



Associazione A.M.A.
Auto Mutuo Aiuto

chiama

PERIODICITÀ QUADRIMESTRALE - POSTE ITALIANE S.P.A. - SPEDIZIONE IN ABBONAMENTO POSTALE - DL. 353/2003 (CONV. IN L. 27/02/2004 N° 46) ART. 1, COMMA 2, DCB TRENTO - TAXE PERCUE

BILANCIO SOCIALE 2025



ho sentito di essere

esattamente
dove avrei voluto essere

Gruppo Redazione: Annalisa Benacchio, Erika Bugna, Beatrice Caratù, Lisa Dal Mas, Chiara De Monti, Maddalena Franzoi, Sara Marcon, Elisabetta Migliore, Elisa Ondertoller, Martina Segatta, Giulia Tomasi, Paola Tonina, Linda Tovazzi, Miriam Vanzetta, Zilma Lucia Velame, Alessandra Viola

Impaginazione grafica: Linda Tovazzi

Stampa: Pixartprinting SPA (Trento)

Editore: Associazione A.M.A. Auto Mutuo Aiuto

Direttore Responsabile: Luca Marognoli

Registrazione tribunale di Trento n° 1013 del 18/11/98

Indirizzo della Redazione: Associazione A.M.A. auto mutuo aiuto

Trento, Via Taramelli 17 - 38122 TRENTO - Tel. 0461 239640

E-mail: info@automutuoaiuto.it

Sito: www.automutuoaiuto.it

PRESENTAZIONE

Basta sfogliare le pagine del nostro giornalino “chi AMA” o navigare sul sito “AMA Trento” per percepire la bellezza vitale dell’Associazione AMA.

Non si tratta solo di numeri, ma di una vitalità che nasce dal cuore del nostro staff e dei nostri volontari: un mosaico fatto di eventi, nuovi gruppi di Auto Mutuo Aiuto, spazi d’incontro e una fitta rete di collaborazioni che ci rendono parte integrante del tessuto urbano, provinciale e regionale, come dimostrato dalla sinergia per il convegno interregionale di Bolzano sulla postvenzione.



Cecilia Dal Rì

Presidente
Associazione A.M.A.

La nostra Missione si esprime e si esercita quotidianamente in servizi aperti al pubblico, pensati per accogliere i cittadini di ogni età. Le linee progettuali che si sono sviluppate dall’anno della nascita (1995) e i vari progetti testimoniano l’importante crescita e la capacità di lettura dei bisogni. Interventi questi forse inimmaginabili per i soci fondatori. E lo abbiamo fatto restando curiosi e attenti alle dinamiche e ai cambiamenti della nostra società. Lo dimostra il grande successo dell’Escape Room di Lunatici, con cui abbiamo scelto di parlare di salute mentale ai giovani non con una lezione, ma facendoli giocare, imparare a dialogare, approfondire, cercare soluzioni e riflettere insieme.

A Palazzo de Maffei a Lavis, un’esperienza immersiva e collettiva ha trasformato il gioco in uno spazio sicuro di emozioni e confronto. Nata dalle voci di 200 giovani e costruita con un grande lavoro di rete, l’escape room punta a diventare uno strumento potente per parlare di salute, umanità, connessione e crescita condivisa.

Questo progetto è stato inserito all’interno del festival Lunatici, un’iniziativa diffusa che ha portato a Trento e dintorni oltre 50 appuntamenti dedicati al tema giovani e salute mentale. Incontri, mostre, laboratori, eventi nati dalla collaborazione con numerosi partner del territorio: linguaggi diversi per parlare dello stesso tema, ognuno capace di raggiungere persone e anime differenti.

Il 2025 non è stato un anno come gli altri. Abbiamo promosso il Convegno Nazionale per i 30 anni di AMA, una tappa fondamentale che ci ha permesso di guardare indietro con orgoglio e avanti con nuove visioni. È stato un momento di straordinaria intensità in cui la teoria ha incontrato la vita vissuta.

Si sono svolte in plenaria le relazioni di esperti e delle professioniste di AMA che insieme ai contributi scientifici hanno confermato quanto l'auto mutuo aiuto sia oggi una risposta strutturata e necessaria nel sistema di welfare. Gli intensi racconti dei partecipanti e dei volontari dei gruppi di auto mutuo aiuto hanno emozionato la platea: abbiamo ascoltato storie di cambiamento personale e di quanto questi racconti siano linfa e valore nei gruppi di auto mutuo aiuto.

