

Formazione continua

Destinatari: personale socio-sanitario attivo nella cura e nel sostegno della persona (Collaboratrici Familiari/Badanti, Assistenti di cura, Addetti alle cure socio-sanitarie, Collaboratrici e collaboratori Sanitari CRS)

Se non specificato diversamente, tutti i corsi di formazione continua si svolgono a Lugano presso la Sezione del Sottoceneri della CRS.

Una lezione dura 50 minuti effettivi.

Numero minimo di partecipanti per classe: 8.
Numero massimo di partecipanti per classe: 15.

- **Accompagnare gli stagisti AC e CS**
20, 27.01 e 09.06
2 incontri di 7 ore + 4 ore di follow up
Fr. 380.–
- **Buone pratiche di prevenzione nella cura del corpo: prassi ordinaria o straordinaria?**
28.04 o 08.09
7 ore / Fr. 140.–
- **Come assistere le persone non vedenti**
13.05 o 11.11
3.5 ore / Fr. 70.–
- **Curare a domicilio: relazione, logistica e organizzazione**
05, 12.05 o 10, 17.11
2 incontri di 6 ore / Fr. 240.–
- **Cure in caso di diabete**
09.05 o 14.11
7 ore / Fr. 140.–
- **Cure in caso di Parkinson**
In collaborazione con Parkinson Svizzera
17.03 o 26.11
4 ore / Fr. 80.–
- **Educazione posturale per operatori sanitari**
08, 15.04
2 incontri di 4 ore / Fr. 160.–

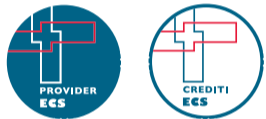
- **Il familiare curante nella relazione con gli operatori delle cure: risorse o problema**
13.04 o 09.11
7 ore / Fr. 160.–
- **InterRAI LTCF CH (Long Term Care Facilities Svizzera)**
26.01 o 16.03 o 18.05 o 19.10
4 ore / Fr. 140.–
Giubiasco, Chiasso, Lugano
- **I pazienti con Alzheimer (e altre demenze)**
20.04 o 17.11
7 ore / Fr. 140.–
- **La competenza transculturale: trattare con le diversità**
22.05 o 27.11
6 ore / Fr. 120.–
- **Massaggio del piede**
07.01, 14.01 o 25.11, 02.12
2 incontri di 4 ore / Fr. 160.–
- **Massaggio linfodrenante di base nell'assistenza alle cure ed autotrattamento**
Possibilità di scelta tra:
2 incontri di 4 ore
08, 15.04 o 25.11, 02.12
o 1 incontro di 8 ore
16.05 o 05.09
Fr. 160.–

- **Massaggio rilassante**
Possibilità di scelta tra:
2 incontri di 4 ore
18, 25.03 o 30.09, 07.10
o 1 incontro di 8 ore
30.05 o 28.11
Fr. 160.–
- **Metodi per garantire sicurezza e comfort nelle vie aeree**
20.03 o 13.11
4 ore / Fr. 80.–
- **Movimentazione intelligente: tecniche di movimentazione del paziente ed educazione posturale dell'operatore**
18.04 o 7.11
8 ore / Fr. 160.–
- **Percorso Alzheimer base: sperimentare - riflettere - agire. L'atteggiamento convalidante del Metodo Validation**
06.03 o 18.10
8 ore / Fr. 160.–
- **Prevenzione delle cadute negli anziani**
Possibilità di scelta tra:
2 incontri di 4 ore
04, 11.03
o 1 incontro di 8 ore
25.04 o 21.11
Fr. 160.–

- **Psicogeriatra strumenti relazionali**
09, 23.03 o 05, 19.10
2 incontri di 7 ore / Fr. 280.–
- **Conoscere e agire per prevenire la disfagia**
23.04 o 13.11
4 ore / Fr. 80.–
- **Stimolazione Basale® Corso di base**
11, 13.03 e 01.04 o 01, 05.10 e 02.11
3 incontri di 8 ore / Fr. 480.–
- **Stimolazione Basale® Corso di approfondimento**
20, 22.04 e 27.05 o 26, 27.10 e 30.11
3 incontri di 8 ore / Fr. 480.–
- **Tecniche di movimentazione del paziente**
18.03 e 25.03
8 ore / Fr. 160.–

