

# Programma corsi e formazioni

Entra nel mondo dei valori e del benessere

# 2020



Tutti i dettagli  
dell'offerta  
formativa su  
[www.crs-corsiti.ch](http://www.crs-corsiti.ch)



# Corsi e formazioni per tutti

**Economia domestica**  
A Giubiasco  
il sabato dal 07.03 al 16.05  
8.30 - 13.30, Fr. 540.-

**NOVITA**

## I NOSTRI PERCORSI FORMATIVI

<b>Collaboratrice/ore Familiare- Badante (58 ore)</b>		<b>Fr. 812.-</b>
Lugano	da martedì 10.03 a martedì 12.05	8.30 - 17.30
Bellinzona	da giovedì 01.10 a martedì 24.11	8.30 - 17.30
<b>Collaboratrice/ore Sanitaria/o CRS (120 ore)</b>		<b>Fr. 2'180.-</b>
Bellinzona	da giovedì 09.01 a sabato 09.05 corso serale e sabato	17.30 - 22.00 8.30 - 17.30
Bellinzona	da martedì 04.02 a martedì 16.06	9.00 - 16.00
Bellinzona	da lunedì 17.08 a sabato 19.12 corso serale e sabato	17.30 - 22.00 8.30 - 17.30
Bellinzona	da mercoledì 02.09 a mercoledì 16.12 corso serale e sabato	17.00 - 21.30 8.00 - 17.00
Locarno	da giovedì 09.01 a venerdì 08.05	9.00 - 16.00
Locarno	da mercoledì 02.09 a venerdì 18.12	9.00 - 16.00
Chiasso	da martedì 14.01 a venerdì 15.05	9.00 - 16.00
Chiasso	da martedì 25.08 a venerdì 18.12	9.00 - 16.00
Lugano	da martedì 14.01 a venerdì 08.05	9.00 - 16.00
Lugano	da lunedì 17.08 a sabato 19.12 corso serale e sabato	17.30 - 22.00 8.30 - 17.30
Lugano	da mercoledì 26.08 a venerdì 18.12	9.00 - 16.00

Per maggiori dettagli (giorni, orari e sedi) consultare il sito [www.crs-corsiti.ch](http://www.crs-corsiti.ch)

## CORSI DI LINGUA ITALIANA



Repubblica e Cantone Ticino  
Dipartimento delle istituzioni



Con il sostegno del Servizio per l'integrazione degli stranieri (SIS) e della Confederazione nell'ambito del Programma di integrazione cantonale 2018-2021 (PIC) eroghiamo corsi di italiano per stranieri.

<b>Italiano nell'ambito della salute (40 ore)</b>		<b>Fr. 125.-</b>
Lugano	da lunedì 03.02 a giovedì 05.03	17.00 - 21.00
Giubiasco	da lunedì 05.10 a giovedì 05.11	17.00 - 21.00

## CORSI DI ITALIANO PER L'INTEGRAZIONE:

<b>Alfabetizzazione (150 ore)</b>		<b>Fr. 300.-</b>
<b>Livello A1, Livello A2 (100 ore per livello)</b>		<b>Fr. 250.-</b>

A Bellinzona, Chiasso, Locarno e Lugano. Maggiori informazioni su [www.crs-corsiti.ch](http://www.crs-corsiti.ch)

## OTTIENI IL PASSAPORTO DELLE LINGUE

La valutazione delle competenze è un test di lingua che consente di ottenere il Passaporto delle lingue: documento che indica il livello raggiunto (A1, A2 o B1) per le competenze orali e scritte nella lingua nazionale esaminata, necessario per la domanda di naturalizzazione e la richiesta e rinnovo del permesso di dimora e/o domicilio.

