

Rapporto di attività 2022

Organizzazioni membri CVS: •ACLI •ALTAIR •Associazione Mendrisiotto Anziani •Associazione Triangolo •Associazione Vivere Insieme • Associazione Volontari Centro Diurno Caslano •Associazione Volontarie Vincenziane •ATGABBES •Associazione Ticinese Terza Età • Autismo Svizzera italiana •Casa San Giorgio •CEMEA •Centro Accoglienza Diurno Ingrado •Comunità familiare •Croce Rossa Svizzera, sezione di Bellinzona •Croce Rossa Svizzera, sezione del Sottoceneri •Croce Verde Lugano •Fondazione Vita Serena •GenerazionePiù •Gruppo Volontari Ospedale Beata Vergine •Inclusione handicap Ticino •Innovage Ticino •Lega Polmonare Ticinese •Lega Ticinese contro il cancro •Melide Aiuta •Punto Incontro Anziani Viganello •Pro Infirmis Ticino e Moesano •Pro Juventute, Sezione della Svizzera Italiana •Pro Senectute Ticino e Moesano •Punto Incontro Anziani •Ridere per Vivere Ticino •Servizio Autoambulante Mendrisiotto •Sezione Samaritani Biasca •Società 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 • Amélie •Associazione Alessia* •Associazione Teatro Paravento* •Associazione ISAAC* •ATIDU Ticino e Moesano Associazione per persone con problemi d'udito •Avventuno • CaStellaFarm •Cefalea Ticino • Centro Sociale Onsernonese* • CERT Chiesa Evangelica riformata nel Ticino • Ciao Table •Circo Fortuna* • Cooperativa Area • Cooperativa Baobab* • Fondazione SIRIO • Fondazione DEMIAP* • Geamondo • La Lanterna Magica Ticino • mc-mc • Museo in Erba • Parkinson Svizzera Ticino • Procap Ticino per persone con handicap • Pro Natura Ticino* • Tavolino Magico • Tre Valli Soccorso* • Vask Ticino • Villa Argentina, • WWF* **(sono indicate con * le nuove adesioni del 2022)**

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

Saluto della presidente

Care e cari volontarie e volontari, gentili lettrici e lettori,

il 2022 per la CVS è stato caratterizzato da un importante esito, grazie alla sottoscrizione di un accordo di collaborazione con il Cantone per i due settori di competenza. Si tratta di un importante riconoscimento per la nostra organizzazione, quale ente di riferimento per il volontariato e l'auto-aiuto a livello cantonale, per l'attività di consulenza, formazione e promozione.

Anche i gruppi di auto-aiuto necessitano supporto e accompagnamento; si tratta di un ambito che richiede metodologia, competenze e modalità di lavoro specifiche e che, grazie a questo accordo, riusciremo a garantire con maggiore stabilità nel prossimo futuro.

Il Comitato è grato nei confronti del Consiglio di Stato e dei funzionari dei rispettivi dipartimenti per questa soluzione che contribuisce a rafforzare la nostra responsabilità, la presenza e l'azione di tutti coloro che si impegnano in questo delicato e primario compito di aiuto sociale e che rafforza il riconoscimento pubblico del volontariato. Un ringraziamento speciale va inoltre ai membri del Gruppo di accompagnamento istituito dal Consiglio di Stato che nel corso di tutti questi anni hanno sostenuto con passione e lungimiranza il nostro lavoro.

La presidente, Sabrina Antorini Massa

Il rapporto presenta separatamente le attività svolte nel campo del volontariato, da quelle specifiche per il settore auto-aiuto. Ognuno dei due settori ha un suo design, con logo specifico.

La CVS è membro della **piattaforma dei familiari curanti** in quanto sia il volontariato che l'auto-aiuto hanno un ruolo nel sostegno ai familiari curanti.



Volontariato
Ticino

Nel 2022 sono state 10 le nuove organizzazioni* iscritte al portale Volontariato Ticino, portando il numero di enti aderenti a 70. Alcune organizzazioni provengono dal settore della cultura e della protezione ambientale, e vedono nel portale un'opportunità per essere più visibili e per pubblicare annunci di ricerca volontari. A seguito di queste nuove adesioni, si è ulteriormente diversificata la varietà di attività promosse e la panoramica delle possibilità di impegno volontario.