NOVITÀ

- **Accompagnare alla fine della fine: dignità e narrazione nei gesti quotidiani**
16.04 o 15.10
8 ore / Fr. 160.–
- **Dipendenze, ansia sociale, paura del giudizio e solitudine: comprendere e gestire per formare meglio**
16.03 o 19.10
6 ore / Fr. 120.–
- **Dislessia in età adulta e difficoltà nel mondo lavorativo**
29.04 o 28.10
3 ore / Fr. 60.– / Online
- **I disturbi del comportamento: la de-umanizzazione dell'altro**
06.05 o 14.11
3 ore / Fr. 60.– / Online
- **Introduzione alla kinaesthetics nelle cure**
10.02 o 24.09
7 ore / Fr. 140.–
- **Percorso Alzheimer approfondimento: sperimentare - riflettere - agire. L'atteggiamento convalidante del Metodo Validation**
15.05 o 20.11
8 ore / Fr. 160.–



Rilasciamo crediti ECS a chi partecipa ai nostri corsi di formazione continua

Formazione su richiesta

AMBITO SOCIO-SANITARIO

I bisogni formativi del personale impiegato nell'ambito delle cure vengono monitorati costantemente e, annualmente, la nostra offerta formativa viene rivista e migliorata proprio per rispondere al meglio alle esigenze che emergono.

Le nostre formazioni si rivolgono a tutti i profili assistenziali: infermieri, equipe interdisciplinari, animatori, assistenti di cura, ausiliari.

Inoltre, siamo in grado di fornire adeguato supporto al personale curante attraverso supervisioni effettuate da una psicologa con formazione specifica.

MIGRAZIONE, INTEGRAZIONE E INTERCULTURALITÀ

Le persone con un passato migratorio rappresentano circa il 40% della popolazione Svizzera. In ambito sociale e sanitario abbiamo sempre più persone di differenti origini linguistiche e culturali.

Per migliorare la qualità della presa a carico da parte degli operatori e per favorire un adeguato accesso dell'utenza immigrata ai servizi sociosanitari, è auspicabile l'acquisizione di competenze interculturali e l'ampliamento di conoscenze pregresse.

In relazione al tipo di intervento formativo, possono essere valutati inoltre casi concreti per far sì che la formazione diventi il più fruibile possibile nella quotidianità lavorativa.

CORSI BABYSITTING

Organizziamo su tutto il territorio, su richiesta di enti e/o associazioni, corsi Babysitting per ragazze/i dai 13 ai 17 anni compiuti.

- 11 ore suddivise normalmente su 2 giornate
- Il corso prevede una parte teorica e momenti di pratica
- Rilascio del "Passaporto Babysitter CRS" a coloro che raggiungono gli obiettivi previsti nel regolamento
- Utilizzo dell'app gratuita Babysitting CRS durante il corso. Ulteriore materiale didattico viene fornito da Settore Corsi.

AREA PSICO-EDUCATIVA

Grazie ad interventi mirati, incontri formativi e percorsi nelle scuole con studenti, docenti e genitori affrontiamo tematiche attuali e sfide educative al passo con i bisogni contemporanei.

BULLYING VR

Prevenzione del bullismo con la realtà virtuale

Progetto sperimentato e validato dal Centro di Risorse Didattiche e Digitali (CERDD - DECS). Proponiamo nelle scuole medie e superiori un programma di prevenzione educativa per promuovere e rafforzare comportamenti corretti e rispettosi verso se stessi e verso l'altro. Percorso che grazie all'utilizzo di visori per la realtà virtuale, consente di agganciare i minori su tematiche ampiamente conosciute, ma affrontate con un livello di immersività senza precedenti. (www.bullyingvr.ch)

Allenare le emozioni: le 5 competenze dell'Intelligenza Emotiva

Alleniamo tante parti del nostro corpo ma nessuno ci ha insegnato ad usare le emozioni per migliorare la nostra vita e quella degli altri. Percorso che consente di riconoscere le proprie emozioni e quelle degli altri, di sviluppare l'empatia, di promuovere la capacità di costruire e mantenere relazioni sane.

