

I VOLTI DEL VOLONTARIATO



Interviste alle volontarie
e ai volontari



**Città di
Mendrisio**

“I valori che mi guidano sono la condivisione di momenti di gioia, allegria e serenità”

Erminia Negri – Associazione Cani da Terapia Ticino e Moesano

Ci racconti chi sei?

Sono Erminia Negri, ho 60 anni e sono direttrice generale di un'associazione che si chiama Casa Sant'Elisabetta, che si occupa di accoglienza di madri e bambini da 0 a 6 anni.

In quale ambito svolgi la tua attività di volontariato?

Attualmente ricopro il ruolo di presidente dell'Associazione Cani da Terapia Ticino e Moesano e con il mio cane Wiki, per 9 anni abbiamo svolto attività all'interno di una casa anziani chiamata Villa Santa Maria di Savosa. Abbiamo avuto come partecipanti anziani con demenze e Alzheimer.

Da quanto tempo fai parte di questa realtà?

Faccio parte di questa realtà da dieci anni, da quando ho iniziato il percorso di formazione con il mio cane Wiki, un Pastore Svizzero Bianco. Mi sono diplomata con lui come binomio presso la scuola Delta, che poi è diventata la nostra associazione.

Cosa ti ha spinto ad avvicinarti al volontariato?

Mi sono avvicinata al volontariato, in questo caso alla terapia col cane (pet therapy), perché avevo il cane adatto e in quel momento della mia vita desideravo fare un'attività di volontariato organizzata. Mantenendo sempre i miei piccoli gesti di volontariato spontanei nel vicinato e nell'aiuto delle persone, ho pensato che farlo in modo strutturato - e soprattutto con l'aiuto del mio cane - avrebbe fatto molto bene sia a me, sia al mio cane (che si diverte tantissimo a fare questa attività), sia a chi beneficia di questa terapia.

Quali valori ti guidano in questa esperienza?

I valori principali che mi guidano in questa esperienza sono la condivisione di momenti di gioia, allegria e serenità. Questo per me significa portare a persone che vivono all'interno di una struttura per motivi di salute, dei momenti di spensieratezza, contatto, abbraccio, e carezze. Il tutto in un contesto privo di giudizio in cui l'aspetto verbale non è fondamentale. Le parole contano meno di ciò che avviene nella relazione fra uomo e cane.

Quanto tempo dedichi al volontariato durante la settimana o il mese?

Nel mio caso, gli interventi di volontariato di pet therapy si svolgevano una volta alla settimana di sabato, perché durante la settimana lavoro. Più o meno l'impegno richiesto è di un'ora per ogni intervento, più il tempo di trasferimento e di preparazione del setting in cui avviene l'incontro. Come presidente dell'associazione, l'impegno è molto più ampio, in quanto vengono richieste la partecipazione a diverse manifestazioni, la puntualità nel rispondere alle richieste esterne, l'organizzazione della scuola e l'attività di fundraising.

Qual è l'aspetto più gratificante del fare volontariato?

Per quanto mi riguarda, è l'effetto positivo che l'attività di pet therapy ha sulla salute e sul benessere psicofisico degli utenti che partecipano all'attività.

C'è un momento o un'esperienza che ricordi con particolare emozione?

Sì, ce ne sono diversi, ma la cosa che più mi ha emozionato, è aver visto come una persona immobile sulla sedia a rotelle con gli arti superiori poco mobili voleva a tutti i costi partecipare all'attività col cane. Il cane si è posizionato di fronte a lei ed ha aspettato che succedesse qualcosa. La signora ha trovato un modo per avvicinarsi: si è avvicinata col volto. L'immagine che ho nel cuore è dei loro due nasi che si sfiorano e restano vicini, creando contatto fra due esseri viventi, entrambi desiderosi di conoscersi.

In che modo il volontariato ha arricchito il tuo percorso?

L'esperienza di volontariato nell'ambito della Pet Therapy in una casa anziani mi ha permesso di sviluppare, come competenze personali, la capacità di ascolto, la capacità di essere pazienti, la capacità di gestire il tempo a disposizione, e adattarmi ai ritmi dell'altro e la capacità di accogliere i segnali non verbali per capire quale sia il momento migliore per aggiungere una parola o stare in silenzio e permettere alla relazione fra il cane e l'utente di svilupparsi. Anche il tono di voce, le parole giuste, essere sempre nel presente, positivi e portare comunque, anche nel modo di porsi, colore e gioia.

Quali sono, secondo te, le principali sfide per chi fa volontariato?

