



# Volontariato Giovanile in associazioni sociosanitarie

Idee e indirizzi utili



**Prova anche tu!**





## Edito da

Federazione per il Sociale e la Sanità (FSS)   
Servizio per il Volontariato sociale  
39100 Bolzano - Via Dr. Streiter 4 - tel. 0471 324667  
[www.fss.bz.it](http://www.fss.bz.it) – [volontari@fss.bz.it](mailto:volontari@fss.bz.it)

## Progetto e sviluppo

In collaborazione con le organizzazioni partecipanti  
Testi, layout: S.Terzariol, G. Leimstädtner, B. Santa, E. Hörwarter  
Ringraziamo per la collaborazione alla struttura e alla formulazione dei contenuti : Lorenzo, Elgyn, Max, Natasha, Irene, Daniel, Rebekka, Elisa, Daniela.  
Immagine di copertina: Gregor Khuen Belasi per FSS

Testi e foto sono stati messi a disposizione dalle organizzazioni associate alla Federazione.  
Versione aggiornata disponibile nel sito [www.fss.bz.it](http://www.fss.bz.it)  
La riproduzione è libera, con qualsiasi mezzo effettuata, citando la fonte.

Info: Servizio per il Volontariato sociale

Altre pubblicazioni utili: <http://www.fss.bz.it/437d749.html>

## Edizione

Maggio 2015

La realizzazione di questo opuscolo è stata resa possibile con i contributi di:

AUTONOME  
PROVINZ  
BOZEN  
SÜDTIROL



PROVINCIA  
AUTONOMA  
DI BOLZANO  
ALTO ADIGE



Città di Bolzano  
Stadt Bozen

Verwaltungsrat des  
Sonderfonds für die  
ehrenamtliche Tätigkeit



Comitato di Gestione  
per il Fondo Speciale  
per il Volontariato

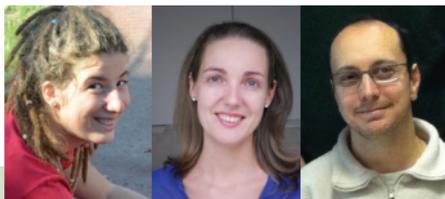
*Fare volontariato significa conoscere persone di età diverse e diverse provenienze, impegnarsi per persone che vivono anche in situazioni difficili, costruire insieme nuovi progetti di futuro.*

*È anche un arricchimento personale, un bagaglio di esperienza, che può tornare utile nella vita di tutti i giorni, non solo strettamente nell'ambito del volontariato che si va a svolgere.*

*Tutti noi viviamo momenti di fragilità, di solitudine. Anche tu puoi essere importante mettendo a disposizione il tuo tempo, la tua vicinanza. Lo fai per gli altri, ma fa bene anche a te!*

*Elisa, Elgyn, Max \**

*\*Hanno collaborato alla realizzazione di questa Guida assieme ad altri 7 giovani volontari e volontarie.*



*Questa Guida è la prosecuzione di un viaggio iniziato assieme ad alcune associazioni sociosanitarie che fanno parte della Federazione nel 2010 con una decina progetti di volontariato rivolti a giovani dai 15 anni in su. Poi il Premio "Cultura Socialis" nel 2011 e il Premio della Città di Bolzano, con sempre maggiore visibilità e riscontri da parte di giovani, scuole, famiglie e associazioni.*

*Ora i progetti sono oltre 40, molti per ragazzi e ragazze dai 15 anni, altri più impegnativi dai 18 anni in su. Per le associazioni significa essere capaci di apertura e qualità nell'accoglienza, per i giovani significa fare nuove esperienze in ambienti spesso completamente diversi.*

*Un ragazzo ha detto: "Nella mia classe ci sono compagni che stanno aspettando che qualcuno li chiami". Un altro buon motivo per continuare insieme.*

**Martin Telser**, presidente della Federazione





In vacanza insieme

## Contatti:

39012 Merano  
via Manzoni, 31-33  
tel. 0473 211423

[www.afb.bz.it](http://www.afb.bz.it)  
[info@afb.bz.it](mailto:info@afb.bz.it)

Sezioni: Val Venosta,  
Burgraviato, Passeier, Bolzano,  
Val d'Isarco, Val Pusteria