È in questo clima di partecipazione che io, in qualità di Presidente ho espresso il mio ringraziamento. Un riconoscimento non solo per il traguardo raggiunto, ma per la dedizione di chi, ogni giorno, rende AMA un luogo di accoglienza.

Trent'anni sono un traguardo, ma per AMA Trento è soprattutto un nuovo punto di partenza. Questo Bilancio è la nostra mappa: vi invitiamo a leggerla per scoprire dove siamo arrivati e, soprattutto, il cammino che vogliamo condividere insieme a voi.

In qualità di Presidente, desidero esprimere il mio più profondo ringraziamento a tutte le operatrici dell'Associazione AMA. Il vostro impegno quotidiano e la professionalità che mettete in ogni intervento sono il vero motore della nostra realtà. Se oggi riusciamo a raggiungere i nostri obiettivi improntati a sostenere chi ha bisogno, è grazie alla vostra dedizione instancabile.



LA NOSTRA IDENTITÀ



Associazione “A.M.A. Auto mutuo aiuto OdV” è un’associazione riconosciuta regolata dal Decreto legislativo 117 del 2017 (Codice del Terzo Settore) e dalle norme del Codice Civile in tema di associazioni.

Dal 6.01.2023 è iscritta tramite trasmigrazione al RUNTS con nr. 227. In precedenza era iscritta all’Albo delle Organizzazioni di Volontariato della Provincia Autonoma di Trento.

Ha ricevuto Autorizzazione e Accreditamento socio-assistenziale per le tipologie di servizio “Sportello sociale e “servizi territoriali” ai sensi Legge Provinciale n. 13 del 2007 (determinazione 2021-S144-00415 del 22.11.2021).

Ha sede legale nel Comune di Trento in via Torquato Taramelli, 17 – 38122 Trento e opera nel territorio della provincia di Trento.

Lo Statuto attuale è vigente dal 2023.

La finalità principale dell’Associazione A.M.A. è quella di rendere possibile nella comunità l’auto mutuo aiuto, attraverso l’attivazione di gruppi e di altre iniziative di mutualità e di promozione della salute.

L’auto mutuo aiuto è una forma di aiuto naturale che la comunità possiede: è l’aiuto che si scambiano persone che condividono una stessa situazione. Esso si basa sul desiderio delle persone di giocare un ruolo attivo nella costruzione del benessere proprio e della comunità, mettendo a disposizione le proprie risorse e trovando arricchimento e sostegno nella relazione con gli altri.

L’associazione si impegna a favorire questa attivazione anche laddove non scatti naturalmente, sostenendo e promuovendo l’auto mutuo aiuto come risorsa della comunità.

Tale finalità è espressa nello statuto come segue:

- **Promozione dell’auto mutuo aiuto** nelle sue diverse forme, secondo la definizione dell’OMS, cioè “nel contesto della promozione della salute, le azioni intraprese dai non addetti ai lavori (per esempio coloro che non sono professionisti del settore sanitario) per mobilitare le risorse necessarie a promuovere, mantenere e ristabilire la salute dei singoli individui o delle comunità”;

- **Promozione di una visione della salute individuale**, intesa come completo benessere fisico, psicologico e sociale, che tenga conto dell'importanza per ciascuna persona di una rete di legami sociali e solidali e che valorizzi il protagonismo della persona, in un'ottica di prevenzione e di empowerment;
- **Promozione di reti comunitarie orientate alla solidarietà**, allo sviluppo del capitale sociale, alla cultura del volontariato e alla cooperazione per il raggiungimento di un beneficio reciproco.

L'Associazione ha sede a Trento ma opera su tutto il territorio provinciale. Essa, infatti, cerca il più possibile di essere aperta ai bisogni delle persone e delle comunità, sempre più dinamici e complessi, e di proporre iniziative non solo nei centri maggiori della Provincia, ma anche nelle zone periferiche.

Attualmente, l'Associazione realizza le proprie attività attraverso specifici finanziamenti da parte della Provincia Autonoma di Trento, dell'Azienda Sanitaria Universitaria Integrata del Trentino (ex A.P.S.S) e del Comune di Trento, in base ai diversi progetti, e attraverso le quote associative annuali, le quote dei corsi di formazione, le donazioni e il 5x1000.

CENNI DI STORIA

L'Associazione A.M.A. Auto Mutuo Aiuto è stata fondata a Trento nel giugno del 1995 su iniziativa di alcuni operatori del privato sociale e dell'ambito sanitario e di alcune persone frequentanti gruppi a.m.a. già attivi, sorti spontaneamente o all'interno di realtà associative presenti sul territorio (club degli alcolisti in trattamento presenti in Trentino dal 1985, gruppi per familiari di persone disabili, per famiglie affidatarie e adottive e per familiari di persone con problemi psichici).