Nel mio caso, come presidente dell'associazione, la sfida principale è trovare volontari che abbiano la costanza e il desiderio di investire tempo in questa attività. Va ricordato che chi beneficia di questa attività ci aspetta e, essere presenti, puntuali, arrivare e mantenere l'impegno preso fa parte dell'essere volontari.

Secondo te, perché il volontariato è importante per la comunità e per il territorio?

Sul territorio ticinese il volontariato è importante perché porta agli utenti la possibilità di vivere dei momenti al di fuori della loro routine quotidiana all'interno delle case anziani e degli istituti. Fa la differenza il tipo di attività, che risulta essere diversa da

qualsiasi cosa si possa proporre nella quotidianità, e l'incontro col cane, già di per sé, fa parte di questa possibilità. Il volontariato è indispensabile sul territorio perché i volontari sono una risorsa importantissima che copre un bisogno di cura e socializzazione al di fuori dei caregiver. È un sostegno alle famiglie degli utenti che, lavorando, a volte faticano ad essere sempre presenti.

Cosa diresti a una persona che sta pensando di iniziare un'esperienza di volontariato?

Direi a questa persona di riflettere molto bene, guardarsi dentro e capire cosa la spinge a scegliere un'attività specifica. Nella maggior parte dei casi è richiesto al futuro volontario di affrontare una formazione che ha un costo sia in termini di tempo che economico. Chiederei di valutare bene se in questo momento, nella sua vita, ha il tempo necessario da dedicare agli altri. Un tempo che può essere anche poco, tuttavia, se si decide di intraprendere un'attività, è importante portarla avanti con continuità ed essere presenti nel tempo.

Con una parola o una frase, cosa significa per te fare volontariato?

In questi anni in cui ho fatto pet therapy, per 9 anni col mio cane Wiki, il sentimento più profondo è quello di avere la possibilità di portare benessere, felicità, sorrisi e di prendersi cura in quegli istanti di chi si ha di fronte in una maniera molto delicata e riservata.

“Il volontariato fa parte della mia vita da sempre”

Roberto Della Casa – Associazione AMA (Associazione Mendrisiotto Anziani).

Ci racconti chi sei?

Sono Roberto Della Casa, ho 69 anni e fino alla pensione ho lavorato come impiegato comunale.

In quale ambito svolgi la tua attività di volontariato?

Svolgo volontariato per l'Associazione AMA (Associazione Mendrisiotto Anziani). Con la mia automobile effettuo i trasporti per utenti che ne fanno richiesta al centralino telefonico dell'Associazione e dedico così circa 2-3 giornate al mese a quest'attività. Sono attivo anche in altri ambiti: negli scout, nell'oratorio, nella parrocchia e in varie associazioni nelle quali presto un aiuto saltuario.

Da quanto tempo fai parte di questa realtà?

Sono entrato a far parte dell'Associazione AMA quando sono andato in pensione. Avendo più tempo libero, volevo metterlo a disposizione del prossimo. Mi piace entrare in contatto con persone che altrimenti non avrei conosciuto e poterle aiutare. Trovo quest'attività molto importante per sostenere le persone che si trovano in difficoltà e senza mezzi.

C'è un momento o un'esperienza che ricordi con particolare emozione?

In particolare, ricordo il periodo in cui ho accompagnato una donna in dolce attesa che abita nel mio stesso Comune. Essendo impossibilitata a spostarsi autonomamente, doveva recarsi regolarmente in ospedale per dei controlli; ora è nata una bella bambina e talvolta la incontro con piacere.

Quali sono, secondo te, le principali sfide per chi fa volontariato?

La principale sfida di chi si mette a disposizione, secondo me, è il tempo: a volte si fa fatica a dedicare il tempo necessario al volontariato.

Cosa diresti a una persona che sta pensando di iniziare un'esperienza di volontariato?

A chi decide di mettersi a disposizione come nuovo volontario o volontaria direi: “Impegnati e non tirarti indietro di fronte alle richieste dell'Associazione di cui fai parte”.

“Anche chi appare più ritroso può aprire il suo scrigno dei ricordi”

Elisa Rossi – Volontari dell'OBV di Mendrisio

Ci racconti chi sei?

Mi chiamo Elisa, ho 50 anni e ho alle spalle una formazione presso la Scuola Cantonale di Commercio di Bellinzona, dopo la quale ho lavorato in banca, e presso l'allora denominata «Alta Scuola Pedagogica» di Locarno, dopo la quale ho ottenuto il diploma di maestra di scuola elementare. Sono mamma di due ragazzi di 13 e 17 anni.

In quale ambito svolgi la tua attività di volontariato?