## Possibilità di volontariato

### Compagnia a persone con difficoltà motorie

Accompagnamento dei nostri associati durante eventi e gite  
Periodo: tutto l'anno, nei finesettimana

### Creatività e disabilità

Affiancare persone con disabilità fisiche in attività di pittura  
Luogo: Merano – Periodo: ogni martedì pomeriggio

### Mercatini dell'usato o natalizi

Aiuto nell'organizzare raccolte di oggetti o realizzare lavoretti manuali  
Luogo: in tutte le Sezioni

## Le nostre attività

Il nostro obiettivo principale è il sostegno alle persone con disabilità e difficoltà motorie.

Tra le attività svolte, ai fini della loro integrazione sociale:

- proposte di tempo libero e creativo
- consulenze
- sensibilizzazione, es. abbattimento barriere architettoniche
- servizi di trasporto per le persone disabili in tutta la provincia.

## Altre possibilità

Stage - Tirocini

Ricerche: Barriere architettoniche e Mobilità,  
Integrazione di persone disabili, Tempo libero



Responsabile  
per l'accoglienza  
Verena  
Wolf

## Contatti:

39100 Bolzano  
via Piacenza 29a  
tel. 0471 204476

[www.aiasbolzano.it](http://www.aiasbolzano.it)

<http://infoclubbz.blogspot.com>

<http://ondaaias.blogspot.com>

[andrea@aias-bz.it](mailto:andrea@aias-bz.it)



Soggiorno estivo 2012

## Possibilità di volontariato

### Estate AIAS

Attività diurna estiva di tempo libero insieme a persone con disabilità  
Periodo: da agosto

### Volontariato tutto l'anno!

Attività ludico-creative e uscite: Club del Sabato, KreaLab, InfoLab, animazione musicale con balli di gruppo  
Periodo: dall'autunno alla primavera

### Soggiorni estivi marini e montani 18+

Supporto nell'assistenza - con formazione preliminare  
Periodo: 15 gg, fine giugno e inizio agosto



Responsabile  
per l'accoglienza

Andrea  
Di Curti

### Le nostre attività

- Ci occupiamo di persone con disabilità mediante
- iniziative di tempo libero (gite, soggiorni lunghi e brevi)
  - laboratori creativi e formativi
  - la nostra biblioteca specialistica "oltre l'HANDICAP".

### Altre possibilità

Stage – Tirocini – Alternanza scuola-lavoro  
Ricerche: Disabilità, Integrazione di persone disabili



Giornata AIDO a scuola

## Contatti:

39100 Bolzano  
piazza Gries 18  
tel. 0471 285188  
[www.aido.it/Bolzano](http://www.aido.it/Bolzano)  
[altoadige@aido.it](mailto:altoadige@aido.it)

## Possibilità di volontariato

### Come parlano i giovani di donazione?

Ricerca in internet e social network in varie Nazioni del mondo  
Periodo: in date da concordare

### Ideazione di materiale informativo

Informazione da giovani per giovani sulla donazione  
Periodo: tutto l'anno

### Supporto in segreteria

Aiuto nella cura dell'archivio  
Periodo: in giornate da concordare

### Eventi pubblici

Aiuto nell'organizzazione di eventi in tutta la provincia  
Periodo: in date nel corso dell'anno

## Le nostre attività

Il nostro obiettivo è la sensibilizzazione sulla donazione di organi, organizzando

- manifestazioni
- progetti e conferenze
- collaborazioni con il personale medico e paramedico.

## Altre possibilità

Ricerche specifiche  
Partecipazione a convegni e formazioni



Responsabile  
per l'accoglienza  
Annamaria  
Saviolo

## Contatti:

39100 Bolzano  
via S. Quirino 34  
tel. 0471 283161  
[antea.bz@virgilio.it](mailto:antea.bz@virgilio.it)



Giochi da tavolo

## Possibilità di volontariato

### Accompagnamento durante i servizi di trasporto

Affiancare i nostri autisti per accompagnare le persone anziane agli ambulatori  
Periodo: in giornate da concordare

### Attività in sede

Giochi da tavolo o animazione per favorire le varie abilità  
Periodo: tutto l'anno

### Supporto in segreteria

Aiuto nella cura dell'archivio  
Periodo: in giornate da concordare



Responsabile  
per l'accoglienza

Ugo  
Lovati

Responsabile  
per l'accoglienza

Franco  
Murano

## Le nostre attività

Offriamo assistenza alle persone anziane e stimoliamo la loro partecipazione grazie a

- attività motorie
- attività culturali, turistiche, musicali, manuali
- conferenze
- servizi di trasporto.