L'idea di dare vita ad un'associazione nasce per collegare, dare voce e sviluppare esperienze di auto mutuo aiuto sul territorio trentino. Prendendo spunto da esperienze già collaudate si voleva aiutare a far nascere dei gruppi per problemi non ancora affrontati, promuovendo l'intreccio fra il mondo dell'aiuto formale e quello spontaneo: da un lato le competenze tecniche, dall'altro l'esperienza, la motivazione, la spontaneità, il calore umano e il coinvolgimento personale che insieme possono far emergere potenzialità non ancora espresse e miglioramento del benessere della comunità.

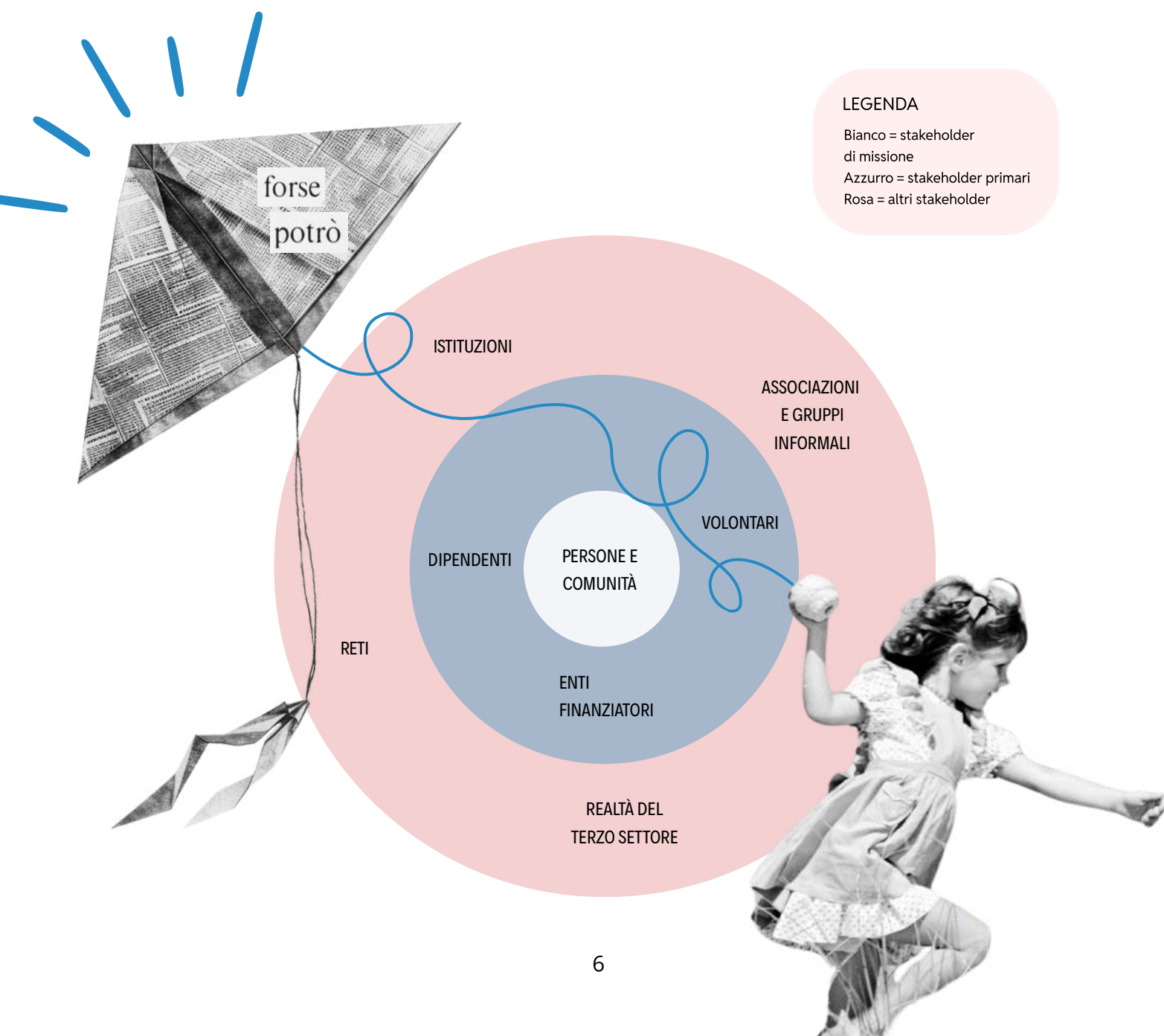
Nel 2025 abbiamo festeggiato i 30 anni di attività.