La mia attività di volontariato si svolge in ambito ospedaliero, e, in particolare, nel reparto di geriatria dell'OBV di Mendrisio.

Da quanto tempo fai parte di questa realtà?

La mia prima volta a contatto con i pazienti, pur assistita dalla mia «tutor» Tiziana, risale al 11.11.2022. Sono dunque già passati quasi 4 anni, ma mi sembra ieri il mio primo giorno ...

Cosa ti ha spinto ad avvicinarti al volontariato?

Lavorando prevalentemente in casa per la famiglia (e per sostenere il lavoro di mio marito), mi ero ripromessa che, una volta che i figli fossero diventati più autonomi, mi sarei impegnata con un'attività di volontariato per dedicarmi anche ad altre persone, spinta dall'aspirazione di portare il mio piccolo contributo alla società.

Quali valori ti guidano in questa esperienza?

Ho sempre amato prendermi cura degli altri e vivo questo volontariato, rivolto al paziente anziano degente, quasi come una «missione», un impegno inderogabile a cui tengo molto.

Quanto tempo dedichi al volontariato durante la settimana o il mese?

L'organizzazione di volontariato presso l'OBV di Mendrisio mi consente di limitare il mio impegno a 2 ore, ogni venerdì pomeriggio. Non è escluso che più avanti riesca ad estenderlo.

Qual è l'aspetto più gratificante del fare volontariato?

Il volontariato in generale offre la possibilità di sentire che anche con le tue piccole, umane risorse puoi fare del bene. Questo sembra banale, ma è davvero molto gratificante.

C'è un momento o un'esperienza che ricordi con particolare emozione?

Nel mio caso specifico, sono innumerevoli le esperienze, gli incontri, che serbo nel cuore. Ogni volta che mi approccio ad un paziente mi apro all'ascolto di una nuova storia, nel senso più ampio del termine. Anche chi appare più ritroso e riservato, se messo a suo agio senza alcuna pretesa, può aprire il suo scrigno dei ricordi. Io sto all'ascolto con riservatezza, immergendomi con il pensiero nella sua esperienza di vita. E talvolta mi sorprendo di quanta intimità si crei in questi racconti...

C'è da dire che non tutti hanno voglia o sono nella condizione di chiacchierare. Io mi offro comunque come presenza premurosa, anche solo per porgere loro un bicchiere d'acqua, una tisana o un piccolo gelato. Verso questi pazienti il mio scopo è alleviare, anche solo per un attimo, la sofferenza. Congedandomi, alcuni mi ringraziano con parole commoventi, ma anche un loro sorriso basta per sentirmi ripagata.

In che modo il volontariato ha arricchito il tuo percorso?

Questa esperienza di volontariato mi offre innumerevoli opportunità di arricchimento personale. Io sicuramente ne beneficio entrando in contatto con il personale del reparto (persone giovani e competenti), con i colleghi volontari, con cui condivido mensilmente interessantissime riunioni tenute da uno psicologo dalle qualità umane e divulgative davvero sorprendenti, e naturalmente con i tanti anziani verso cui mi rivolgo. Dalle loro vite, dall'ascolto delle loro esperienze, anche la mia vita assume una nuova prospettiva.

Inoltre, entrare in contatto, talvolta anche profondo, con persone del tutto sconosciute, mi allena a superare i freni della mia timidezza. Si tratta anche di saper adattare la modalità di approccio in base alla tipologia di persona (e ai suoi bisogni) che si ha di fronte. Gli incontri mensili con lo psicologo mi offrono proficui spunti e insegnamenti in tal senso, utili anche nel mio contesto di vita personale.

Quali sono, secondo te, le principali sfide per chi fa volontariato?

Dal mio punto di vista, il fattore tempo è senz'altro molto importante: non è da tutti poter disporre almeno di un paio d'ore al di fuori della propria occupazione professionale e della propria situazione familiare. Riuscire a ritagliarsi un momento per un'attività non retribuita non è evidente per tutti. Anche la possibilità di individuare il giusto contesto («giusto» per sé stessi: il più affine alle proprie predisposizioni e ai propri valori) in cui operare, in modo da poter «darsi» con passione, è determinante. Per questo è necessario informarsi bene e confrontare le diverse opportunità e le necessità esistenti.

Secondo te, perché il volontariato è importante per la comunità e per il territorio?

Il volontariato è senza dubbio molto importante per la società, perché va a colmare delle lacune (soprattutto sociali, ma anche, per esempio, nella sfera ambientale: si pensi a chi si occupa di raccogliere i rifiuti lasciati nei boschi) che le professioni retribuite non possono sempre garantire per ragioni di tempo e, naturalmente, di risorse economiche ... Esso offre una «prestazione» non commensurabile in termini monetari, ma che

contribuisce al benessere di tanti individui singolarmente (negli ambiti più disparati) e, nel loro insieme, alla collettività nel suo complesso.