## Altre possibilità

Ricerche: Senilità, Progettazione sociale, Salute



Insieme a passeggio

### Contatti:

39011 Lana  
via Andreas Hofer 2  
(Distretto sociosanitario)  
tel. 0473 553080  
[www.freivillige.it](http://www.freivillige.it)  
[fsd-freivillige@bzgbga.it](mailto:fsd-freivillige@bzgbga.it)

### Possibilità di volontariato

#### Accompagnamento del gruppo "Camminare sano a Lana" 18+

Passeggiare nei dintorni del paese accompagnando persone anziane  
Periodo: nella buona stagione

#### Pasti a domicilio in Val d'Ultimo 18+

Raggiungere anche i masi più lontani per consegnare i pasti  
e scambiare due parole  
Periodo: tutto l'anno

#### Compagnia in tanti modi 18+

Chiacchierare insieme a persone anziane, accompagnarle dal medico,  
fare la spesa ...  
Periodo: tutto l'anno

### Le nostre attività

Offriamo assistenza a famiglie in difficoltà, anziani e in genere persone in situazioni di vita delicate.  
Ci muoviamo nell'ampio territorio del Distretto di Lana, che va da Cermes a Proves, da Gargazzone alla Val d'Ultimo - in collaborazione con l'omonima Cooperativa sociale.

### Altre possibilità

Stage - Tirocini  
Ricerche: Disabilità, Senilità, Vulnerabilità sociale



Responsabile  
per l'accoglienza  
Claudia  
Egger

## Contatti:

39100 Bolzano  
via G. Galilei 4/a  
tel. 335 5452470  
[www.aadh.it](http://www.aadh.it)  
[info@aadh.it](mailto:info@aadh.it)



Vacanze al mare

## Possibilità di volontariato

### Marcia "Camminiamo Insieme - Wir wandern zusammen"

Aiuto nell'organizzazione e svolgimento per sensibilizzare sulla disabilità  
Periodo: maggio- giugno

### Crescere insieme

Incontri per programmare le attività di tempo libero (concerti, cinema, teatro, sport) e affiancare i nostri "ragazzi" a essere il più possibile autonomi  
Periodo: tutto l'anno

### Nuovi volti, nuove idee

Scoprire insieme come possiamo innovare la nostra associazione  
Periodo: tutto l'anno

### Insieme al mare! 18+

Esperienze intense di quotidianità, dal bagno in mare alla pizza sul muretto!  
Periodo: 2 turni (luglio - agosto)



Responsabile  
per l'accoglienza

Massimo  
Alemi

### Le nostre attività

Da 37 anni si impegniamo per l'inserimento sociale di persone con disabilità attraverso varie iniziative di tempo libero:

- feste, gite, soggiorni estivi
- manifestazioni sportive
- teatro e cinema.

### Altre possibilità

Ricerche tematiche  
Esperienze personali e disabilità



Evento di sensibilizzazione

## Contatti:

39100 Bolzano  
via Bari 14/a  
tel. 0471 932200  
[www.propositiv.bz.it](http://www.propositiv.bz.it)  
[info@propositiv.bz.it](mailto:info@propositiv.bz.it)

## Possibilità di volontariato

### Ideazione grafica di materiale informativo

Informazioni su iniziative dell'associazione  
Periodo: in date nel corso dell'anno

### Aggiornamento del sito web

Inserimento di notizie aggiornate  
Periodo: in periodi da concordare

### Eventi di sensibilizzazione

Aiuto nell'organizzazione di eventi pubblici (es. concerti)  
Periodo: in date nel corso dell'anno

## Le nostre attività

I nostri obiettivi sono:

- la prevenzione di HIV e AIDS
- la diffusione di informazioni corrette e consulenze
- l'organizzazione di iniziative di sensibilizzazione