Chili. Prevenzione e gestione costruttiva dei conflitti

Da più di sette millenni il peperoncino è un condimento molto popolare. Viene usato con frequenza nonostante il dolore e l'irritazione che provoca; i conflitti sono un ingrediente essenziale nella ricetta del vivere bene. È importante affrontarli, imparare a gestirli per favorire lo sviluppo sano delle nostre relazioni. Il seminario è stato ideato e sviluppato nel 1999 dalla Croce Rossa Svizzera e viene offerto in 13 cantoni. È il risultato di uno studio post diploma in una scuola professionale. Si attiene ai principi e ai valori della mediazione: ascolto, imparzialità, valorizzazione, rispetto ed empatia.

Educazione digitale con le nuove tecnologie

La rivoluzione del digitale nelle pratiche educative e didattiche ci pone di fronte ad una doppia responsabilità: da un lato quella di mantenere un ruolo di guida nei confronti dei nostri figli; dall'altro quello di rimettere al centro la persona e la relazione tra persone e tra generazioni diverse. Percorso che insegna a utilizzare con spirito critico e responsabilità gli strumenti tecnologici che il mercato propone ai ragazzi, sfruttando il loro potenziale ma senza lasciarsi governare da essi.

Sai del bullismo?

Prevenzione del bullismo e del cyberbullismo

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.

Go Peer

Prevenzione attraverso la peer education, un approccio dove gli adolescenti stessi tramite la condivisione di esperienze, di dubbi e il confronto tra pari mettono in atto delle modalità di prevenzione, ad esempio la prevenzione del bullismo, del cyberbullismo, il rispetto delle diversità culturali, di genere, ecc.

www.bullyingvr.ch

chili
Prevenzione e gestione costruttiva dei conflitti

Sai del bullismo?



Corsi per tutti

CURA E ASSISTENZA

- **Collaboratrice e collaboratore sanitario CRS**
120 ore / Fr. 2'450.-
Bellinzona, Chiasso, Giubiasco, Gordola, Lugano
- **Collaboratrice familiare**
58 ore / Fr. 955.-
Giubiasco, Lugano
- **BLS-AED-SRC per Collaboratrici e collaboratori sanitari CRS**
In collaborazione con le Sezioni Samaritane Ticino e Moesano
3 ore / Fr. 80.-
Bellinzona, Chiasso, Lugano
- **Economia domestica**
24 ore / Fr. 480.-
Cugnasco - Gerra
- **Prevenzione dell'ipertensione arteriosa**
2 ore / Fr. 50.-
Lugano

CORSI DI ITALIANO E TEST FIDE

- **Italiano per l'integrazione (livelli A1, A2 e B1)**
Programma di integrazione cantonale PIC. Corsi sostenuti dal Servizio per l'Integrazione degli Stranieri (SIS - DI)
Livello A1, 120 ore / Fr. 250.-
Livelli A2, B1, 80 ore / Fr. 200.-
Lugano
- **Italiano nell'ambito di una professione socio-sanitaria**
Corso sostenuto dal Servizio per la promozione delle competenze di base della Divisione della Formazione Professionale (DFP - DECS)
42 ore / Fr. 250.-
- **Test fide**
Esame completo Fr. 250.-
Esame orale Fr. 170.-
Esame scritto Fr. 120.-
Chiasso, Lugano

BABYSITTING CRS

- **Babysitting CRS per ragazze/i (13 - 17 anni compiuti)**
11 ore / Fr. 160.-
Chiasso, Giubiasco, Locarno, Lugano
- **Babysitting CRS per adulti**
11 ore / Fr. 210.-
Lugano, Giubiasco

CORSI DI APPROFONDIMENTO PER BABYSITTING CRS (13 - 17 anni compiuti)

- **BLS-AED-SRC completo**
In collaborazione con le Sezioni Samaritane Ticino e Moesano
4 ore / Fr. 100.-
Lugano
- **Primi soccorsi pediatrici: emergenze con i bambini**
In collaborazione con le Sezioni Samaritane Ticino e Moesano
6 ore / Fr. 100.-
Lugano