Siamo centro  
di valutazione  
fide accreditato



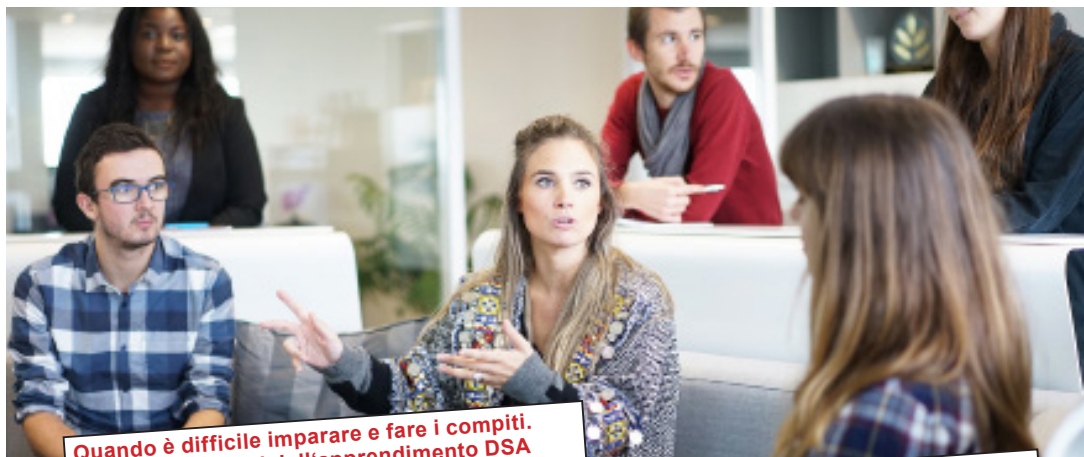
# BABY-SITTING E APPROFONDIMENTI

<b>Baby-Sitting corso per adulti (11 ore)</b>		<b>Fr. 200.-</b>
Bellinzona	sabato 28.03 e sabato 04.04	9.00 - 15.30
Chiasso	sabato 28.03 e sabato 04.04	9.00 - 15.30
Locarno	sabato 14.11 e sabato 21.11	9.00 - 15.30
Lugano	martedì 28.01, giovedì 30.01, martedì 04.02, giovedì 06.02 o sabato 24.10 e sabato 31.10	19.00 - 22.00 9.00 - 15.30
<b>Baby-Sitting corso per ragazzi 13 - 17 anni (11 ore)</b>		<b>Fr. 150.-</b>
Bellinzona	mercoledì 24.06 e giovedì 25.06 o lunedì 26.08 e mercoledì 28.08	9.00 - 16.00
Biasca	lunedì 24.06 e mercoledì 26.06	9.00 - 16.00
Chiasso	lunedì 22.06 e martedì 23.06 o mercoledì 26.08 e giovedì 27.08	9.00 - 16.00
Locarno	lunedì 22.06, martedì 23.06 e mercoledì 24.06 o lunedì 24.08 e mercoledì 26.08	9.00 - 16.00
Lugano	lunedì 24.02 e martedì 25.02 o mercoledì 24.06 e giovedì 25.06 o lunedì 24.08 e martedì 25.08	9.00 - 16.00
<b>Come e perché giocare con i bambini (7 ore)</b>		<b>Fr. 95.-</b>
Lugano	sabato 17.10	9.00 - 16.45
<b>La Baby-Sitter e il bambino che non sta bene (7 ore)</b>		<b>Fr. 95.-</b>
Lugano	sabato 08.05	9.00 - 17.00
Giubiasco	sabato 03.10	9.00 - 17.00
<b>L'interpretazione del pianto nel bambino (7 ore)</b>		<b>Fr. 95.-</b>
Chiasso	sabato 14.03 o sabato 10.10	9.00 - 17.00

# COMUNICAZIONE & MANAGEMENT

**\*\*corsi che utilizzano la  
metodologia  
Lego® Serious Play®**

<b>Conoscere i Millennials per gestirli e motivarli (8 ore)</b>		<b>Fr. 220.-</b>
Lugano	lunedì 06.04 o martedì 27.10	8.30-12.30 / 13.30-17.30
<b>La gestione quotidiana dei collaboratori** (8 ore)</b>		<b>Fr. 220.-</b>
Lugano	lunedì 06.04 o martedì 27.10	8.30-12.30 / 13.30-17.30
<b>Public speaking: presentare con successo le proprie idee (8 ore)</b>		<b>Fr. 220.-</b>
Chiasso	martedì 07.04 o Lugano lunedì 26.10	8.30-12.30 / 13.30-17.30
<b>Tecniche di assertività (8 ore)</b>		<b>Fr. 220.-</b>
Chiasso	martedì 07.04 o Lugano lunedì 26.10	8.30-12.30 / 13.30-17.30
<b>Communication skills: comunicare per dialogare** (8 ore)</b>		<b>Fr. 220.-</b>
Chiasso	venerdì 22.05 o Lugano martedì 06.10	8.30-12.30 / 13.30-17.30
<b>Gli stili di leadership: il modello situazionale (8 ore)</b>		<b>Fr. 220.-</b>
Chiasso	venerdì 22.05 o Lugano martedì 06.10	8.30-12.30 / 13.30-17.30
<b>Tecniche di negoziazione efficace (8 ore)</b>		<b>Fr. 220.-</b>
Chiasso	venerdì 22.05 o Lugano martedì 06.10	8.30-12.30 / 13.30-17.30



**Quando è difficile imparare e fare i compiti.  
I disturbi specifici dell'apprendimento DSA  
(dislessia, discalculia e disgrafia)**

A Lugano, mercoledì 29.01 o 07.10  
18.00 - 20.00, Fr. 90.-  
Incontri per genitori e professionisti che  
lavorano con i bambini.