Cosa diresti a una persona che sta pensando di iniziare un'esperienza di volontariato?

Ad una persona che intendesse avvicinarsi al volontariato direi: «Se stai pensando di iniziare un'esperienza di volontariato, mi congratulo con te! Sicuramente hai riflettuto sul senso della tua vita in rapporto a quella degli altri; significa che senti di poter dare qualcosa di te a chi potrebbe averne bisogno, senza nessuna aspettativa, pur intuendo che ne trarrai un arricchimento personale.

A questo punto non ti resta che informarti, dare uno sguardo alle varie associazioni presenti sul territorio, considerandole in rapporto al tuo tempo disponibile e alle tue inclinazioni, per trovare quel settore in cui tu ti senta disposto/a ad attivarti con tutto il cuore.»

Con una parola o una frase: cosa significa per te "fare volontariato"

Fare volontariato... beh, per me significa in sostanza: offrire il mio tempo e il mio supporto disinteressato a persone «bisognose» al di fuori del contesto familiare.

"C'è più gioia nel dare che nel ricevere"

Laura Okle – Pro Senectute e Future in Peace

Ci racconti chi sei?

Mi chiamo Laura Okle, ho 45 anni. Sono una mamma a tempo pieno di tre splendide ragazze, rispettivamente di 18, 13 e 8 anni. Sono felicemente sposata con Fabrizio da ormai 17 anni. La mia formazione di base è quella commerciale ma ho seguito diversi corsi CRS che mi hanno portata a lavorare, per diversi anni, anche nel mondo sanitario e assistenziale.

In quale ambito svolgi la tua attività di volontariato?

Principalmente svolgo la mia attività di volontariato presso Pro Senectute, nell'ambito del servizio dichiarazione d'imposte e del servizio fiduciario. Svolgo anche attività di volontariato presso l'associazione umanitaria "Future in Peace", che si occupa di diritti umani nei territori palestinesi. Per loro mi sono occupata della raccolta fondi tramite bancarelle e oggi mi occupo della contabilità.

Da quanto tempo fai parte di questa realtà?

Da circa 2 anni sono attiva nel mondo del volontariato.

Cosa ti ha spinto ad avvicinarti al volontariato? / Quali Valori ti guidano in questa esperienza?

Mi ritengo una persona altamente sensibile e spesso nella vita ho sentito il bisogno di aiutare il prossimo. Quello che mi ha spinto è soprattutto il senso di gratitudine che provo nei confronti del mio Paese. In passato ho dovuto affrontare situazioni personali difficili sia a livello sanitario sia lavorativo e mi sono sempre sentita tutelata. Oggi mi piace l'idea di restituire al mio Paese ciò che ho ricevuto. Troppo spesso si pensa che sia tutto dovuto e si dà tutto per scontato. Essere nati in questo Paese è una grande fortuna soprattutto oggi con tutto ciò che vediamo accadere nel mondo. L'altruismo, più che un valore, lo sento come un dovere morale e civico.

Quanto tempo dedichi al volontariato durante la settimana o il mese?

Tra una cosa e l'altra, circa due giorni a settimana, ma questo può variare a seconda degli incarichi e della disponibilità degli utenti.

Qual è l'aspetto più gratificante del fare volontariato?

Come ho già accennato, poter restituire ciò che si è ricevuto e fare la differenza, anche se in piccola parte, nella vita di una persona che necessita aiuto.

C'è un momento o un'esperienza che ricordi con particolare emozione?

Non ricordo un momento specifico. Certamente mi emoziona sapere di aver lasciato un buon ricordo di me ed energie positive nelle vite delle persone che sto aiutando.

In che modo il volontariato ha arricchito il tuo percorso?

Trovo che nella vita viviamo tante trasformazioni, sia fisiche che emotive: ci evolviamo. Il sentiero che sto percorrendo mi ha condotto in modo naturale verso il volontariato; lo vivo come una tappa del mio percorso personale. Era già nel mio DNA.

Quali sono, secondo te, le principali sfide per chi fa volontariato?

Essendo una persona molto empatica mi faccio spesso coinvolgere dalle storie di ogni singolo utente. La sfida sta proprio qui: riuscire ad essere empatici, ma allo stesso tempo fissare dei paletti e saper riconoscere fin dove arriva il proprio ruolo di volontario. Trovare un equilibrio non è sempre facile. L'importante è agire sempre con premura e gentilezza.

