

Formazione sui GRUPPI DI AUTO-AIUTO

Creare e gestire un gruppo di auto-aiuto

Modulo 1:

I gruppi di auto-aiuto:

cosa sono e come facilitarne l'avvio

Caratteristiche, condizioni e tappe necessarie

Conduzione: Marilù Zanella, responsabile

Centro Auto Aiuto Ticino

Sabato 13 ottobre 2018,
ore 9.00-12.30, Lugano

Costo: Fr. 50.-

Termine iscrizione: 14 settembre

Modulo 2:

Gestire un gruppo di auto-aiuto:

tecniche di comunicazione

Destinato a chi ha seguito il modulo 1 o ha già esperienza di gruppi di auto-aiuto. Si sperimenta la dinamica di un gruppo.

Conduzione: Nicolas Bonvin,
psicologo e psicoterapeuta

Sabato 20 ottobre 2018,
9.00-12.00, Lugano

Costo: Fr. 60.-

Iscrizione combinata ai 2 moduli: Fr. 100.-

Modulo di approfondimento:

Coaching per animatori di gruppi di auto-aiuto

Conduzione: Nicolas Bonvin,
psicologo e psicoterapeuta

Sabato 24 novembre 2018,
9.00-12.00, Lugano

Costo: Fr. 60.-



AUTOAIUTOTICINO

Informazioni e iscrizioni:

Conferenza del volontariato sociale (CVS)

Via alla Campagna 9

6900 Lugano

Tel. 091 970 20 11

info@volontariato-sociale.ch

www.volontariato.ch

La CVS è a disposizione per organizzare incontri di formazione per organizzazioni e case anziani in base ad esigenze particolari.

La CVS è anche centro di contatto per i gruppi di auto-aiuto; offre sostegno e accompagnamento alla creazione di nuovi gruppi.

Detentori della Lugano Card: sconto del 10% su tutti i corsi.

Verrà data precedenza ai volontari di organizzazioni membri della CVS.



Formazione
per
VOLONTARI
COORDINATORI
e **GRUPPI**
DI AUTO-AIUTO

- 2° semestre 2018 -

www.volontariato.ch

con il sostegno di:

Repubblica e Cantone Ticino
DECS



Formazione per VOLONTARI

III “Volontari si diventa”

Incontro di introduzione
all'attività volontaria

Obiettivi:

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

Conduzione: Marilù Zanella, responsabile Volontariato infocentro

Sabato 29 settembre 2018
ore 8.30-12.30 - Lugano

Costo: Fr. 30.-

Termine di iscrizione: 7 settembre

III Aiuto! .. non so come aiutare! Come sostenere le persone nei momenti difficili della vita

Essere a disposizione e fornire sostegno è insito nell'essere umano ed è ciò che spesso anche noi ci aspettiamo dagli altri. L'intenzione di aiutare però a volte non è sufficiente e quanto si propone magari può essere inadeguato. Cosa vuol dire aiutare nei momenti difficili della vita (nelle crisi della vita, nel lutto, ...)? Come faccio a sapere che l'aiuto che voglio dare è gradito o utile? Perché a volte le persone rifiutano le nostre buone intenzioni o quanto stiamo facendo per loro? Il corso permetterà di rispondere a questi quesiti e fornirà strategie per essere utili e rispettosi allo stesso tempo.

Conduzione: Rolando Zobrist, counsellor/
consulente in ambito psicosociale

Giovedì 11 ottobre 2018
ore 9.00-16.30 – Lugano

Costo: Fr. 80.-* / Fr. 100.-
(+Fr. 15.-pranzo in comune)

Massimo 15 partecipanti

Termine iscrizione: 14 settembre

III Dalla percezione del limite all'accoglienza: volontariato con gli anziani

Il volontario che svolge attività con gli anziani, visite a domicilio, compagnia o animazione in una casa di riposo o in un centro diurno, si trova a volte confrontato con dei limiti, che possono essere personali, oppure imposti dall'organizzazione o dettati dalle esigenze dell'anziano. Quali sono e come vengono percepiti questi limiti? In che misura essi rappresentano un ostacolo? In che modo l'incontro con l'altro può portare a nuove flessibilità e creatività, per una maggiore accoglienza e benessere del volontario e della persona assistita?

Conduzione: Rita Pezzati, psicologa,
psicoterapeuta, centro competenza anziani
SUPSI

Venerdì 26 ottobre 2018
ore 13.30-16.30 – Lugano

Costo: Fr. 50.-* / Fr. 70.-

Massimo 15 partecipanti

Termine iscrizione: 25 settembre

Corsi per COORDINATORI e RESPONSABILI

III “Caro volontario, desidero dirti ciò che penso ... e farò del mio meglio!”- parte 2 – Laboratorio esperienziale

Il coordinatore dei volontari si trova a volte a dover esprimere il proprio pensiero o assumere una posizione che teme possano toccare la sensibilità dell'altro. Dare un feedback e esprimere un'opinione può essere difficile soprattutto quando le cose non vanno troppo bene... Ma perché è difficile? Cosa vuol dire essere assertivi? Che differenza c'è tra una critica e un feedback? Perché a volte è così difficile ricevere e dare un'opinione? Il pomeriggio di formazione è inteso come seguito della giornata 2017, sarà incentrato su esercitazioni ed esempi concreti, e può essere frequentato anche da chi non ha partecipato al primo incontro.

Conduzione: Rolando Zobrist, counsellor/
consulente in ambito psicosociale

Giovedì 22 novembre 2018
ore 13.30-17.00 – Lugano

Costo: Fr.60.-* / Fr. 75.-

Massimo 15 partecipanti .

Termine di iscrizione: 5 ottobre

III Corso base “Project management per il no profit”

Organizzare un evento, avviare un nuovo progetto, gestire in modo più efficace un'attività. Anche chi opera in ambito associativo si trova costantemente confrontato all'esigenza di raggiungere degli obiettivi entro tempi prestabiliti e con un budget limitato. Cos'è un progetto? Come definire gli obiettivi e le persone coinvolte? Come pianificare la tempistica e gestire il budget? Come identificare i rischi e controllare il raggiungimento degli obiettivi? Il corso si svolge sull'arco di tre sessioni nelle quali verranno presentati i principali strumenti utili per la pianificazione, lo svolgimento e il controllo di progetti, con un'attenzione particolare ai campi di attività dei partecipanti e con l'ausilio di esercitazioni pratiche.

Conduzione: Mauro Romani e Massimo Saggini, Project manager professional con esperienza in ambito no profit

martedì 16 ottobre e 23 ottobre 2018
ore 17.30-20.00

sabato 27 ottobre 2018,
ore 8.30-12.30, Lugano

Costo: Fr. 120.-* / Fr. 180.-

Massimo 8 partecipanti.

Termine di iscrizione: 14 settembre

– Iscrizioni tramite tagliando allegato –

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