**NOVITÀ**

## **GENITORI E FIGLI**

Conferenze legate al tema della genitorialità  
con il sostegno del Dipartimento della Sanità  
e Socialità del Cantone Ticino.  
Programma completo su [www.crs-corsiti.ch](http://www.crs-corsiti.ch).

## **SALUTE E QUALITÀ DI VITA**

<b>Acqua Fit (8 lezioni da 45 minuti)</b>		<b>Fr. 180.-</b>
Gravesano	il martedì dal 07.01 al 03.03	19.30 - 20.15
	il martedì dal 10.03 al 05.05	19.30 - 20.15
	il martedì dal 12.05 al 16.06	19.30 - 20.15
	il martedì dal 27.10 al 15.12	19.30 - 20.15
<b>Ginnastica dolce in acqua (8 lezioni da 1 ora)</b>		<b>Fr. 180.-</b>
Ponte Tresa	il venerdì dal 10.01 all'08.03	9.45 - 10.45 o 10.45 - 11.45
	il venerdì dal 13.03 al 15.05	9.45 - 10.45 o 10.45 - 11.45
	il venerdì dal 22.05 al 12.06	9.45 - 10.45 o 10.45 - 11.45
	il venerdì dal 04.09 al 23.10	9.45 - 10.45 o 10.45 - 11.45
	il venerdì al 30.10 al 18.12	9.45 - 10.45 o 10.45 - 11.45
<b>Pilates (10 lezioni da 1 ora)</b>		<b>Fr. 140.-</b>
Bellinzona	il martedì dal 14.01 al 23.03 o dal martedì 30.03 al 15.06	9.00 - 10.00
<b>G.A.G. (10 lezioni da 1 ora)</b>		<b>Fr. 140.-</b>
Bellinzona	il martedì dal 14.01 al 23.03 o dal martedì 30.03 al 15.06	9.00 - 10.00
<b>Muoviti, muoviti - over 62 (10 lezioni da 1 ora)</b>		<b>Fr. 140.-</b>
Bellinzona	il martedì dal 14.01 al 23.03 o il lunedì dal 30.03 al 15.06	9.00 - 10.00
<b>Metodo Feldenkrais (18 ore)</b>		<b>Fr. 360.-</b>
Lugano	il mercoledì dal 22.01 al 20.05	18.00 - 20.00
<b>Nordic Walking (7 lezioni da 1.5 ora)</b>		<b>Fr. 168.-</b>
Bellinzona	dal martedì 17.03 al martedì 05.05 o dal martedì 08.09 al martedì 20.10	14.00 - 15.30

# CURA DI SÉ E ALIMENTAZIONE

<b>Alimentazione moderna (2 ore)</b>		Fr. 55.-
Lugano	giovedì 20.02	19.00 - 21.00
Bellinzona	giovedì 14.05	19.00 - 21.00
Locarno	giovedì 19.11	19.00 - 21.00
<b>Lavoro in ufficio, mangio sano (2 ore)</b>		Fr. 55.-
Giubiasco	giovedì 20.02 o giovedì 17.09	19.00 - 21.00
<b>Proteggi la tua schiena: la postura corretta nella vita di tutti i giorni (4 ore)</b>		NOVITÀ Fr. 70.-
Lugano	sabato 22.02 o sabato 23.05	8.30 - 12.30
<b>Allergie e intolleranze alimentari (2 ore)</b>		Fr. 55.-
Locarno	giovedì 14.05	19.00 - 21.00
Bellinzona	giovedì 19.11	19.00 - 21.00
<b>I nuovi giovani vegani e vegetariani (2 ore)</b>		NOVITÀ Fr. 55.-
Locarno	giovedì 14.05	19.00 - 21.00
Lugano	giovedì 17.09	19.00 - 21.00
Bellinzona	giovedì 20.02 o 19.11	19.00 - 21.00
<b>Vino e salute (3 ore)</b>		NOVITÀ Fr. 75.-
Chiasso	giovedì 10.09	19.00 - 22.00
<b>Le erbacce buone da mangiare (6.5 ore)</b>		Fr. 75.-
Sessa	1 incontro, il sabato	8.00 - 14.30
<b>Pronto soccorso naturale (6 ore)</b>		Fr. 96.-
Chiasso	sabato 23.05 e 13.06	9.00 - 12.00