Secondo te, perché il volontariato è importante per la comunità e per il territorio?

Unisce le diverse generazioni e crea un senso di appartenenza al territorio. Il semplice ascolto dell'utente aiuta a comprendere il tessuto della nostra società e, di conseguenza, ci rende più consapevoli e attenti ai bisogni altrui. Soprattutto in quest'epoca, dove stiamo perdendo i contatti umani a causa delle nuove tecnologie, è fondamentale creare ponti tra le persone e far sentire la propria presenza fisica e reale.

Cosa diresti a una persona che sta pensando di iniziare un'esperienza di volontariato?

Credo che il volontariato non sia assolutamente un passatempo, ma richieda impegno, dedizione e serietà. Il voler aiutare il prossimo non è solo qualcosa che ci fa stare meglio con noi stessi: è molto di più. È la consapevolezza che non possiamo aiutare tutti, ma tutti possono aiutare qualcuno. Basta volerlo.

Con una parola o una frase: cosa significa per te "fare volontariato"

"C'è più gioia nel dare che nel ricevere"

“Vai dove ti porta il cuore”

Damiano Zemp – Gruppo Paraplegici Ticino

Ci racconti chi sei?

Sono Damiano Zemp, ho 48 anni e sono di Mendrisio. Dopo il diploma di docente di educazione fisica, ho conseguito un master e un dottorato in scienze motorie. Ho insegnato per dieci anni nelle scuole. Da altri dieci anni lavoro come specialista in scienze motorie negli ambiti clinico, commerciale, della formazione e della promozione dell'attività fisica.

In quale ambito svolgi la tua attività di volontariato?

Sono membro del comitato del Gruppo Paraplegici Ticino (GP Ticino) e ricopro il ruolo di responsabile sportivo. Mi occupo di tutto ciò che riguarda lo sport in carrozzina in Ticino, da quando il GP Ticino si è unito con il club InSuperAbili. Abbiamo un calendario settimanale molto ricco di attività regolari, abbiamo diverse squadre sportive che partecipano a competizioni nazionali e internazionali e inoltre organizziamo giornate sportive.

Da quanto tempo fai parte di questa realtà?

Dal 2019 sono membro del comitato del GP Ticino, ma da più di 30 anni sono attivo nell'ambito delle colonie e dello sport con persone con disabilità.

Cosa ti ha spinto ad avvicinarti al volontariato?

Il piacere di offrire a tutte e tutti delle possibilità di praticare sport.

Quali Valori ti guidano in questa esperienza?

Serietà e capacità di ascolto.

Quanto tempo dedichi al volontariato durante la settimana o il mese?

Almeno una mezza giornata alla settimana per lavoro amministrativo e una riunione mensile di comitato. Inoltre, partecipo alle giornate sportive che organizzo, circa una decina all'anno, e quando posso seguo le attività in palestra. Due volte all'anno ci incontriamo con i responsabili sportivi dei club di sport in carrozzella e cinque volte all'anno con i commissari tecnici dei club affiliati a inclusione e handicap Ticino.

Qual è l'aspetto più gratificante del fare volontariato?

Ricevere i ringraziamenti dai soci che partecipano alle nostre attività. Vuol dire che stiamo facendo qualcosa di buono.

C'è un momento o un'esperienza che ricordi con particolare emozione?

Il primo gol della nostra neoformata squadra di Powerchair Hockey composta da ragazzi molto giovani. Mi sembra fosse il 2023. Eravamo in Svizzera interna e a causa della nostra scarsa esperienza abbiamo perso tutte le partite di quella giornata, ma

eravamo entrati nelle simpatie di tutte le squadre. Quando nell'ultima partita abbiamo segnato una rete, la prima in una partita ufficiale, il pubblico e tutte le squadre ci hanno applaudito, si sono alzati in piedi facendo la ola.

In che modo il volontariato ha arricchito il tuo percorso?

Il volontariato mi ha fatto conoscere molte persone, mi ha aperto diverse porte a livello professionale e continua a regalarmi emozioni e a insegnarmi nuove cose.

Quali sono, secondo te, le principali sfide per chi fa volontariato?

La burocrazia, come in molti altri ambiti, è aumentata. Per garantire la qualità delle attività e la sicurezza, vengono richieste sempre più autocertificazioni e brevetti, bisogna compilare liste di presenza, inviare formulari. Questo può pesare a chi non vede un senso profondo in ciò che fa. Ho inoltre l'impressione che il volontariato non venga valorizzato abbastanza dalla società e da chi si avvale del lavoro dei volontari, come se fosse naturale, senza riconoscere le competenze e il tempo che mettono a disposizione. Questo rischia di far perdere la motivazione.