Ad oggi, l'Associazione conta diverse linee progettuali, sviluppatasi nel corso del tempo, che saranno meglio spiegate all'interno del documento.

GLI STAKEHOLDER

Utilizzando la classificazione proposta dalle linee guida PAT, di seguito gli stakeholder vengono suddivisi in:

- Stakeholder di missione: coloro nell'interesse dei quali le attività istituzionali sono poste in essere;
- Stakeholder prioritari: attivi nello svolgimento delle attività istituzionali (volontari, finanziatori di particolare rilevanza) senza la cui presenza l'organizzazione non potrebbe perseguire la sua mission istituzionale;
- Altri stakeholder: coinvolti nell'attività ma non fondamentali.



SOCI E DIRETTIVO

Nell'anno 2025 i soci sono stati 317.

Il numero dei soci non riflette pienamente la reale partecipazione alle attività dell'Associazione. Questo perché, secondo lo statuto, le iniziative sono aperte sia ai soci che ai non soci, con l'obiettivo di coinvolgere il maggior numero possibile di persone e famiglie.

Composizione del Consiglio direttivo

- Presidente: Cecilia Dal Rì
- Vicepresidente: Gabriele Stelzer
- Consiglieri: Isabella Caracristi, Lorenza Fruet, Maria Pia Panarelli, Vittorio Micheli (subentrato in data 12.05.25 ad Anna Berloff dimessasi per incompatibilità in data 15.12.24).

L'organo di controllo attualmente è monocratico ed è affidato alla Dott.ssa Marica Dalmonego, iscritta al registro dei revisori legali, nominata dall'assemblea.

L'organo di vigilanza come previsto dal D.lgs. 231/2001 è ricoperto dall'avvocato Michela Tomasi.



LO STAFF DI ASSOCIAZIONE A.M.A.



Paola Tonina



Miriam Vanzetta



Alessandra Viola



Elisa Ondertoller



Elisabetta Migliore



Chiara De Monti



Giulia Tomasi



Lisa Dal Mas



Maddalena Franzoi



Erika Bugna



Sara Marcon



Linda Tovazzi



Martina Segatta



Beatrice Caratù



Annalisa Benacchio



Zilma Lucia Velame

Sono inoltre stati presenti 2 tirocinanti per un totale di 750 ore

VOLONTARI

Il numero dei volontari e il tempo che donano raccontano un impegno autentico e prezioso.

La loro presenza costante nel tempo è un segno di legame e fiducia verso l'Associazione.

In un'epoca in cui il volontariato diminuisce, questa stabilità assume un valore ancora più significativo. È la prova di un'esperienza che arricchisce le persone e la comunità, fatta di riconoscimento, cura e motivazione.

110 

ore di formazione e supervisione complessiva attraverso 45 iniziative

64 

colloqui di orientamento al volontariato

80 

colloqui di sostegno ai volontari attivi

14.796 

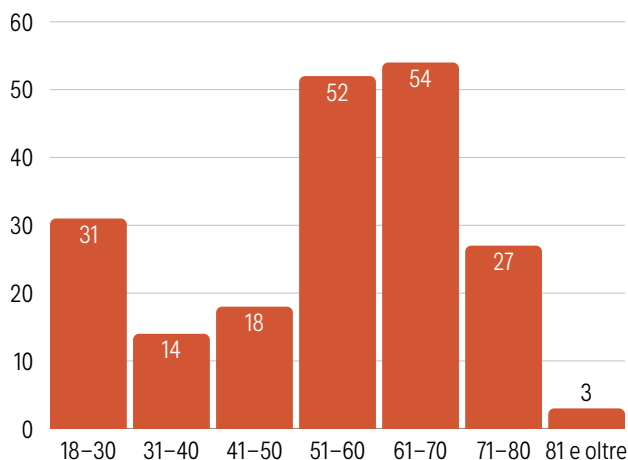
ore di volontariato

PROGETTI	NUMERO VOLONTARI PER LINEA PROGETTUALE + MEMBRI DIRETTIVO ** (TOTALE ANDAMENTO NELL'ANNO)
Gruppi e spazi di incontro	90
Gioco d'azzardo	10
VIVO.CON	13
Punto Famiglie	6
Invito alla vita	55
TRA-di-NOI Youngle Trento	14
Ritiri sociali	6
Promiscui (Direttivo)	5
TOTALE	199*