**chili**  
Stark im Konflikt

## CHILI

### Prevenzione e gestione costruttiva dei conflitti

#### Quali sono i temi?

- Il conflitto: come nasce e come si sviluppa
- Gli schemi conflittuali: quali sono e cosa comportano
- La comunicazione efficace e l'ascolto attivo
- La miglior soluzione - i bisogni delle parti

## DISLESSIA E DISTURBI DI APPRENDIMENTO

### Incontri destinati a docenti delle SI, SE e SM

Come accompagnare gli alunni per affrontare e superare le difficoltà di apprendimento.

NOVITÀ

## SAI DEL BULLISMO? SE SAI, NON FAI!

### Progetto di prevenzione

Cos'è un amico? Qual è la differenza tra un amico vero ed uno conosciuto sui social network? Ecco la domanda di partenza per il nostro lavoro sulle relazioni vissute e sviluppate in rete. Portiamo i ragazzi a riflettere sulla scelta delle persone alle quali possano dare fiducia.

*Formazioni modulabili ma soprattutto momenti di riflessioni e di presa di coscienza per docenti e istituti scolastici, aziende, genitori e ragazzi.*

# Per professionisti del mondo socio-sanitario

## LA NOSTRA FORMAZIONE CONTINUA

<b>Tecniche di movimentazione del paziente (8 ore)</b>		<b>Fr. 128.-</b>
Lugano	sabato 08.02 o sabato 26.09	8.30 - 17.30
<b>RAI per collaboratori sanitari e assistenti di cura (4 ore)</b>		<b>Fr. 65.-</b>
Chiasso	mercoledì 05.02	13.30 - 17.30
Giubiasco	mercoledì 03.06	13.30 - 17.30
Lugano	mercoledì 11.11	13.30 - 17.30
<b>Il ruolo del curante nell'attivare l'anziano (7 ore)</b>		<b>Fr. 112.-</b>
Chiasso	giovedì 26.03	8.00 - 16.00
<b>Sostegno e potenziamento linguistico nell'ambito sanitario (15 ore)</b>		<b>Fr. 225.-</b>
Lugano	dal martedì 21.04 al venerdì 08.05	17.30 - 20.30
<b>Bronco pneumopatia cronica: conoscere, accompagnare, sostenere (7 ore)</b>		<b>Fr. 112.-</b>
Lugano	giovedì 30.04	8.30 - 16.30
Giubiasco	giovedì 12.11	8.30 - 16.30
<b>Cure in caso di Parkinson (6 ore)</b>		<b>Fr. 120.-</b>
Lugano	mercoledì 13.05 o lunedì 19.10	9.00 - 16.00
<b>Educazione posturale per operatori sanitari (8 ore)</b>		<b>Fr. 128.-</b>
Lugano	sabato 16.05 o sabato 21.11	8.30 - 17.30
<b>Massaggio del piede (8 ore)</b>		<b>Fr. 128.-</b>
Lugano	sabato 16.05	8.30 - 17.30
<b>La comunicazione delle cattive notizie (5 ore)</b>		<b>Fr. 90.-</b>
Chiasso	giovedì 28.05	8.00 - 13.00
<b>Curare a domicilio: relazione, logistica ed organizzazione (16 ore)</b>		<b>Fr. 224.-</b>
Lugano	sabato dal 19.09 al 05.12	8.30 - 12.30
<b>Massaggio rilassante (8 ore)</b>		<b>Fr. 128.-</b>
Lugano	sabato 26.09	8.30 - 17.30
<b>Il paziente con diabete (4 ore)</b>		<b>Fr. 65.-</b>
Lugano	sabato 17.10	8.30 - 12.30
<b>Assistere una persona con entero-uro stomia (4 ore)</b>		<b>Fr. 70.-</b>
Lugano	giovedì 29.10	14.00 - 18.00
<b>Il modello Montessori per la demenza (14 ore)</b>		<b>Fr. 230.-</b>
Lugano	giovedì 5.03 e venerdì 6.03	9.00 - 17.00



NOVITÀ

Siamo autorizzati a rilasciare crediti ECS di formazione continua a chi partecipa ai nostri corsi.



