

# Che cos'è SPORTINFORMA.CH



## SEI

- ...un monitore?
- ...un presidente
- ...un coach G+S?
- ...un membro di comitato?
- ...un atleta?
- ...un genitore?
- ...una persona coinvolta in un modo o nell'altro nella vita di una società sportiva ticinese?

## E VORRESTI

- ...contribuire a promuovere il benessere dei giovani della tua società;
- ...proporre delle attività di prevenzione concrete e facilmente applicabili;
- ...appoggiarti ad esperti del settore;
- ...seguire formazioni specifiche riconosciute e certificate a livello cantonale.



## SU SPORTINFORMA.CH TROVERAI...

diversi pacchetti di formazione per monitori delle società sportive.

## Chi siamo?

Sportinforma.ch si inserisce nel Programma cantonale di promozione dei diritti dei bambini, di prevenzione della violenza e di protezione di infanzia e gioventù (0 – 25 anni), per il periodo 2021 – 2024 ed è coordinato dall'Ufficio del sostegno a enti e attività per le famiglie e i giovani (UFaG).

## Il gruppo di lavoro che gestisce la piattaforma e la sua offerta è composto da:

- Ufficio del sostegno a enti e attività per le famiglie e i giovani (UFaG), Dipartimento sanità e socialità
- Ufficio dello sport, Dipartimento dell'educazione, della cultura e dello sport
- All Sport Association (ASA)
- Cool and Clean
- Organizzazione Fanarbeit
- Fondazione Diritti Umani, in collaborazione con Amnesty International
- IdéeSport
- Radix Svizzera italiana
- Zonaprotetta
- Studio di psicologia Giona Morinini

## Cosa offriamo?

Lo sport, agonistico e amatoriale, se caratterizzato da una competizione esasperata può far scaturire dei comportamenti aggressivi e inappropriati (tifo violento, conflitti fra genitori, insulti agli arbitri, esagerazione della prestazione, uso di sostanze illecite,...).

Risulta dunque importante sostenere progetti e iniziative che possano sviluppare una cultura dello sport incentrata sul rispetto e sul benessere.

Tramite la piattaforma sportinforma.ch, proponiamo:

**FORMAZIONI** per tutti coloro che sono in contatto con i giovani in ambito sportivo;

**CONSULENZE** nell'ambito della prevenzione;

**ACCOMPAGNAMENTO** per monitori e allenatori nella necessità di un intervento mirato.

## La nostra offerta formativa

### 1 - INCONTRO PRELIMINARE

Il primo passo consiste nell'organizzare un incontro con l'UFaG e l'Ufficio dello sport per conoscerci e definire i vostri obiettivi.

Durata: 2 ore circa

### 2 - MODULO BASE

In seguito, ai monitori della società sarà proposto un modulo base sulla promozione della salute e intervento precoce.

Durata: 2 ore circa

### 3 - SCELTA DEL PACCHETTO

Infine si procede con la formazione in base al pacchetto scelto tra: salute, rispetto e comunicazione e relazioni. Ogni pacchetto è composto da 4 moduli.

Durata: 4x2 ore circa (8 ore)

Il modulo base ha l'obiettivo di fornire a monitori, coach e a tutte le persone coinvolte in attività con i giovani, gli strumenti per rafforzare le risorse e le competenze dei giovani (es. gestione delle emozioni, autostima, consapevolezza di sé, ecc.) e per identificare precocemente situazioni di vulnerabilità che potrebbero, se non riconosciute, sfociare in veri e propri problemi.

### PACCHETTO RISPETTO

- 1 - Valori dello sport
- 2 - Bullismo e razzismo
- 3 - Discriminazione di genere
- 4 - Omo/bi/transfobia

Con  
All Sport Association  
Zonaprotetta  
Fondazione Diritti Umani

Questo pacchetto è composto da quattro moduli che affrontano il tema generale del rispetto reciproco tra i giovani che, anche in ambito sportivo, si confrontano con le sfide della nostra società e con i rischi di esclusione sociale e discriminazione

### PACCHETTO SALUTE

- 1 - Salute mentale e gestione dello stress
- 2 - Salute sessuale
- 3 - Uso consapevole delle tecnologie
- 4 - Dipendenze

Con  
Studio di psicologia Giona Morinini  
Zonaprotetta

In questo pacchetto verranno trattati diversi aspetti inerenti alla promozione del benessere dei bambini e giovani, approfondendo tematiche particolarmente rilevanti come: salute psichica e gestione dello stress, affettività e sessualità, rischi connessi all'uso e abuso di internet e comportamenti a rischio che possono portare al consumo problematico di sostanze e ad una successiva dipendenza.

### PACCHETTO COMUNICAZIONE E RELAZIONI

- 1 - Comunicazione empatica e mediazione
- 2 - Relazione monitor - atleta
- 3 - Relazione con i genitori
- 4 - Comunicazione efficace tramite la

Con  
Studio di psicologia Giona Morinini  
Fondazione IdéeSport  
All Sport Association

Questo pacchetto è composto da quattro moduli che affrontano il tema della comunicazione efficace e della relazione positiva ed empatica, anche in contesto sportivo.

## I costi

Alla società sportiva è richiesto un contributo di fr. 400.- per un pacchetto completo (incontro preliminare, modulo base e pacchetto scelto), che corrispondono al 25% del costo complessivo della nostra proposta.

I restanti costi sono coperti dall'Ufficio del sostegno a enti e attività per le famiglie e i giovani tramite il "Programma cantonale di promozione dei diritti dei bambini, di prevenzione della violenza e di protezione di infanzia e gioventù (0 - 25 anni) per il periodo 2021 - 2024".