Consulenza

L'attività di consulenza si rivolge da un lato a chi **desidera impegnarsi nel volontariato**, per aiutarlo a scegliere l'attività in base a interessi, disponibilità di tempo e luogo di residenza; dall'altro a operatori di **associazioni che cercano volontari**, 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.

Nel 2022 sono state fornite complessivamente **250 consulenze telefoniche o via e-mail e 63 colloqui** con persone interessate al volontariato o operatori di organizzazioni che volevano essere orientati sul tema del volontariato.

Formazione

Le proposte formative sono differenziate in base ai destinatari. L'incontro di introduzione **"Volontari si diventa"** è destinato a persone che si

avvicinano al volontariato o che sono in procinto di iniziare un'attività presso un'organizzazione e desiderano approfondire significato, caratteristiche e limiti dell'impegno volontario.

Altre proposte sono incentrate sugli **aspetti umani e relazionali del volontariato** e delle situazioni delicate alle quali i volontari possono essere confrontati, come "la perdita" o "la gestione di emozioni difficili".

Corsi per volontari	Data
"Volontari si diventa": introduzione all'attività volontaria	26.03.22
Perdere, lasciare.. Come trasformare la perdita in uno spazio di apertura verso nuovi orizzonti	07.04.22
Gestione delle emozioni difficili: un'opportunità di confronto e conoscenza di noi stessi	31.05.22
"Volontari si diventa": introduzione all'attività volontaria	01.10.22
Le emozioni... queste ballerine!	13.10.22
Perdere, lasciare.. Come trasformare la perdita in uno spazio di apertura verso nuovi orizzonti	17.10.22

I temi trattati nelle formazioni per i coordinatori erano ispirati a temi di attualità e a bisogni rilevati nel corso di precedenti incontri. Per i responsabili delle organizzazioni membri è stato anche realizzato un corso su come utilizzare excel per **miglior gestire dati e informazioni** su utenti, volontari e attività svolte. Sempre apprezzato il corso sul project management che introduce ai **concetti base in modo semplice e adatto** a chi opera nel mondo associativo.

Corsi per coordinatori e responsabili	Data
Coordinare i volontari in un'epoca di incertezza	09.02.22
Project Management per il no profit - corso di 4 sessioni	02, 09, 16 e 23.05.22
Un colloquio sano e sereno	09.05.22
Project management per il no profit - corso di 4 sessioni	03, 10, 17 e 24.10.22
Excel per il no profit: come organizzare i dati?- corso di 3 sessioni	10.11, 15.11 e 01.12.22
Competenze di Leadership e di Team Building: attrezzi utili per il coordinatore "post-pandemico" -online	23.11.22

Nel 2022 **sono stati organizzati 12 corsi**, sei rivolti ai volontari e sei per coordinatori e responsabili di associazioni. Complessivamente i **partecipanti** sono stati **123**: 51 ai corsi per coordinatori e 72 ai corsi per volontari.

Oltre ai corsi a catalogo, proposti semestralmente, sono stati organizzati dei momenti formativi su richiesta di enti esterni:

Formazione per i Samaritani di Blenio
Acquarossa, 4 maggio 2022 a Dongio

Formazione per i volontari dell'associazione
Amélie, 7 maggio 2022 a Lugano

Al termine di ogni formazione viene distribuito un formulario di valutazione e vengono raccolte suggestioni e suggerimenti. Le valutazioni raccolte tramite questionario anonimo evidenziano un alto apprezzamento. La risposta **"molto buono"** è stata data da **oltre il 69% dei partecipanti** per quanto riguarda il gradimento generale del corso e i metodi di animazione, mentre la preparazione del docente è stata valutata molto buona dall'87% dei partecipanti.

Promozione

È proseguito l'impegno di sensibilizzazione al volontariato tramite il portale volontariato-ticino, i media e la disponibilità ad intervenire in occasione di incontri ed eventi.

Di seguito presentiamo i dati salienti delle attività di promozione svolte tramite sito, social media e newsletter elettronica. Sul sito vengono pubblicati regolarmente informazioni su eventi e attualità. Particolarmente apprezzata la sezione pubblicazione annunci di ricerca volontari, che è anche la più visitata del sito.