## Altre possibilità

Stage - Tirocini

Volontariato estivo mediante la Provincia

Ricerche tematiche su malattie infettive e loro prevenzione



Responsabile  
per l'accoglienza  
Antonella  
Diano

## Contatti:

39100 Bolzano  
 via G. di Vittorio 33  
 tel. 335 7522487  
[www.volontarius.it](http://www.volontarius.it)  
[daniel.brusco@volontarius.it](mailto:daniel.brusco@volontarius.it)



Una festa insieme

## Possibilità di volontariato

### Festa per la Giornata del profugo

Aiuto nell'organizzare la giornata con persone di nazionalità e culture diverse  
 Periodo: maggio – giugno

### Attività al Centro diurno per senza fissa dimora

Aiutare nell'organizzare tornei sportivi, cinema, laboratori, giochi, visite al territorio  
 Periodo: tutto l'anno

### Aiuto-cuochi cercasi 16+

Per aiutare a preparare il minestrone e i panini da distribuire al Parco Stazione  
 Periodo: tutto l'anno, da concordare

### Servizio civile 18+



Responsabile  
 per l'accoglienza

Daniel  
 Brusco

## Le nostre attività

Operiamo nella difesa dei diritti delle persone che si trovano in difficoltà, offrendo accoglienza, ascolto e assistenza mediante

- servizi di strada
- strutture
- arte e tempo libero
- pronto intervento 24 ore su 24.

## Altre possibilità

Stage - Tirocini  
 Servizio di volontariato europeo e internazionale SVE  
 Ricerche



## Contatti:

39100 Bolzano  
piazza Don Bosco 1  
tel. 0471 200588  
[www.auserbz.org](http://www.auserbz.org)  
[presidio@auserbz.org](mailto:presidio@auserbz.org)

## Possibilità di volontariato

### Estate Giovane all'AUSER

Affiancamento nelle attività di animazione in sede e in case di riposo  
Periodo: nei mesi estivi

### Una mano in più

Compagnia per passeggiate, consegna della spesa a domicilio, ecc.  
Periodo: tutto l'anno

### Circolo "La Ruota"

Animazione e attività creative in sede  
Periodo: tutto l'anno

### Case di Riposo e Reparto Geriatria 18+

Affiancamento ai volontari - con formazione preliminare  
Periodo: tutto l'anno, continuativo

## Le nostre attività

Si svolgono nei campi della solidarietà e del segretariato sociale, mediante

- servizi di aiuto a domicilio
- trasporto
- animazione e attività culturali, creative, musicali
- soggiorni e gite.

## Altre possibilità

Stage - Tirocini  
Ricerche: azioni di monitoraggio sul tema Anziani



Responsabile  
per l'accoglienza  
Irene  
Pampagnin

## Contatti:

39100 Bolzano  
vicolo Bersaglio 36  
tel. 0471 442323

[www.blindenzentrum.bz.it](http://www.blindenzentrum.bz.it)  
[katharina.schmidhammer@blindenzentrum.bz.it](mailto:katharina.schmidhammer@blindenzentrum.bz.it)  
[blindenzentrum.bz.it](http://blindenzentrum.bz.it)



Quanti profumi e suoni nel bosco!

## Possibilità di volontariato

### Tante voci per vedere

Lettura e registrazione di testi tratti da riviste e libri  
Periodo: tutto l'anno

### Tu vedi, io sento

Accompagnamento a gite o manifestazioni nei finesettimana  
Periodo: tutto l'anno

### Una festa nel nostro giardino

Un gruppo di giovani la organizza e realizza insieme a noi  
Periodo: primavera - estate



Responsabile  
per l'accoglienza  
Katharina  
Schmidhammer



Responsabile  
per l'accoglienza  
Veronika  
Joas

## Le nostre attività

Il Centro Ciechi è un luogo d'incontro e di scambio di esperienze, dove ciechi, ipovedenti e vedenti possono incontrarsi, comunicare, imparare promuovendo l'autonomia della persona.

