



## Il volontariato: un importante e prezioso contributo

Senza l'aiuto dei volontari la Società svizzera sclerosi multipla non sarebbe assolutamente in grado di offrire molti dei suoi servizi. Circa 1'300 volontari svolgono ogni anno un totale di 100'000 ore di lavoro per le persone con sclerosi multipla. Questa concreta solidarietà migliora la qualità di vita delle persone con SM e dei loro familiari sotto vari aspetti.

---

### I punti più importanti in sintesi

- Il volontariato è un'ottima attività in cui investire il vostro tempo libero.
- Con il vostro contributo migliorate la qualità di vita delle persone con SM.
- Molte delle nostre offerte sono possibili solo grazie al lavoro dei volontari.
- Potete scegliere tra una grande varietà di incarichi nell'assistenza alle persone, in ambito amministrativo, nell'organizzazione di eventi ecc.
- Potete partecipare gratuitamente a vari corsi di formazione e perfezionamento.

---

Con il vostro impegno di volontari donate alle persone con SM un'occasione di svago nella quotidianità, concedendo un po' di respiro ai familiari. La Società SM impiega i volontari per le seguenti offerte:

- Servizi in un Gruppo regionale
- Assistenza durante i Soggiorni di gruppo
- Accompagnamento nelle Settimane di incontro.

### Servizi in un Gruppo regionale

I Gruppi regionali della Società svizzera SM sono i punti di riferimento e di contatto per le persone con

SM e i loro familiari. I gruppi organizzano eventi e gite in modo che i partecipanti possano stare in compagnia, svolgere attività insieme e avere un po' di svago nella loro vita quotidiana.

Grazie al sostegno di circa un migliaio di volontari nei Gruppi regionali, la Società SM può offrire i suoi servizi in tutto il paese, garantendo accompagnamento e assistenza alle persone con SM.

#### ■ Qual è il vostro compito?

Ogni Gruppo regionale è composto da persone con SM e volontari. I membri concorrono alla formazione di un gruppo di lavoro che provvede a svolgere il programma annuale. I Gruppi regionali sono una componente importante della



Società SM e svolgono i loro compiti in autonomia. Le loro mansioni includono:

- Il disbrigo di vari compiti amministrativi.
- La creazione e l'invio di inviti, la gestione della cassa, la compilazione dei verbali, ecc.
- L'organizzazione di gite ed eventi, servizi di visita a domicilio e trasporto, ecc.
- Il consolidamento e la pubblicizzazione del Gruppo regionale nella loro regione, ad esempio con stand promozionali, pomeriggi informativi o manifestazioni pubbliche.
- L'assistenza durante i pasti alle persone con SM in occasione di eventi.
- L'aiuto per salire e scendere dai veicoli o l'accompagnamento alla toilette.
- Le visite personali alle persone con SM.

#### ■ **Che cosa ricevete per il vostro impegno?**

- Avrete accesso al mondo dell'assistenza a persone con malattie croniche e disabilità.
- Approfitterete di un'introduzione approfondita su un'attività interessante e impegnativa.
- Potrete richiedere il «Dossier impegno volontario», uno strumento che rende il volontariato visibile e gli assicura il riconoscimento che merita.
- Avrete una copertura assicurativa durante i servizi.
- Avrete diritto ad un rimborso spese.
- Potrete partecipare gratuitamente a determinati corsi della Società SM nonché ai corsi di BENEVOL Schweiz e Volontariato Ticino.
- Riceverete l'affiliazione gratuita alla Società SM durante l'anno di servizio (inclusi l'invito all'Assemblea generale annuale con il diritto di voto, varie agevolazioni e la rivista FORTE).

Siamo sempre lieti di accogliere nuovi volontari!

#### **Assistenza durante i Soggiorni di gruppo**

Nei Soggiorni di gruppo della durata di due o tre settimane, le persone con SM vivono momenti di svago e fanno il pieno di energie in vista del ritorno alla quotidianità. Questi soggiorni hanno

luogo in cliniche o centri ricreativi dotati di infrastrutture adatte e possono essere organizzati solo grazie all'efficace sostegno dei volontari, che si mettono a disposizione gratuitamente per offrire cure e assistenza. Al momento si svolgono Soggiorni di gruppo in tedesco e uno in francese, è quindi richiesta la conoscenza di una seconda lingua nazionale.

#### ■ **Qual è il vostro compito?**

Un gruppo è composto da un massimo di 12 persone con SM e fino a 20 assistenti volontari. La direzione è affidata a due infermieri diplomati. Tutti i volontari seguono un accurato percorso di inserimento e affiancamento. Il servizio volontario dura da 8 a 14 giorni con un giorno libero alla settimana. Ogni volontario è responsabile dell'assistenza individuale di un ospite, lo aiuta nella cura del corpo, nell'alimentazione e nell'idratazione, al momento di alzarsi e di andare a letto. I volontari si prendono cura del «loro» ospite anche durante le gite e le altre attività di gruppo, sempre con il supporto di volontari esperti e infermieri specializzati, per garantire un livello di cure adeguato.