Secondo te, perché il volontariato è importante per la comunità e per il territorio?

Ho avuto diverse esperienze di volontariato in giro per il mondo e ho conosciuto realtà dove lo Stato è poco presente, dove i volontari si sostituiscono allo Stato. Da noi questo è molto meno marcato, ma se vogliamo una società sana è giusto che ognuno dia il proprio contributo, dove lo Stato non riesce ad arrivare. Il volontariato migliora la qualità di vita di tutti e permette allo Stato di concentrarsi sugli aspetti più importanti.

Cosa diresti a una persona che sta pensando di iniziare un'esperienza di volontariato?

Vai dove ti porta il cuore. Nel senso che, se uno inizia a fare volontariato con l'unico scopo di mettersi in mostra e si aspetta di ricevere riconoscimenti da tutti, è sulla strada sbagliata. Pensa ad un'attività che ti piace, che secondo te è importante per la società e metti una buona dose di impegno, serietà e passione. Non farlo per piacere a qualcuno o per sentirti valorizzato. Fallo perché ci credi.

Con una parola o una frase: cosa significa per te "fare volontariato"

Rendersi utile alla comunità senza richiedere niente in cambio.

“Fare volontariato è per me un ingrediente dell’anima”

Maria Lehmann – Associazione Lí & Lá

Ci racconti chi sei?

Mi chiamo Maria Lehmann, ho 65 anni e ho lavorato come aiuto cuoca in una Scuola dell’infanzia, anche se la mia formazione è nel settore commerciale.

In quale ambito svolgi la tua attività di volontariato?

Sono volontaria presso l’associazione Lí & Lá.

Cosa ti ha spinto ad avvicinarti al volontariato?

Ho sempre fatto volontariato presso sci club e colonie nelle vacanze scolastiche. Con il pensionamento, ho sentito l’esigenza di dedicare parte del mio tempo a chi di tempo invece non ne ha molto.

Quali valori ti guidano in questa esperienza?

Sono una persona altruista e mi ritengo anche una persona fortunata. Aiutare il prossimo è il minimo che possa fare.

Quanto tempo dedichi al volontariato durante la settimana o mese?

Dipende quando mi chiama l’associazione, da quante famiglie fanno richiesta. Può variare da una volta ogni due mesi o, come è già capitato, anche due volte alla settimana sempre per la stessa famiglia.

Qual è l’aspetto più gratificante del fare volontariato?

Nel mio ambito, ci metto il cuore nel preparare il pasto. Sapere che una mamma per una volta non dovrà pensare al pranzo o alla cena, mi dà gioia.

C’è un momento o un’esperienza che ricordi con particolare emozione?

Quando le famiglie chiamano l’associazione per ringraziarmi.

In che modo il volontariato ha arricchito il tuo percorso?

Il volontariato ha arricchito il mio percorso perché mi ha fatta rendere conto che ci sono persone meno fortunate di me. Sono contenta di poter dare una mano.

Quali sono, secondo te, le principali sfide per chi fa il volontario?

Rendersi disponibili e superare i problemi di chi più ha bisogno.

Secondo te, perché il volontariato è importante per la comunità e per il territorio?

Innanzitutto, è importante perché contribuisce, almeno in parte, ad alleggerire l'intervento dello Stato. Inoltre, può contribuire al sentirsi parte di una comunità.

Cosa diresti a una persona che sta pensando di iniziare un'esperienza di volontariato?

Riassumerei quanto ho detto nelle risposte precedenti.

Con una parola o una frase: cosa significa per te "fare volontariato"

Fare volontariato è per me un ingrediente dell'anima.

“Il volontariato crea rete e supporto”

Mariagrazia Bernasconi – Croce Rossa

Ci racconti chi sei?

Sono Mary, ho 71 anni e vengo da Roma. Vivo in Svizzera da 50 anni. Sono una persona socievole e aperta. Ho lavorato in banca e mi sono occupata della mia famiglia. Mi piace fare tante esperienze nuove e amo stare nella natura.

In quale ambito svolgi la tua attività di volontariato?

Svolgo volontariato al Servizio Abiti della Croce Rossa, nei negozi di Mendrisio e di Lugano.

Da quanto tempo fai parte di questa realtà?

Faccio parte di questa realtà da 16 anni.

Cosa ti ha spinto ad avvicinarti al volontariato?

Sono arrivata alla Croce Rossa in un momento particolare della mia vita, in cui avevo bisogno di occupare il mio tempo; la mia attività in Croce Rossa mi ha aiutato molto. Adesso sono io che aiuto le persone quando arrivano in negozio.