## Altre possibilità

Stage – Tirocini  
Servizio Civile – Servizio Sociale  
Ricerche sul tema Disabilità visive  
Esperienze personali e disabilità:  
<http://www.blindenzentrum.bz.it/943.html>



Attività manuali e artigianali

### Contatti:

39100 Bolzano  
via Giotto 7  
tel. 0471 271707  
[cirs.bz@virgilio.it](mailto:cirs.bz@virgilio.it)

### Possibilità di volontariato

#### Impariamo insieme 18+

Integrare il gruppo di lavoro nelle attività manuali dei laboratori di maglieria e artigianato  
Periodo: tutto l'anno in periodi da concordare - con formazione preliminare

#### Una vetrina per i nostri laboratori 18+

Partecipare all'organizzazione e alla gestione del negozietto in centro città  
Periodo: tutto l'anno, da concordare - con formazione preliminare

### Le nostre attività

Ci occupiamo di riabilitazione lavorativa di persone con disagio psichico. Il servizio si articola in due settori e relativi laboratori: uno di artigianato artistico (decorazione, ceramica e vetro) e uno di maglieria. Inoltre abbiamo un negozietto in centro città.

### Altre possibilità

Stage - Tirocini  
Ricerche sul tema Salute mentale



Responsabile per  
l'accoglienza  
Maria Grazia  
Dal Cero



## Contatti:

39100 Bolzano  
via Latemar 8  
tel. 0471 974431  
[www.ehk.it](http://www.ehk.it)  
[info@ehk.it](mailto:info@ehk.it)



Settimane in montagna

## Possibilità di volontariato

### Una mano per tradurre 18+

Aiuto in segreteria per tradurre in tedesco o italiano i nostri testi informativi  
Periodo: tutto l'anno

### Settimane musicali e ricreative 18+

Accompagnamento alle famiglie e ai loro bambini audiolesi  
Periodo: mesi estivi - con formazione preliminare

### Lezioni di italiano e inglese 18+

Con bambini audiolesi di lingua tedesca, nella nostra comunità alloggio  
Periodo: durante l'anno scolastico

### Collaborazione a diversi progetti

Periodo: tutto l'anno



Responsabile  
per l'accoglienza  
Ulrike  
Oberstolz

## Le nostre attività

Offriamo varie forme di sostegno ai genitori di bambini audiolesi e giovani audiolesi per questioni riguardanti lavoro, quotidianità e tempo libero mediante

- collaborazioni con vari servizi
- attività per il tempo libero
- settimane dedicate alla famiglia e corsi
- la comunità-alloggio per giovani a Bolzano.

## Altre possibilità

Stage - Tirocini  
Ricerche tematiche



Giornata dello sport

## **Contatti:**

39100 Bolzano  
via Josef Mayr Nusser 58  
tel. 0471 976541

[www.gwb.bz.it](http://www.gwb.bz.it)

[info@gwb.bz.it](mailto:info@gwb.bz.it)

Laboratori  
a Bolzano e Merano

## **Possibilità di volontariato**

### **Nel laboratorio di Bolzano:**

- Progettazione degli spazi liberi da barriere architettoniche
- Creare un Catalogo di facile comprensione e utilizzabile dai ragazzi disabili del laboratorio
- Giornata di Porte aperte alla cooperativa GWB e alle attività del laboratorio
- Sito web e Carta dei servizi: migliorarli creativamente per informare tutti gli interessati

Periodo: 2 settimane da concordare

### **Nel laboratorio di Merano:**

- lavoro all'interno dei gruppi
- sostegno del personale assistente (es. insegnamento di nuove mansioni)
- aiuto in altre attività (es. gite, giornata dello sport,...)

Periodo: estivo - da concordare

## **Le nostre attività**

Offriamo alle persone con disabilità un posto di lavoro nei nostri laboratori artigianali potenziando le loro capacità in lavori facili di carattere industriale e produzione di tappeti.

## **Altre possibilità**

Stage - Tirocini

Servizio Civile

Ricerche su: Disabilità, Inserimento lavorativo, Laboratori creativi



**Responsabile  
per l'accoglienza  
Ruth Mayr**

**Contatti:**

39100 Bolzano  
 via Dr. Streiter 4  
 tel. 0471 312424  
[www.join-life.it](http://www.join-life.it)  
[info@join-life.it](mailto:info@join-life.it)



Perché l'auto aiuto è più che conoscere problemi!