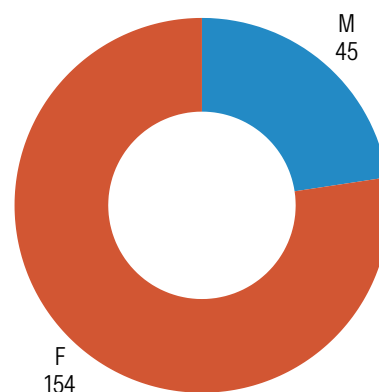
*Il totale non corrisponde al dato al 31.12 perché tiene conto anche di chi ha cessato il volontariato durante l'anno.

** i volontari che sono attivi su più ambiti vengono registrati nell'ambito prevalente.

ETÀ



GENERE

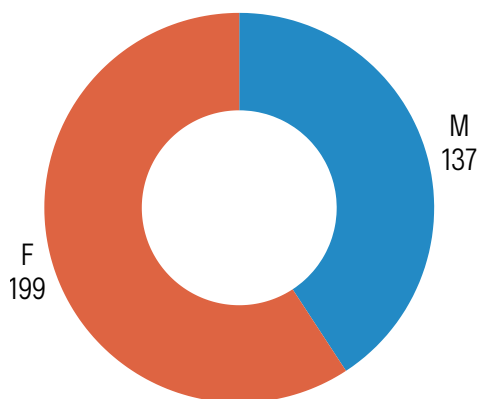


NUOVE PERSONE COINVOLTE

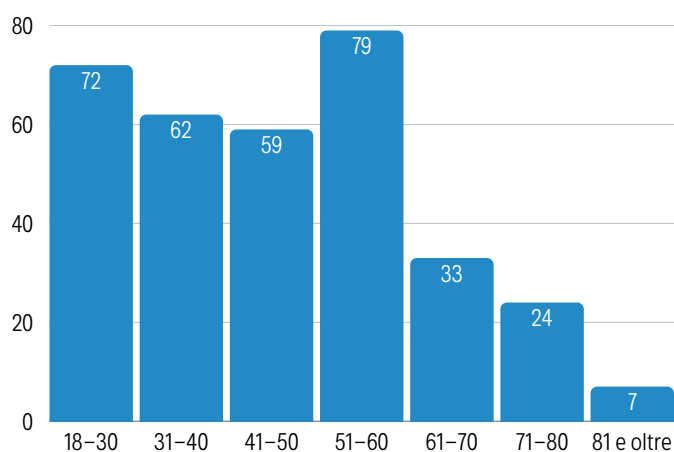
Primi colloqui nel 2025

336 

GENERE



ETÀ




Più di 14.000 

presenze a incontri di gruppo
e negli spazi di incontro

Rispetto all'anno precedente, abbiamo registrato un aumento delle nuove persone coinvolte, passate da 302 a 336.