Ho sentito che le persone che mi hanno accolto applicavano davvero i principi della Croce Rossa.

Quali valori ti guidano in questa esperienza?

L'idea di poter aiutare le persone che entrano in negozio a sentirsi bene, così come mi sento io.

Quanto tempo dedichi al volontariato durante la settimana o il mese?

Due pomeriggi alla settimana.

Qual è l'aspetto più gratificante del fare volontariato?

I legami che si creano con le persone: accogliere le loro storie, i loro desideri e vedere i loro sorrisi.

C'è un momento o un'esperienza che ricordi con particolare emozione?

Ho scoperto, tramite la Croce Rossa, una rete di solidarietà importante che parte dal negozio e arriva ai paesi più fragili.

In che modo il volontariato ha arricchito il tuo percorso?

Fare volontariato mi permette di prendere parte, di esserci.

Quali sono, secondo te, le principali sfide per chi fa volontariato?

Trovo che non ci siano aspetti che rappresentino una sfida: mi sento accolta anche nelle mie necessità e mi sento ascoltata. Mi sento gratificata e cerco di essere responsabile nelle mie attività, per ricambiare la fiducia e il supporto che ricevo.

Secondo te, perché il volontariato è importante per la comunità e per il territorio?

Perché il volontariato crea rete e supporto: non si ferma alla sola attività giornaliera, ma sviluppa nelle persone la propensione ad aiutare.

Cosa diresti a una persona che sta pensando di iniziare un'esperienza di volontariato?

Propongo sempre a tutti di fare volontariato, perché è un'attività gratificante che ti aiuta mentre aiuti gli altri.

Con una parola o una frase: cosa significa per te "fare volontariato"?

Aiuto reciproco e sostenersi a vicenda.

“Per me il volontariato è un gesto d’amore verso gli altri, ma anche verso sé stessi”

Angelo Straccio – ACD Mendrisiotto e basso Ceresio

Ci racconti chi sei?

Mi chiamo Angelo, ho 54 anni e lavoro come impiegato postale.

In quale ambito svolgi la tua attività di volontariato?

Sono tutor di comunità, insieme alle altre volontarie e agli altri volontari metto a disposizione un po’ del mio tempo per le persone anziane. Le attività sono semplici ma preziose: una chiacchierata, una partita a carte, una passeggiata o semplicemente un momento di compagnia.

Da quanto tempo fai parte di questa realtà?

Ho partecipato al percorso di formazione per tutor di comunità proposto da LISS e ACD nel 2022/23, ma il volontariato fa parte della mia vita da molti anni.

Cosa ti ha spinto ad avvicinarti al volontariato?

La voglia di fare qualcosa di concreto per gli altri.

Quali valori ti guidano in questa esperienza?

Per me il volontariato è un gesto d’amore e di altruismo.

Quanto tempo dedichi al volontariato durante la settimana o mese?

Ogni domenica faccio visita per un paio d’ore a una signora di Muggio. Inoltre, due mercoledì al mese svolgo un’altra attività di volontariato.

Qual è l’aspetto più gratificante del fare volontariato?

Oltre alla luce che vedo negli occhi delle persone a cui dedico il mio tempo, ciò che mi colpisce di più è l’energia positiva che le persone mi trasmettono. Dico sempre che alla fine sono sempre io ad uscirne più arricchito.

C’è un momento o un’esperienza che ricordi con particolare emozione?

Le emozioni sono tante e fanno parte della quotidianità. Mi commuovono i messaggi d’affetto e gratitudine che ricevo per e-mail dalla signora che seguo, ma anche ritrovare persone che non vedevo da tempo e leggere nei loro volti la gioia di ritrovarmi e avermi di nuovo nel loro gruppo.

In che modo il volontariato ha arricchito il tuo percorso?

Ogni esperienza mi ha arricchito profondamente, sia dal punto di vista umano e spirituale sia a livello di energia e benessere personale. Per me il volontariato è davvero un toccasana.

Quali sono, secondo te, le principali sfide per chi fa volontariato?

Può capitare di confrontarsi con realtà molto diverse dalla propria, e non sempre è semplice. Ma questi incontri rappresentano un grande insegnamento e aiutano ad apprezzare maggiormente ciò che si ha.

Secondo te, perché il volontariato è importante per la comunità e per il territorio?

Viviamo in una società sempre più individualista e frenetica. Il volontariato invece rallenta i ritmi, crea relazioni autentiche e avvicina le persone: tra volontari e utenti ma anche tra gli stessi volontari. È un'opportunità per costruire legami e fare tante belle conoscenze.

