisione dei conti; i membri di comitato e dei gruppi di lavoro; e tutti i membri della CVS.

Marilù Zanella, coordinatrice

Volontariato Ticino e Auto Aiuto Ticino Conferenza del Volontariato Sociale

Via alla Campagna 9
CH-6900 Lugano
Tel. 091 970 20 11
info@volontariato.ch
www.volontariato-ticino.ch

Con il sostegno di:



Dipartimento della sanità
e della socialità