**Possibilità di volontariato****Join-Life - auto aiuto e giovani adulti 18+**

- Nuove idee, nuovi spunti per avvicinare giovani adulti all'auto aiuto
- Ideazione e realizzazione di eventi sull'auto aiuto tra giovani adulti
- Collaborazione in eventi sull'auto aiuto

Periodo: tutto l'anno, soprattutto nei mesi estivi

**Gruppi di auto aiuto in Alto Adige**

- Aggiornamento dei dati sui gruppi di auto aiuto
- Invio di materiale sull'auto aiuto

Periodo: tutto l'anno, soprattutto nei mesi estivi



Responsabili per l'accoglienza

Julia  
Kaufmann



Irene  
Gibitz

**Le nostre attività**

Quale centro di consulenza di Auto aiuto della Federazione per il Sociale e la Sanità forniamo su tutto il territorio provinciale consulenza, informazioni e contatti sui Gruppi di auto aiuto. Supportiamo attivamente l'avvio dei gruppi, sia da un punto di vista logistico che di accompagnamento ed organizziamo corsi formativi e campagne di sensibilizzazione.

**Altre possibilità**

Tirocini per studenti/esse, approfondimenti tematici



Passeggiata in montagna

## Contatti:

39031 Brunico

via Dante 4

tel. 0474 530266

[www.lichtung-girasole.it](http://www.lichtung-girasole.it)

[lichtung@dnet.it](mailto:lichtung@dnet.it)

## **Possibilità di volontariato**

### **Aggiornamento del sito web**

Affiancamento in segreteria per l'inserimento di notizie aggiornate

### **Nuove idee, nuovi messaggi**

Ideazione grafica di materiale informativo da giovani per giovani

### **Insieme anche nel tempo libero**

Accompagnamento durante gite nei finesettimana

## **Le nostre attività**

Ci impegniamo nella

- tutela degli interessi delle persone in disagio psichico
- prevenzione e promozione dell'integrazione sociale
- informazione e sensibilizzazione dell'opinione pubblica
- consulenze e interventi mirati tramite l'auto mutuo aiuto e varie attività ricreative.

## **Altre possibilità**

Ricerche sul tema Salute mentale



Responsabile  
per l'accoglienza

Monika  
Gasser

## Contatti:

39100 Bolzano  
 Piazza Loew Cadonna 10  
 tel. 0471 402000 - fax 0471 406529  
[www.legatumoribolzano.com](http://www.legatumoribolzano.com)  
[info@legatumoribolzano.com](mailto:info@legatumoribolzano.com)  
<https://www.facebook.com/LiltBz>  
<http://liltbolzano.wordpress.c>



## Possibilità di volontariato

### Internet e Social Networks 18+

Gruppo redazionale per la gestione del sito internet e dei social networks (files audio/video) Periodo: tutto l'anno

### Aiuto domiciliare 18+

Compagnia e piccoli aiuti pratici per pazienti oncologici.  
 Periodo: tutto l'anno, previa opportuna formazione

### Assistenza ospedaliera 18+

Compagnia e piccoli aiuti pratici per pazienti oncologici del Day Hospital al Reparto Oncologia dell'Ospedale di Bolzano e Merano.  
 Periodo: tutto l'anno, previa opportuna formazione



Responsabile  
 per l'accoglienza  
 Donatella  
 Stellin

### Le nostre attività

Ci impegniamo nella

- prevenzione delle malattie tumorali, educazione alla salute
- assistenza a pazienti oncologici
- Iniziative di sensibilizzazione

### Altre possibilità

Ricerche specifiche, organizzazione eventi

### Irene

*Durante il secondo anno di scuola superiore, sono venuta a conoscenza del vasto mondo del volontariato e ho cominciato attraverso un'associazione a favore di persone diversamente abili. Mi occupavo di animazione con un gruppetto di 4-5 bambini. Malgrado mi occupasse un solo pomeriggio la settimana, era un'attività abbastanza impegnativa perché richiedeva molta pazienza, concentrazione e resistenza fisica.*

*Questa esperienza deve avermi senza dubbio lasciato qualcosa perché ho deciso di cercare un impiego nel sociale, indirizzo completamente differente da quello in cui mi ero appena diplomata, e l'ho trovato in un'associazione come coordinatrice dei volontari. Sicuramente la mia precedente esperienza di volontariato mi è stata utile per capire meglio l'organizzazione e le motivazioni che spingono i volontari a dedicare il proprio tempo agli altri.*