Sito volontariato-ticino.ch	Nr.
Visitatori sito	22'092
Pagine visitate	125'791
Pagina più visitata: - Ricerca attività per volontari	
Nuovi annunci di ricerca pubblicati	45
Annunci di ricerca modificati (già online)	52
News pubblicate in homepage	47
Newsletter e facebook Volontariato Ticino	Nr.
Newsletter inviate	6
Comunicazioni specifiche inviate	3
Persone raggiunte (media) per ogni invio	1'460
Post fb pubblicati	26

Si constata una crescita nel numero di visitatori nel corso dell'anno (in media 60 al giorno), con un picco in occasione del 5 dicembre, giornata internazionale dei volontari.

Giornata internazionale dei volontari



Per il 5 dicembre, oltre a vari post e notizie pubblicate sul sito internet, è stata realizzata un'immagine per esprimere gratitudine ai volontari, diffusa tramite newsletter e ripresa da diverse associazioni.

Presenza nei media. Il 5 dicembre, la RSI ha dedicato l'approfondimento del Quotidiano al tema del volontariato invitandoci in studio per un intervento in diretta. A margine di interessanti filmanti con testimonianze di volontari attivi in diversi ambiti, è stato possibile dare informazioni su come avvicinarsi al volontariato e sul portale. A fine anno è stata pubblicata anche una nostra intervista sulla rivista Pro Ticino, unitamente a testimonianze di volontari attivi a favore degli anziani.

Interventi di sensibilizzazione e presenza sul territorio	Data/Periodo
Presenza mostra al Centro Giovani di Locarno	Dal 24 gennaio al 6 febbraio
Presenza mostra alla SPAI di Locarno	Dal 14 al 25 marzo
Sensibilizzazione al volontariato- Giornate autogestite- Liceo Lugano 2	4 aprile
Presenza mostra alla Scuola Media Canobbio	Dal 25 al 29 aprile
Sensibilizzazione al volontariato- Scuola Media Canobbio	26 aprile
Intervento alla formazione dei volontari di Tavolino Magico	23 settembre
Intervento e presenza con uno stand alla fiera del volontariato organizzata dalla Città di Mendrisio a Genestrerio	3 dicembre
Intervento per la giornata del volontariato organizzata dal comune di Bioggio	5 dicembre
Intervento per la giornata del volontariato organizzata dalla Città di Locarno	6 dicembre

Diversi gli incontri di sensibilizzazione svolti sul territorio, su richiesta di enti, comuni e scuole. Nelle scuole l'attività di sensibilizzazione è stata abbinata all'allestimento della mostra sul volontariato.

Linee guida del volontariato organizzato



Elaborate in conformità agli standard svizzeri del volontariato, e destinate ai coordinatori dei volontari e ai responsabili delle associazioni che impiegano volontari, riassumono principi e indicazioni pratiche per la gestione dei volontari. Ricordiamo che esiste una versione sintetica, ad

uso anche dei volontari e scaricabile dal sito: la **Carta del volontariato**, con i diritti e i doveri dei volontari.

Dossier volontariato svizzero e collaborazioni a livello nazionale

Il 25 agosto abbiamo partecipato ad una formazione a livello svizzero sul funzionamento del nuovo sito www.dossier-volontariato.ch, che si presenta in una veste completamente rinnovata e che permette ora di generare e scaricare direttamente da internet gli attestati di volontariato.



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

Consulenza

L'attività di consulenza si rivolge a diverse tipologie di utenti e risponde a richieste diversificate:

- persone che cercano un gruppo su una determinata tematica (diretti interessati, familiari o amici, professionisti)
- membri di gruppi di auto-aiuto che richiedono un supporto o un confronto su aspetti legati alla gestione del gruppo
- persone che desiderano avviare un nuovo gruppo, come pure operatori di organizzazioni che intendono sostenere la nascita di un nuovo gruppo.

Nel 2022 sono state fornite complessivamente 205 consulenze e 17 colloqui individuali o di gruppo.

Accompagnamento di nuovi gruppi:

è stato dato supporto alla nascita di **quattro nuovi gruppi**, in alcuni casi collaborando con associazioni attive a livello ticinese o svizzero.

Formazione

L'attività di formazione è indirizzata da un alto alle persone che desiderano avviare un nuovo gruppo; dall'altra a moderatori e coordinatori di gruppi esistenti per aiutarli e sostenerli nel loro ruolo. Complessivamente i partecipanti ai corsi di formazione sull'auto-aiuto sono stati 37.