FAMIGLIA E QUOTIDIANITÀ

- **Introduzione al concetto di Kinaesthetics: muoversi insieme ai bambini** 🚩
7 ore / Fr. 140.-
Lugano
- **Asma e bronchite? Affrontiamole insieme** 🚩
1.5 ore / Fr. 30.-
Giubiasco
- **Attività di gioco basate sull'attaccamento: utilizzare il gioco per risolvere le difficoltà emotive e comportamentali del bambino**
3 ore / Fr. 60.-
Giubiasco, Lugano
- **Giochi d'attaccamento. Percorso per genitori** 🚩
4 incontri di 1.5 ore / Fr. 120.-
Online
- **I disturbi specifici dell'apprendimento DSA (dislessia, discalculia e disgrafia)**
3 ore / Fr. 50.-
Lugano
- **Il Circolo della Sicurezza COSP** ®
Sostenuto dall'Ufficio del sostegno a enti e attività per le famiglie e i giovani (UFAG) del Cantone Ticino
6 incontri da 1.5 ore / Fr. 70.-
a Lugano o online
- **Conoscere e affrontare l'ADHD**
3 ore / Fr. 50.-
Lugano

SALUTE E BENESSERE

- **Ginnastica dolce in acqua**
10 incontri / Fr. 180.-
a Ponte Tresa
- **Il dolore cronico nella persona anziana**
3 ore / Fr. 60.-
Lugano
- **Massaggio rilassante**
8 ore / Fr. 160.-
Lugano
- **Nichel, istamina, antinutrienti: come gestirli a tavola**
2 ore / Fr. 20.-
Online
- **Quello che le etichette alimentari non dicono**
2 ore / Fr. 20.-
Online
- **Tai - Chi**
In collaborazione con Parkinson Svizzera
10 incontri / Fr. 150.-
(tariffa agevolata per i soci)
Lugano
- **Trattamenti semplici con moxibustione**
4 ore / Fr. 80.-
Lugano

FAMILIARI CURANTI

È possibile richiedere un rimborso della tassa di iscrizione alla propria cassa malati (assicurazione complementare privata LCA).

- **Buone pratiche di prevenzione nella cura del corpo: prassi ordinaria o straordinaria?**
7 ore / Fr. 140.-
Lugano
- **Introduzione alla Stimolazione basale®**
8 ore / Fr. 160.-
Lugano
- **Massaggio rilassante**
8 ore / Fr. 160.-
Lugano
- **Movimentazione intelligente: tecniche di movimentazione del paziente ed educazione posturale**
8 ore / Fr. 160.-
Lugano
- **Prevenzione dell'ipertensione arteriosa**
2 ore / Fr. 50.-
Lugano
- **Prevenzione delle cadute negli anziani**
8 ore / Fr. 160.-
a Lugano
- **Conoscere e agire per prevenire la disfgia**
4 ore / Fr. 80.-
Lugano

Corsi e formazioni 2026

Croce Rossa Svizzera - Settore Corsi



Un'ora parliamo di ... genitori e figli

Ciclo di conferenze gratuite

Incontri gratuiti sulla genitorialità organizzati grazie all'Ufficio del sostegno a enti e attività per le famiglie e i giovani (UFAG) del Cantone Ticino.

Dalle 20.00 alle 21.00 via Zoom.

Nasce dall'idea di affrontare, in modo puntuale e concreto, i temi forti legati alla famiglia e all'educazione dei figli.

Tutto si sviluppa, si articola e si conclude in un'ora per dare la possibilità a più genitori possibili di partecipare, sicuri di staccarsi da casa e dagli impegni quotidiani per un tempo limitato, ma pieno di riflessioni, suggerimenti e opportunità di crescita in famiglia.

- **Accogliere i cambiamenti. Nuove famiglie, separazioni, trasferimenti, lutti** 🚩
mercoledì 21.01
- **Educare sfidando i limiti. Ascoltare con il cuore, ricercare l'equilibrio** 🚩
lunedì 02.02
- **Come crescono i bambini? Le scoperte delle neuroscienze, suggerimenti per le famiglie** 🚩
lunedì 02.03
- **Quando imparare diventa difficile: cos'è la dislessia di cui tutti parlano**
mercoledì 11.03
- **La rabbia nel bambino: strumenti e strategie per contenerla e gestirla**
lunedì 30.03
- **Litigare bene: i conflitti come opportunità educative** 🚩
lunedì 13.04

- **Affettività e sessualità in famiglia**
lunedì 18.05
- **Il gioco come soluzione** 🚩
mercoledì 08.06
- **Smartphone e schermi digitali in famiglia**
mercoledì 23.09
- **Le paure e le ansie nei bambini**
mercoledì 14.10
- **Mindfulness per genitori**
lunedì 26.10
- **La violenza normalizzata... Cosa fare? Ripartiamo dai piccoli** 🚩
mercoledì 11.11