*I giovani possono essere una grandissima risorsa per la società, dedicando anche una sola ora al mese agli altri e di conseguenza a se stessi, perché fare volontariato è un benessere sia per gli altri che per te!*



### Max

*Personalmente sposo la frase di non so chi, che ha scritto: "Fare volontariato è un arricchimento in termini di esperienze, mediante le quali possiamo essere portati a farne sempre di più, e sempre diverse". Ok, l'ho un po' cambiata ma il senso penso fosse pressoché questo.*



*Mi sono reso conto che la vita è una concatenazione di eventi ed esperienze, a volte anche negative, senza le quali non saremmo le persone che siamo. Se non fossi stato invitato a svolgere volontariato presso un'associazione dove ho presto capito che il mio contributo non era poi così necessario, non avrei cercato una realtà di volontariato più adatta a me. Vedete come anche da un'esperienza apparentemente negativa possono nascere cose positive!?*

*Se non altro mi è servito a capire cosa non sono in grado di fare. Il volontariato è un'esperienza che una volta nella vita va fatta e provata come tante altre, per poter dire: "Forse fa per me!"*

## Elisa



*Io non ho mai "scelto" di diventare una volontaria, è semplicemente capitato e poi non sono mai riuscita*

*a smettere! Sarà anche una frase fatta, ma la soddisfazione che ne ricavo è una sensazione che mai nient'altro mi ha dato nella vita.*

*Io personalmente lavoro soprattutto con i bambini, ma ho fatto esperienze (a volte anche difficili) in vari campi, come il servizio nelle accoglienze femminili, nelle mense, nelle scuole di italiano. Questo tipo di attività permette di conoscere tante realtà distanti, persone, sensazioni, ma in particolare donano una consapevolezza di sé e delle proprie capacità che difficilmente si riesce ad acquistare in altro modo.*

*Lavorare a contatto con gli altri, aiutare ed essere aiutati, impegnarsi e soprattutto, con pazienza, vedere dei risultati cambiano il tuo atteggiamento nei confronti del mondo: fare volontariato è una botta di speranza!*

## Lorenzo

*Ciao, mi chiamo Lorenzo, abito a Bolzano e frequento una scuola a indirizzo sociale. Mi sono informato e ho scelto di collaborare con un'associazione che si occupa di anziani.*

*Inizialmente avevo paura ed ero preoccupato, ma col tempo mi sono accorto che mi sentivo aperto, disponibile e coinvolto ma soprattutto gratificato per ogni piccolo gesto e segno di affetto che ricevevo. I volontari con cui ho lavorato mi hanno accolto calorosamente e mi hanno aiutato nel mio cammino, dandomi dei buoni consigli.*

*I pomeriggi, in base agli impegni scolastici, si strutturano generalmente in accoglienza, si beve qualcosa e si chiacchiera, poi si fa*



*ginnastica e si gioca, ad esempio a carte. Un'altra bella esperienza è stata quella di provare a fare volontariato in una casa di riposo con altri volontari. Ho imparato ad avere pazienza, ad ascoltare gli altri, a capire le emozioni delle persone che abbiamo vicino, ma soprattutto che tutti abbiamo bisogno di aiutarci reciprocamente.*

**Chiedete il riconoscimento dell'impegno e delle competenze acquisite!**

Vi siete impegnati in una di queste associazioni? Avete terminato un bel progetto e volete proseguire con nuove esperienze di volontariato? Chiedete il **Documento di Volontariato Sociale!**

La persona che vi ha accolto e accompagnato nell'associazione potrà inserire in questa sorta di "passaporto" i vostri dati e le principali informazioni sull'attività che avete svolto. Se poi avete fatto anche un corso di formazione troverete lo spazio per inserire questa notizia. Vi sarà molto utile per il vostro curriculum vitae, che potrete presentare a scuola e per un posto di lavoro. È un modo per testimoniare "Anch'io mi sono dato da fare!" e "Questo era il gruppo che mi ha accolto".



