

## 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 Saggin, Project manager professional con esperienza in ambito no profit

**martedì 26 settembre e 3 ottobre 2017, ore 17.30-20.00,**

**sabato 7 ottobre 2017, ore 8.30-12.30, Lugano**

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

Massimo 8 partecipanti.

**Termine di iscrizione:** 15 settembre

# Formazione sui GRUPPI DI AUTO-AIUTO

## III 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 21 ottobre 2017,**

**ore 9.00-12.30, Lugano**

**Costo:** Fr. 50.-

**Termine iscrizione:** 23 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 11 novembre 2017,**

**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 25 novembre 2017, 9.00-12.00, Lugano**

**Costo:** Fr. 60.-

#### 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](http://www.volontariato.ch)



# Formazione per VOLONTARI COORDINATORI e GRUPPI DI AUTO-AIUTO

- 2° semestre 2017 -

[www.volontariato.ch](http://www.volontariato.ch)

con il sostegno di:

Repubblica e Cantone Ticino  
DECS



# Formazione per **VOLONTARI**

## III “Volontari si diventa”

Giornata di introduzione e approfondimento per persone interessate all'attività volontaria

### Obiettivi:

- interrogarsi sul ruolo del volontariato nella realtà odierna
- comprendere cosa significa il termine “volontario”
- rendersi conto della ricchezza del volontariato e delle molteplici possibilità
- interrogarsi sulle forze e i limiti dell'impegno volontario
- riflettere sui propri interessi, sulle capacità, sulla disponibilità nei confronti dell'impegno volontario
- capire come valorizzare e far riconoscere le attività di volontariato

**Conduzione:** Marilù Zanella e animatori CVS

**Sabato 7 ottobre 2017**  
**ore 9.30-16.30 - Lugano**

**Costo:** Fr. 60.- (incluso il pranzo in comune)

**Termine di iscrizione:** 15 settembre

## III Vivere il conflitto come una preziosa risorsa

Le nostre relazioni interpersonali a tutti i livelli ci richiedono sempre più la capacità di accettare e gestire ciò che è diverso da noi stessi: persone, valori, pensieri, culture, religioni, handicap. Questo, inevitabilmente, porta il conflitto in una posizione centrale nella nostra quotidianità; è perciò utile e vantaggioso affrontarlo. Il seminario mira sia a dare una visione del conflitto come opportunità di crescita, sia a fornire alcuni strumenti utili per affrontare situazioni conflittuali che possono presentarsi nell'attività di volontariato.

**Conduzione:** Barbara Nicoli, formatrice di adulti, coach

**Venerdì 10 novembre 2017**  
**ore 9.00-16.30 – Lugano**

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

Massimo 15 partecipanti

**Termine iscrizione:** 10 ottobre

## III Stare in mezzo agli altri senza farci del male

E' possibile che a volte ci sentiamo in balia dei comportamenti e delle decisioni delle altre persone o delle circostanze della vita. Forse nella vostra attività di volontariato vi sorprendete a commentare: “ormai è il destino .. “io cosa ci posso fare” .. “quello non cambierà mai” .. “inutile cercare di cambiare le cose”... Ma è davvero così? E se vi foste dimenticati di quanto siete preziosi e potenti? Il corso vuole farci ri-scoprire le nostre qualità mentali, neurobiologiche ed addirittura cellulari e gli strumenti che permettono di essere i protagonisti della nostra esistenza e delle nostre azioni.

**Conduzione:** Rolando Zobrist, counsellor/ consulente in ambito psicosociale

**Giovedì 30 novembre 2017**  
**ore 9.00-16.30 – Lugano**

**Costo:** Fr. 80.-\* / Fr. 100.-

(+Fr. 15.-pranzo in comune)

Massimo 15 partecipanti

**Termine iscrizione:** 26 ottobre

## 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

**Mercoledì 11 ottobre 2017**  
**ore 13.30-16.30 – Lugano**

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

Massimo 15 partecipanti

**Termine iscrizione:** 15 settembre

# Corsi per **COORDINATORI** e **RESPONSABILI**

## III “Caro volontario, desidero dirti ciò che penso ... e farò del mio meglio!”

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? La giornata di formazione si rivolge a chi ha compiti di coordinamento e gestione dei volontari; avrà un taglio essenzialmente esperienziale, con esercitazioni ed esempi concreti.

**Conduzione:** Rolando Zobrist, counsellor/ consulente in ambito psicosociale

**Giovedì 16 novembre 2017**  
**ore 9.00-16.30 – Lugano**

**Costo:** Fr. 110.-\* / Fr. 140.-

Massimo 15 partecipanti

**Termine iscrizione:** 10 ottobre

– Iscrizioni tramite tagliando allegato –

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

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

**Verrà data precedenza ai volontari di organizzazioni membri della CVS**