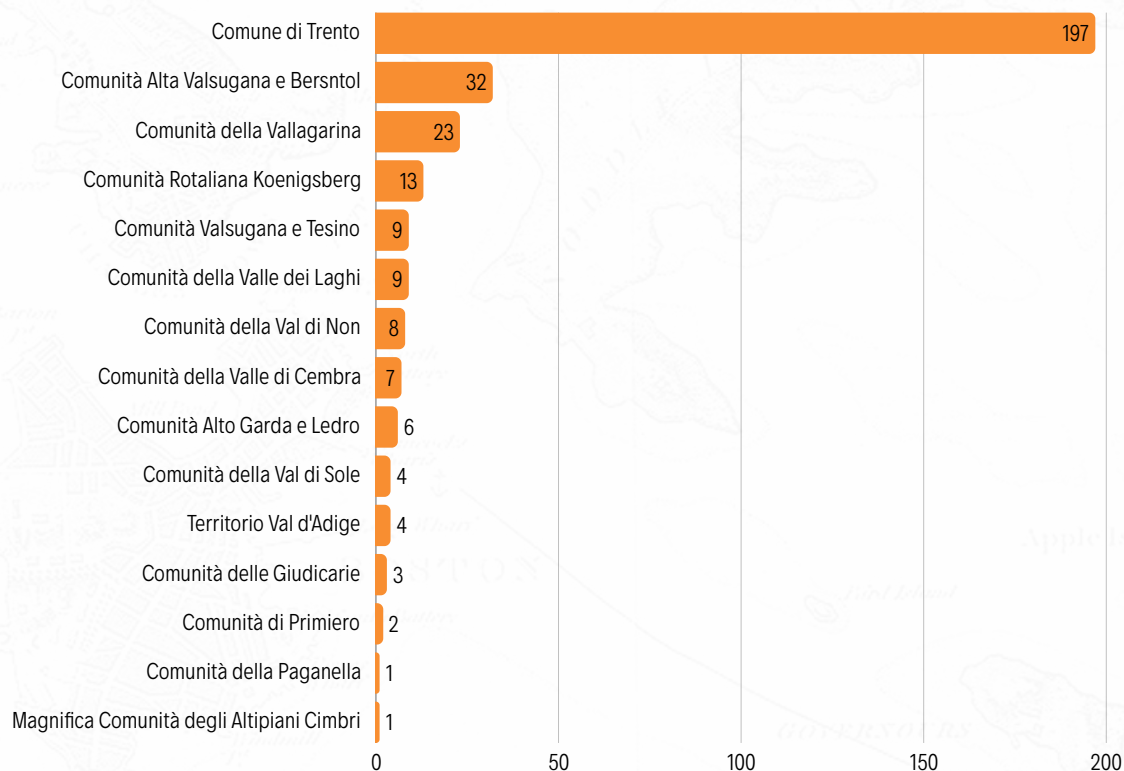
In particolare, si evidenzia una crescita significativa delle persone nella fascia d'età tra i 18 e i 40 anni che si sono rivolte all'Associazione. Nello specifico, tra i giovani adulti (18-30 anni), le richieste sono quasi raddoppiate rispetto all'anno 2024.

A questi primi contatti vanno aggiunte tutte le persone che si sono rivolte allo Sportello accompagnamento pratiche e allo sportello Vivo.con, le persone che hanno contattato la linea telefonica di Invito alla Vita e la chat di ascolto Tra di Noi, oltre alle persone che hanno partecipato alle iniziative di sensibilizzazione e formazione.



si vede il cuore
dagli occhi.

RESIDENZA NUOVE PERSONE COINVOLTE



Inoltre si segnalano 14 persone domiciliate su territorio provinciale ma con residenza fuori provincia e un residente all'estero.