E se poi volete presentare alla vostra scuola la richiesta per i **crediti formativi** per le attività di volontariato che avete fatto, potete chiedere alla vostra associazione l'**Attestato di Volontariato Sociale**: qui le informazioni saranno più dettagliate, con uno spazio più ampio proprio per indicare cosa avete imparato di "speciale" - lavoro in team, comunicazione, ascolto attivo, ecc.

### Erfahrungen — Esperienze

**Begleitung, Zusammenarbeit**  
*Compagnia, organizzazione*

↓

Projekt - Progetto

Ort, Zeitraum und Dauer [h] - Luogo, periodo e ore

Funktion / Verantwortung - Ruolo / Responsabilità

## Attestato di volontariato sociale

E se volete presentare alla vostra scuola la richiesta per i crediti formativi per le attività di volontariato che avete fatto, potete chiedere alla vostra associazione l'**Attestato di Volontariato Sociale**. Qui le informazioni saranno più dettagliate, con uno spazio più ampio proprio per indicare cosa avete imparato di "speciale" - lavoro in team, comunicazione, ascolto attivo, ecc.

Spesso si tratta di nuove **capacità e competenze**, che danno valore al vostro impegno nel volontariato, assieme alla motivazione individuale, alla gratuità e alla vostra testimonianza di solidarietà.

Con il Documento di Volontariato Sociale, questo Attestato lo potete utilizzare a scuola ma anche sul lavoro, inserendo le principali informazioni nel vostro **curriculum vitae** da presentare nelle aziende.

Ogni esperienza di volontariato vale molto di più!



**Attestato di volontariato sociale**

Data: \_\_\_\_\_

Nome: \_\_\_\_\_

Data e luogo di nascita: \_\_\_\_\_

Il sig./La sig.a \_\_\_\_\_ ha svolto nella seguente **Organizzazione** (nome, luogo) \_\_\_\_\_

il progetto/tirocinio di volontariato per \_\_\_\_\_

Periodo e ore in totale: \_\_\_\_\_

Attività svolta/e: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Nome del/la coordinatore/trice: \_\_\_\_\_

**Formazione svolta:** (titolo, da - a, totale ore)

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

**Capacità/competenze acquisite:**  
(es. Lavori di gruppo, Autonomia, Responsabilità, Pianificazione di compiti, Valutazione/correzione delle attività, Rispetto delle regole associative, Sensibilità/Empatia, ...)

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

TIMBRO dell'organizzazione e FIRMA del/la responsabile:

\_\_\_\_\_

\* Questo Attestato può essere presentato nelle Scuole per il riconoscimento dei crediti formativi scolastici.

*Questa piccola Guida al volontariato giovanile raccoglie le offerte di volontariato pensate proprio per ragazzi e ragazze dai **15** anni in su – alcune rivolte ai più giovani, altre adatte agli over 18 (contrassegnati con **16+** e **18+**).*

*Le associazioni presentano progetti pensati apposta per voi, garantendovi un primo **colloquio** per verificare se il progetto scelto è adatto, chiare informazioni, descrizione dei compiti, una persona di riferimento, copertura assicurativa e **attestati** per i crediti formativi. In molti casi è prevista anche una formazione di base per essere ancor meglio preparati al vostro impegno.*

*Al termine del vostro progetto, chiedete il **Documento** di volontariato in cui inserire le vostre esperienze attive e formative, per poterlo presentare sia a scuola che nel lavoro assieme al vostro curriculum vitae. Potete chiedere ai vostri tutor anche un attestato delle **competenze** acquisite nel vostro impegno di volontariato: responsabilità, spirito di squadra, capacità di ascolto o di organizzazione, ecc.*

*Per voi significa fare una scelta importante - per le associazioni è una nuova sfida, affianco alle attività che già svolgono.*

*E se ci telefonate o mandate una e-mail, ci possiamo anche incontrare per altre informazioni e mettervi in contatto con le associazioni. Saremo contenti di conoscervi!*

*Simonetta Terzariol e Georg Leimstädtner  
Servizio per il Volontariato sociale*

*Servizio per il Volontariato sociale  
Federazione per il Sociale e la Sanità  
39100 Bolzano - Via Dr. Streiter 4  
tel. 0471 324667  
[www.fss.bz.it](http://www.fss.bz.it) – [volontari@fss.bz.it](mailto:volontari@fss.bz.it)*