#### ■ **Quali requisiti bisogna soddisfare?**

Non sono richieste conoscenze pregresse in ambito assistenziale, ma i compiti dei volontari possono essere pesanti dal punto di vista fisico. È importante essere in buona salute e avere una costituzione robusta (una schiena sana). Altrettanto essenziale è la resistenza psichica. Inoltre, preso atto che l'offerta dei Soggiorni di gruppo prevede al momento gruppi di lingua tedesca e un gruppo francofono, si richiede la conoscenza di una seconda lingua nazionale.

#### ■ **Chi sono i nostri ospiti?**

I Soggiorni di gruppo sono organizzati per persone con SM bisognose di cure che vivono a casa o in un istituto. Tutti i partecipanti si trovano in uno stadio avanzato della malattia e necessitano di assistenza sotto diversi aspetti. Ad esempio, hanno bisogno di aiuto per passare dal letto alla sedia a rotelle. Molti ospiti hanno perso la funzionalità delle mani e per questo hanno bisogno di un'assistenza completa per la cura del corpo e l'alimentazione.

## ■ Che cosa ricevete per il vostro impegno?

- Riceverete gratitudine e stringerete nuove amicizie nonché ampliarrete le vostre competenze.
- Per tutta la durata del servizio sarete assicurati dalla Società SM.
- Avrete diritto ad un rimborso spese e un'indennità giornaliera di CHF 40.–.
- Potrete partecipare gratuitamente ai corsi di formazione e perfezionamento della Società SM nonché ai corsi di BENEVOL Schweiz e Volontariato Ticino.
- Avrete vitto e alloggio gratuiti durante il servizio.
- Potrete richiedere il «Dossier impegno volontario», uno strumento che rende il volontariato visibile e gli assicura il riconoscimento che merita.

## Accompagnamento nelle Settimane di incontro

Sfuggire dalla quotidianità, concedersi una pausa e ricaricare le batterie: ecco cosa fanno le persone con SM e i loro famigliari nelle settimane di incontro della Società SM. Questa offerta è rivolta alle persone con SM che necessitano di poca assistenza e desiderano trascorrere del tempo con chi è in una situazione simile alla loro. La Società SM organizza ogni anno fino a tre Settimane di incontro in varie località turistiche svizzere. Al momento si svolgono Settimane di incontro in tedesco e francese, è quindi richiesta la conoscenza di una seconda lingua nazionale.

## ■ Qual è il vostro compito?

Come volontari, durante la settimana di incontri guiderete un bus SM, sarete responsabili della messa in sicurezza delle sedie a rotelle e, insieme ad altri tre volontari, vi prenderete cura del benessere di un gruppo di max. 18 ospiti.

## ■ Quali requisiti bisogna soddisfare?

Non vi vengono richieste competenze infermieristiche, ma dovrete essere disposti a guidare un bus SM nonché essere in grado, caricare, fissare e scaricare una sedia a rotelle. A tal fine offriamo ogni anno un corso di guida, in cui i partecipanti imparano le abilità necessarie. Inoltre, aiuterete le persone con SM in varie attività, ad esempio spingendo le sedie a rotelle. Fondamentale - preso atto che l'offerta delle Settimane di incontro prevede al momento gruppi di lingua tedesca e francese - si richiede la conoscenza di una seconda lingua nazionale. La Settimana di incontro è diretta e organizzata da due responsabili con esperienza nell'accompagnamento di persone con SM, che supportano i volontari.

---

Per ulteriori informazioni la Società svizzera SM è a vostra disposizione:  
[info@sclerosi-multipla.ch](mailto:info@sclerosi-multipla.ch)

---

## ■ Che cosa ricevete per il vostro impegno?

- Riceverete gratitudine, stringerete nuove amicizie nonché ampliarrete le vostre competenze.
- Per tutta la durata del servizio sarete assicurati dalla Società SM.
- Avrete diritto ad un rimborso spese e un'indennità giornaliera di CHF 40.–.
- Potrete partecipare gratuitamente ai corsi di formazione e perfezionamento della Società SM nonché ai corsi di BENEVOL Schweiz e Volontariato Ticino.
- Avrete vitto e alloggio gratuiti durante il servizio.
- Potrete richiedere il «Dossier impegno volontario», uno strumento che rende il volontariato visibile e gli assicura il riconoscimento che merita.

Non vediamo l'ora di avervi come volontari!



Società svizzera sclerosi multipla

Via S. Gottardo 50 / 6900 Lugano - Massagno

Informazioni: [www.sclerosi-multipla.ch](http://www.sclerosi-multipla.ch) / 091 922 61 10

[info@sclerosi-multipla.ch](mailto:info@sclerosi-multipla.ch)



La Società SM non accetta alcun sostegno finanziario dall'industria farmaceutica. Grazie per la Vostra donazione!