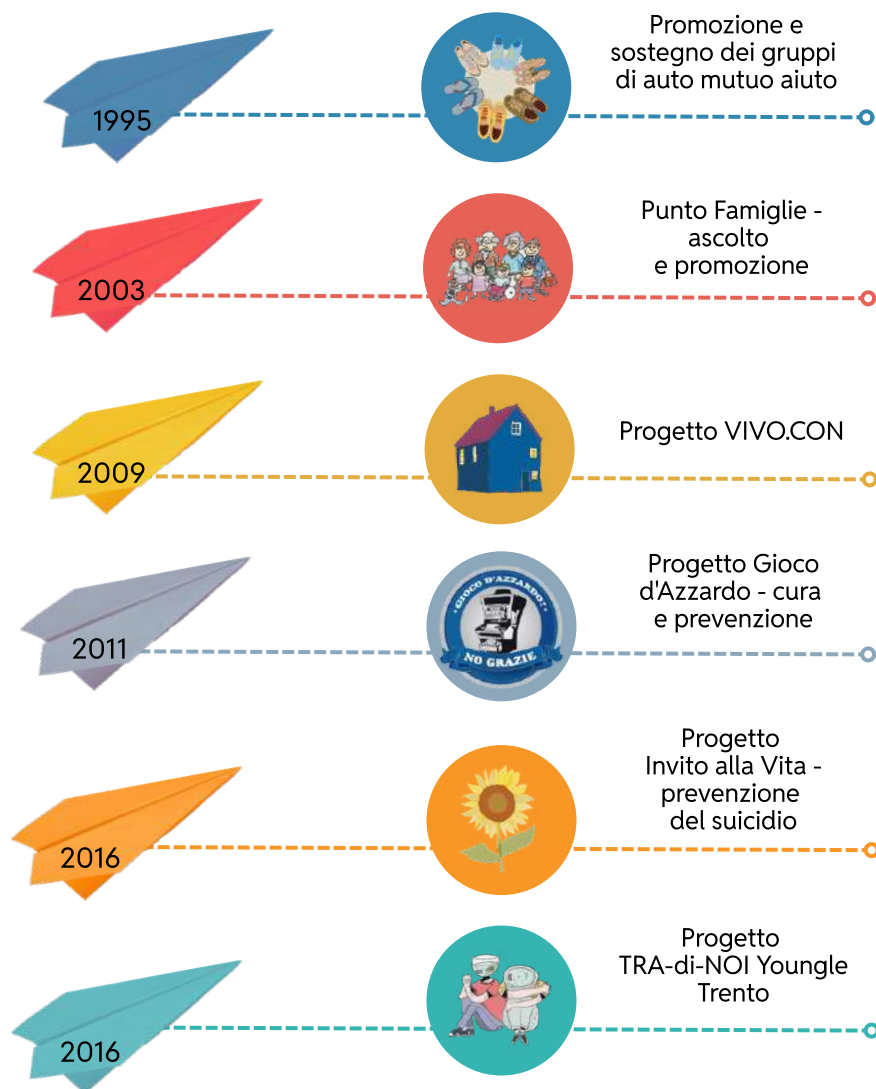
all'improvviso

sentieri

che non mi aspettavo.

I NOSTRI PROGETTI

L'Associazione si occupa di vari progetti, sviluppatisi nel corso del tempo:



A questi si aggiungono progetti specifici che mirano a rispondere a nuovi bisogni emergenti rispetto ai quali i servizi tradizionali non sono ancora strutturati e per cui l'auto mutuo aiuto, vista la capacità di attivarsi dal basso, può dare una prima risposta e favorire un lavoro di advocacy con altri servizi del territorio. L'obiettivo è che si strutturi una rete di risposte a bisogni nuovi.

ALTRI PROGETTI

Accanto alle linee progettuali stabili, nel 2025 l'Associazione è stata impegnata in altri progetti condivisi con altre realtà pubbliche e private del territorio. In particolare, si tratta di:

RITIRI SOCIALI

Negli ultimi anni si sente parlare sempre più spesso di ritiri sociali e della cosiddetta sindrome hikikomori. In Italia si stima che oltre 120.000 giovani scelgano di isolarsi, chiudendosi progressivamente in casa o addirittura nella propria stanza. Questo processo avviene in modo graduale: inizialmente si abbandonano le attività sportive e gli hobby, poi ci si allontana dagli amici e, infine, si arriva a lasciare anche la scuola.

La propria stanza diventa così un rifugio, un luogo sicuro in cui proteggersi da un mondo percepito come troppo competitivo e veloce, e da relazioni che fanno sentire fragili, inadeguati o "indietro" rispetto agli altri. È proprio questa sensazione di non riuscire a stare al passo, di non avere gli strumenti per affrontare la vita, che caratterizza profondamente il fenomeno degli hikikomori. Si tratta di una realtà che coinvolge non solo i giovani, ma anche le loro famiglie, spesso preoccupate e disorientate, senza sapere come intervenire per aiutare i propri figli. Anche il territorio trentino non è immune da questo fenomeno.

Dal 2016 l'Associazione A.M.A. si impegna, pur in assenza di finanziamenti dedicati, a sostenere e accompagnare genitori e famiglie che si trovano ad affrontare situazioni di ritiro sociale. In questo contesto, i gruppi di auto mutuo aiuto rappresentano momenti fondamentali di confronto e supporto: spazi in cui condividere la fatica quotidiana, fare il punto della situazione e riflettere sui passi compiuti verso un maggiore benessere. Sono occasioni preziose non solo per rafforzare il ruolo genitoriale, ma anche per prendersi cura delle relazioni in senso più ampio, come persone a tutto tondo. Un altro elemento centrale è proprio la costruzione di spazi di condivisione tra pari. I gruppi di genitori non sono solo luoghi di sfogo, ma diventano contesti in cui si sviluppano nuove consapevolezze, si normalizzano vissuti di fatica e si riduce il senso di colpa o di inadeguatezza. Il confronto con chi sta vivendo esperienze simili permette infatti di sentirsi meno soli e di apprendere strategie concrete, spesso più efficaci perché radicate nella vita quotidiana.

Nel lavoro di sostegno ai genitori che vivono situazioni di ritiro sociale dei figli, è fondamentale affiancare agli interventi già attivi ulteriori elementi che possano rafforzare il senso di accompagnamento e ridurre l'isolamento delle famiglie. Uno degli aspetti più importanti riguarda la continuità del supporto: i genitori hanno bisogno di punti di riferimento stabili nel tempo, che offrano ascolto, orientamento e la possibilità di confrontarsi anche nelle fasi di stallo o di ricaduta, che sono frequenti in questi percorsi.

