Volontariato Ticino

Corsi di formazione

1° semestre 2027

Con il sostegno di

Repubblica e Cantone Ticino
DECS

SWISSLOS

Dipartimento della sanità
e della socialità

www.volontariato-ticino.ch

Corsi per **volontari**

“Volontari si diventa”
Incontro di introduzione all’attività volontaria

Obiettivi
- comprendere cosa significa il termine “volontario” e il suo ruolo nella realtà odierna
- rendersi conto della ricchezza del volontariato e delle molteplici possibilità
- riflettere sui propri interessi, sulle capacità, sulla disponibilità nei confronti dell’impegno volontario
- interrogarsi sulle forze e i limiti dell’impegno volontario

Conduzione

Erika Sutera Fogliani
Volontariato Ticino

Sabato 20 febbraio 2027
ore 08.30-12.30 – Lugano

Costo	**Partecipanti**
Fr. 30.-	Massimo 20

Termine di iscrizione
27 gennaio

Il kit di sopravvivenza della mente
(con qualche effetto collaterale)

Quando qualcosa ci mette in difficoltà, la mente si ingegna: evita, spiega, controlla, scherza, attacca o si nasconde. Sono reazioni nate per proteggerci, ma a volte finiscono per complicare relazioni, decisioni e collaborazione. Un incontro per riconoscerle con leggerezza e curiosità, e imparare a non farci guidare completamente da loro. Per stare con le persone con più presenza - e con noi stessi con un po’ più di gentilezza.

Conduzione

Rolando Zobrist
Counsellor/consulente
in ambito psicosociale

Martedì 9 marzo 2027
ore 09.00-16.30 – Lugano

Costo	**Partecipanti**
Fr. 80.-*/ 100.-	Massimo 15

Termine di iscrizione
9 febbraio

Presenza, relazione e co-regolazione emotiva nell’incontro con la demenza

La formazione è rivolta a volontari che accompagnano persone con demenza e alternerà contenuti teorici ed esperienze pratiche, guidate da una psicoterapeuta e da uno specialista in attività teatrale e bodywork. I volontari saranno accompagnati a riconoscere e sostenere emozioni che, a causa della malattia, possono diventare difficili da comprendere, esprimere o regolare. Attraverso il corpo, il respiro, il movimento e la relazione, si darà concretezza ai temi affrontati, con l’obbiettivo di sviluppare una presenza più consapevole ed autentica, imparando a diventare co-regolatori delle emozioni che la persona con demenza fatica a gestire autonomamente.

Conduzione

Rita Pezzati
Psicologa e psicoterapeuta,
esperta dell’invecchiamento
fisiologico e patologico

Dante Carbini
Attore, esperto del lavoro
sul respiro consapevole e sul lavoro
corporeo miofasciale

Giovedì 8 aprile 2027
ore 09.30-16.00 – Lugano

Costo	**Partecipanti**
Fr. 100.-*/ 130.-	Massimo 15

Termine di iscrizione
8 marzo

*prezzo scontato per volontari e coordinatori di organizzazioni membri della CVS

Corsi per **coordinatori**

La comunicazione in ambito sociale: strumenti, canali e strategie di comunicazione per il settore non profit.

Come progettare e realizzare una comunicazione semplice, efficace e coerente con gli obiettivi della propria organizzazione.

Il corso fornisce le competenze di base per pianificare e gestire la comunicazione di un ente non profit, individuando obiettivi, destinatari, messaggi, canali e strumenti più adatti ai diversi contesti. Attraverso esempi concreti ed esercitazioni pratiche, i partecipanti impareranno a costruire una comunicazione più efficace e coerente, acquisendo un metodo di lavoro immediatamente applicabile alla propria realtà. Al termine della giornata avranno elaborato una prima traccia di piano di comunicazione personalizzato per il proprio ente.

Conduzione

Mara Stracci
Esperta in comunicazione

Lunedì 12 aprile 2027
ore 09.00–16.30 – Lugano

Costo	**Partecipanti**
Fr. 110.-*/ 140.-	Massimo 15

Termine di iscrizione
12 marzo

Project management per il non profit

Da organizzare su richiesta,
con un numero minimo di partecipanti.

Il corso prevede la presentazione di metodi e strumenti semplificati (ritagliati ad hoc dalla disciplina di Project Management) per la pianificazione, l'avanzamento e il controllo di un progetto, applicati poi durante esercitazioni pratiche, su casi concreti proposti direttamente dai partecipanti.

Per annunciarsi o richiedere maggiori informazioni, mandare una e-mail a info@volontariato.ch
entro il **31 marzo 2027**.

Sempre aggiornati anche online!

www.volontariato-ticino.ch/Agenda

*prezzo scontato per volontari e coordinatori di organizzazioni membri della CVS

Formazione sui **gruppi di auto-aiuto**

Creare e gestire un gruppo di auto-aiuto

AUTOAIUTOTICINO

Il corso è destinato a chi intende creare un gruppo di auto-aiuto, a chi desidera meglio comprendere cosa sono e come funzionano i gruppi di auto-aiuto ma anche a chi, avendo già partecipato ad un gruppo, desidera approfondire le sue conoscenze e competenze nella promozione e nella gestione del gruppo. Si compone di 3 incontri e alterna momenti di teoria, lavori in piccoli gruppi, e messa in situazione per sperimentare concretamente le dinamiche che si creano nel gruppo.

Contenuti

- cosa sono i gruppi di auto-aiuto e a cosa servono
- caratteristiche, valori e principi di funzionamento
- come si crea un gruppo di auto-aiuto: condizioni e tappe necessarie
- la gestione e la comunicazione all'interno del gruppo
- il ruolo del moderatore

Un gruppo di auto-aiuto é formato da persone che vivono una stessa situazione di vita e che si riuniscono per condividere le proprie esperienze.

Conduzione

Marilù Zanella
Centro Auto Aiuto Ticino

Nicolas Bonvin
Psicologo
e Master Practitioner in PNL

Sabato 27 febbraio 2027
ore 09.00-12.30 – Lugano

Sabato 6 marzo 2027
ore 09.00-12.30 – Lugano

Sabato 10 aprile 2027
ore 09.00-12.30 – Lugano

Costo	**Partecipanti**
Fr. 150.-	Massimo 12

Termine di iscrizione
27 gennaio

Informazioni e iscrizioni

Potete iscrivervi online sul nostro portale www.volontariato-ticino.ch/agenda oppure inviando una mail a info@volontariato.ch con indirizzo completo, recapito telefonico, organizzazione e funzione, motivazioni. Con l'iscrizione si autorizza la CVS all'utilizzo dei dati personali forniti, necessari all'erogazione del corso e nel rispetto delle normative vigenti.

Maggiori dettagli sul luogo e modalità di pagamento verranno comunicati al momento della conferma di iscrizione.

Volontari e coordinatori delle organizzazioni membri della CVS hanno diritto al prezzo scontato indicato con * e hanno la precedenza nelle iscrizioni.

Volontariato Ticino

Conferenza
del volontariato sociale (CVS)

Via alla Campagna 9
6900 Lugano

Tel. 091 970 20 11
info@volontariato.ch

www.volontariato-ticino.ch