# FORMAZIONE CONTINUA COLLABORATRICI FAMILIARI

<b>LE CF E LA RELAZIONE INTERPERSONALE (3 ore per argomento)</b>		Fr. 60.-
<b>Principi generali</b>		sabato 01.02
<b>Comunicare con gli utenti e i familiari</b>		sabato 29.02
<b>Comunicare con la rete dei professionisti</b>		sabato 04.04
<b>Comunicare con la rete CF</b>		sabato 09.05
Giubiasco		13.30 - 17.30
<b>Gestione a domicilio di utenti aggressivi con deterioramento cognitivo e demenza (4 ore)</b>		Fr. 65.-
Lugano	sabato 07.03 o giovedì 12.11	<b>NOVITÀ</b> 13.30 - 17.30
<b>Alimentazione per l'anziano: aspetti teorici e pratici (4 ore)</b>		Fr. 65.-
Vacallo	domenica 27.09	10.00 - 14.00
<b>Malattie polmonari: uso corretto degli apparecchi e servizi sul territorio (3 ore)</b>		Fr. 50.-
Bellinzona	sabato 24.10	13.30 - 16.30

## CORSI IN COLLABORAZIONE CON CPS LUGANO



<b>La valutazione cognitiva nell'anziano (7 ore)</b>		Fr. 112.-
Lugano	giovedì 23.01 o 24.09	8.00 - 16.00
<b>Metodo validation: introduzione e approfondimento (21 ore)</b>		Fr. 315.-
Lugano	giovedì dal 06.02 al 30.04 o dall'8.10 a sabato 17.12	9.00 - 17.00
<b>Il patto terapeutico: l'impegno dei curanti nei confronti dell'utente preso in carico (7 ore)</b>		Fr. 112.-
Lugano	giovedì 13.02 o 03.12	8.00 - 16.00
<b>Lavorare in team con soddisfazione e motivazione (8 ore)</b>		<b>NOVITÀ</b> Fr. 220.-
Lugano	giovedì 20.02	8.00 - 17.00
<b>Sostenere l'autostima e il concetto di sé nell'anziano (7 ore)</b>		Fr. 112.-
Lugano	martedì 17.03 o mercoledì 29.10	8.00 - 16.00
<b>La relazione di cura con i pazienti affetti da disturbi psichici gravi (7 ore)</b>		Fr. 112.-
Lugano	giovedì 09.04	8.00 - 16.00
<b>Le diversità culturali nella cura dell'anziano (7 ore)</b>		Fr. 112.-
Lugano	giovedì 09.04 o 03.12	8.00 - 16.00
<b>I pazienti con Alzheimer (e altre demenze) (7 ore)</b>		Fr. 112.-
Lugano	giovedì 23.04 o 22.10	8.30 - 16.30
<b>Gestire la comunicazione con i familiari (7 ore)</b>		Fr. 112.-
Lugano	giovedì 07.05 o 12.11	8.00 - 16.00
<b>Benessere lavorativo e prevenzione dello stress da lavoro (8 ore)</b>		<b>NOVITÀ</b> Fr. 128.-
Lugano	sabato 09.05	8.00 - 17.00
<b>Deumanizzazione, empatia e compassione nella cura dell'anziano (7 ore)</b>		Fr. 112.-
Lugano	martedì 09.06	8.00 - 16.00
<b>Psicogeriatría: strumenti relazionali (14 ore)</b>		Fr. 250.-
Lugano	giovedì dal 24.09 al 01.10	8.00 - 16.00
<b>Le dinamiche di gruppo nell'èquipe di lavoro con pazienti affetti da malattia psichiatrica (7 ore)</b>		Fr. 112.-
Lugano	giovedì 29.10	8.00 - 16.00

# Per informazioni e iscrizioni ci trovi a Chiasso

Corso San Gottardo 70  
091 682 31 31 (lu-gio 8.30 - 15.30)  
info@crs-corsiti.ch  
[www.crs-corsiti.ch](http://www.crs-corsiti.ch)

## 7

**principi della  
Croce Rossa su  
cui anche il Settore  
Corsi fonda le sue  
attività e il suo  
impegno:**

- 1 Umanità
- 2 Imparzialità
- 3 Neutralità
- 4 Indipendenza
- 5 Volontariato

- 6 Unità
- 7 Universalità

### **Ti aspettiamo!**

Offriamo corsi di qualità  
accessibili a tutti, impartiti  
con competenza e professionalità da  
formatori esperti, aggiornati sia nel  
rispettivo ambito disciplinare  
sia nella pedagogia e  
didattica della formazione  
per adulti.