Corsi sui gruppi di auto-aiuto	Data
Animare un gruppo di auto-aiuto: come fare per sentirsi meglio nel proprio ruolo	16.02.22
Creare e gestire un gruppo di auto-aiuto - corso di 3 sessioni	30.04, 14.05 e 21.05.22
Creare e gestire un gruppo di auto-aiuto - corso di 3 sessioni	22.10, 12.11 e 19.11.22

Il corso “Creare e gestire un gruppo di auto-aiuto” è stato proposto sia in primavera che in autunno e ha visto la partecipazione complessiva di 25 persone, tra i quali anche diversi operatori di servizi e organizzazioni intenzionate a sostenere l'avvio di nuovi gruppi. Sull'arco di 3 incontri vengono presentati principi e metodologia dell'auto-aiuto, e si sperimenta cosa significa moderare un gruppo.

Per i moderatori dei gruppi è stato organizzato un corso sul ruolo dell'animatore e sulle dinamiche che si creano all'interno del gruppo.

Gruppo facilitatori:

Nel corso dell'anno si sono tenuti 3 incontri del gruppo facilitatori (coordinatori, moderatori e animatori di gruppi): 18 maggio, 31 agosto e 16 novembre 2022. Scopo degli incontri è quello di facilitare i legami tra chi svolge ruolo di facilitatore nei gruppi di auto-aiuto, sostenendo lo scambio di informazioni e buone pratiche, e permettendo un confronto su eventuali difficoltà o dubbi che si possono incontrare.

Promozione

Il 21 maggio 2021 si è tenuta la **Giornata nazionale dell'auto-aiuto** che ha messo in evidenza l'importanza dei gruppi nel sistema socio-sanitario. Le ricerche dimostrano infatti che i gruppi di auto-aiuto sostengono le persone colpite da una situazione difficile o i loro familiari. Aiutano, ad esempio, ad affrontare meglio una malattia nella vita quotidiana. È stato portato l'esempio di un gruppo destinato a donne durante e dopo la terapia del cancro al seno, nato con il sostegno della Clinica S. Anna di Sorengo.

Sito autoaiuto.ch – Auto Aiuto Ticino	Nr.
Tematiche / Gruppi presenti sul sito	43 tematiche per 60 gruppi
Uenti sito autoaiuto.ch	4'039
Pagine visitate	10'544
News pubblicate in homepage	35
Newsletter e facebook Auto Aiuto Ticino	Nr.
Newsletter inviate	2
Comunicazioni specifiche inviate	4
Persone raggiunte (media) per ogni invio	1'460
Post fb pubblicati	20

Presenza nei media Sono stati pubblicati articoli relativi all'auto-aiuto e al centro di contatto Auto

Aiuto Ticino sul nr. di luglio della rivista Info Associazioni e sul settimanale Azione del 28 novembre, dove è stato dato risalto ad un nuovo gruppo in fase di costituzione col sostegno del centro Auto Aiuto Ticino.

In febbraio è stato trasmesso a tutti i gruppi un formulario online al fine di aggiornare la banca dati.

Sempre costanti i contatti con Auto Aiuto Svizzera e i responsabili dell'auto-aiuto dei centri romandi per incontri di scambio, interviste e formazioni sulla gestione delle diverse problematiche incontrate nell'avvio e gestione dei gruppi.

Incontri a livello nazionale	Data
Intervisione Gruppo latino (centri Svizzera romanda e Ticino)	02.02.2022
Riunione dei responsabili dei centri cantonali di contatto per l'auto-aiuto	07.04.22
Webinaire sul nuovo progetto "Ospedali favorevoli all'auto-aiuto"	14.06.22
Formazione continua dei collaboratori dei centri di contatto per l'auto-aiuto a Losanna	22.09.22

Ringraziamenti

Ringraziamo tutte le persone e gli enti che hanno sostenuto la nostra Associazione nei più diversi modi. In particolare:

Gli enti che hanno contribuito finanziariamente:

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

Gli enti che hanno collaborato in varie forme:

Il Gruppo di accompagnamento istituito dal Consiglio di Stato; 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 per la fedeltà e sostegno

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

