



**AUTOAIUTOTICINO**

**Auto Aiuto Ticino**

c/o Conferenza  
del volontariato sociale (CVS)  
via alla Campagna 9  
CH-6900 Lugano

# Creare e gestire un gruppo di auto-aiuto

Il corso è destinato a chi intende creare un gruppo di auto-aiuto, a chi desidera meglio comprendere cosa sono e come funzionano i gruppi di auto-aiuto ma anche a chi, avendo già partecipato ad un gruppo, desidera approfondire le sue conoscenze e competenze nella promozione e nella gestione del gruppo.

Si compone di 3 incontri e prevede momenti di teoria, lavori in piccoli gruppi e sperimentazione pratica.

## Corso di formazione

### Contenuti:

- Cosa sono i gruppi di auto-aiuto e a cosa servono
- Come si crea un gruppo di auto-aiuto: condizioni e tappe
- Caratteristiche, valori e principi di funzionamento
- La gestione della comunicazione all'interno del gruppo
- Il ruolo del moderatore

### Date e orario:

sabato 09 maggio 2026  
ore 9:00-12:30

sabato 30 maggio 2026  
ore 9:00-12:30

sabato 13 giugno 2026  
ore 9:00-12:30

**Luogo:** Lugano

### Conduzione:

Marilù Zanella, responsabile Centro Auto Aiuto Ticino  
Nicolas Bonvin, psicologo e Master Practitioner in PNL

**Quota di partecipazione:** Chf. 150.-

### Modalità di iscrizione:

online tramite il portale [www.volontariato-ticino.ch/Agenda](http://www.volontariato-ticino.ch/Agenda)  
oppure scrivendo un e-mail a [info@autoaiuto.ch](mailto:info@autoaiuto.ch) con indirizzo completo,  
recapito telefonico, organizzazione e funzione, motivazioni.

Maggiori dettagli e modalità di pagamento  
al momento della conferma di iscrizione.

Con il sostegno di:



Dipartimento della sanità  
e della socialità

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