Cosa diresti a una persona che sta pensando di iniziare un'esperienza di volontariato?

Vai tranquillo, sarà sicuramente un'esperienza che ti arricchirà!

Con una parola o una frase: cosa significa per te "fare volontariato"

Il volontariato è un gesto d'amore verso gli altri, ma anche verso sé stessi.

“Il volontariato mi permette di conoscere realtà diverse, persone nuove con esperienze di vita importanti e reali”

Claudia Cattaneo Rossi – Unione Centrale Svizzera per il Bene dei Ciechi (UCBC)

Ci racconti chi sei?

Mi chiamo Claudia, abito a Stabio e sono mamma di Sara e Nico. Da poco ho compiuto 60 anni e sono anche una nonna felice. Durante la mia carriera professionale ho svolto lavori molto diversificati tra loro, che mi hanno permesso di seguire l'onda della mia famiglia senza troppe difficoltà. Sono state, da una parte, una necessità, ma anche una serie di bellissime opportunità che mi hanno permesso di conoscere tante persone interessanti.

In quale ambito svolgi la tua attività di volontariato?

Da circa tre anni sono volontaria presso UCBC, Unione Centrale Svizzera per il Bene dei Ciechi, dove i volontari sono a disposizione e al fianco delle persone sordocieche. Si tratta di un volontariato impegnativo, che comporta responsabilità non indifferenti. Il coinvolgimento fisico ma soprattutto quello emotivo, sono condizioni e predisposizioni essenziali per poter costruire un rapporto di fiducia e di rispetto con le persone che vivono queste difficoltà. I volontari del Servizio specializzato per la sordo cecità si prendono cura delle persone con ipoacusia, sordità e ipovisione. Inoltre, sono tenuti a seguire una formazione iniziale e a frequentare regolarmente la formazione continua.

Da quanto tempo fai parte di questa realtà?

Prima di conoscere UCBC ho frequentato due corsi con una docente dedicati alla lingua dei segni: corso LIS – Lingua dei Segni Italiana. La lingua dei segni è un mezzo molto importante per poter comunicare con persone che presentano una sordità completa oppure parziale. Trovo sia una lingua affascinante, oltre ai segni si usano molto l'espressione facciale anche quella del corpo, dando la possibilità di esprimere emozioni, pensieri e situazioni, senza l'uso della parola. Un conoscente mi ha consigliato di avvicinarmi alla realtà di UCBC.

Cosa ti ha spinto ad avvicinarti al volontariato?

Sono un'anima che offre il proprio tempo a chi ne ha bisogno nel rispetto dei miei valori, come ad esempio la solidarietà, la responsabilità civica e il rispetto della dignità. Trovo fantastico poter offrire il mio tempo proprio perché il volontariato si fonda

sull'azione libera e gratuita, ed è realmente una scuola di solidarietà e cooperazione tra gli individui e la comunità.

Quali valori ti guidano in questa esperienza?

Sono una persona curiosa, mi piacciono le storie personali, mi interessano i punti di vista delle persone, mi piace condividere i momenti belli e aiutare con la mia vicinanza nei momenti più difficili che possono verificarsi nella vita di ciascun individuo. Questo per me è un arricchimento.

Quanto tempo dedichi al volontariato durante la settimana o mese?

Il tempo da dedicare al volontariato è molto vario, dipende da tanti fattori: dalle urgenze, dai bisogni dei nostri assistiti, e da tanto altro. Poi la formazione implica tempo, gli scambi di idee con il personale UCBC sono fondamentali, interessanti e doverosi per una buona riuscita. Quindi, per quanto mi riguarda, non quantifico il tempo quando mi occupo di volontariato.

Qual è l'aspetto più gratificante del fare volontariato?

Occuparmi di volontariato mi fa sentire bene, non solo per ciò che posso dare, ma anche per ciò che ricevo. Inoltre, mi permette di conoscere realtà diverse, persone nuove con esperienze di vita importanti e reali.

Quali sono, secondo te, le principali sfide per chi fa volontariato?

Non saprei quali sono le principali sfide. Il volontario è una persona che si mette in gioco, non solo nel saper fare, ma anche nel saper essere. Sono due caratteristiche molto importanti: il saper fare si concentra sulle competenze pratiche, il saper essere è un insieme di caratteristiche personali che includono comportamenti, valori che influenzano la relazione con gli altri e l'approccio ai problemi.

La comunicazione efficace, l'empatia, la flessibilità, la gestione delle emozioni e del tempo, come anche il lavoro di squadra sono caratteristiche fondamentali per essere una buona volontaria.