ALTRI PROGETTI

Accanto a questo, assumono un ruolo chiave i colloqui di sostegno e la “formazione” sul tema: offrire ai genitori strumenti per comprendere meglio il fenomeno del ritiro sociale, le sue possibili cause e le modalità relazionali più funzionali per stare accanto ai figli.

Comprendere, ad esempio, l'importanza di evitare pressioni eccessive o di saper rispettare i tempi del ragazzo può fare la differenza nel mantenere un canale comunicativo aperto.

Fondamentale è anche il lavoro sulla relazione genitore-figlio, che spesso risulta compromessa o fortemente irrigidita. Sostenere i genitori nel recuperare una comunicazione più autentica, meno centrata sulla prestazione e più sull'ascolto, aiuta a ricostruire un clima di fiducia, prerequisito essenziale per qualsiasi possibile riavvicinamento del giovane al mondo esterno.





Parallelamente, il lavoro di rete rappresenta un pilastro imprescindibile. Il fenomeno del ritiro sociale è complesso e multidimensionale, e richiede il coinvolgimento coordinato di diversi attori: scuola, servizi sociali, servizi sanitari, educatori, associazioni e realtà del territorio. Creare connessioni efficaci tra questi soggetti permette di costruire interventi più coerenti e integrati, evitando frammentazioni o sovrapposizioni.

In questo senso, è importante favorire momenti di confronto tra professionisti, per condividere linguaggi, pratiche e strategie operative. La costruzione di protocolli comuni e di modalità di segnalazione e presa in carico condivise può rendere gli interventi più tempestivi ed efficaci.

Un ulteriore aspetto riguarda la sensibilizzazione della comunità. Parlare di ritiro sociale, superare lo stigma e promuovere una maggiore consapevolezza diffusa aiuta a creare un contesto più accogliente, in cui le famiglie si sentano meno giudicate e più legittimate a chiedere aiuto.

Infine, è importante valorizzare interventi flessibili e personalizzati, capaci di adattarsi alle specificità di ogni situazione. Non esistono soluzioni standard: ogni giovane e ogni famiglia portano con sé una storia unica, che richiede tempi, modalità e strumenti differenti.

Nel loro insieme, questi elementi contribuiscono a costruire un sistema di sostegno più solido e umano, capace non solo di intervenire sul disagio, ma anche di promuovere relazioni più sane e contesti di vita più inclusivi.

	nel 2024	nel 2025
N. Colloqui totali	55 	68 
N. Persone	36 	32 



SO-STARE NELLA COMUNITÀ

Nel corso del 2025 l'Associazione ha consolidato e sviluppato le attività di auto mutuo aiuto e gli spazi di incontro sul territorio provinciale, anche nell'ambito del progetto "So-stare nella comunità", attivo da marzo 2024 e finanziato dal Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali in collaborazione con la Provincia Autonoma di Trento. Il progetto, con durata pluriennale fino a giugno 2026, è realizzato in rete con diversi partner territoriali e si inserisce nell'area della promozione della salute e del benessere.

In continuità con precedenti esperienze, il progetto ha sostenuto il rafforzamento degli spazi di incontro già attivi e la promozione di nuove esperienze in altri territori, valorizzando le risorse delle persone e il ruolo del volontariato. Nel 2025 sono proseguiti con regolarità gli spazi e i gruppi attivi a Trento, Rovereto e Sopramonte, offrendo contesti di socializzazione, ascolto e sostegno reciproco. Nello stesso anno è stato attivato a Rovereto un nuovo gruppo di auto mutuo aiuto rivolto a giovani adulti, in risposta a bisogni emergenti legati al disagio emotivo.

Parallelamente, è proseguito il lavoro di accompagnamento e monitoraggio dei gruppi, garantendo qualità e continuità delle attività, e sono state rafforzate le azioni di sviluppo territoriale in Val di Non, attraverso il consolidamento delle reti locali e l'avvio di nuovi percorsi, tra cui quello dedicato ai genitori di persone con disagio psichico.

Particolare attenzione è stata inoltre dedicata alla promozione del volontariato e allo sviluppo di nuove forme di comunicazione e sensibilizzazione, valorizzando le esperienze delle persone e dei volontari attraverso iniziative e strumenti diversificati.

Nel complesso, le attività realizzate nel 2025 hanno contribuito a rafforzare la presenza dell'associazione sul territorio, promuovendo il benessere, la partecipazione attiva e la costruzione di comunità più inclusive e solidali.

VOLONTARI ON AIR

Il progetto è stato finanziato dal Comune di Trento a fine 2024 su uno specifico bando volto a promuovere progetti e/o iniziative di volontariato coerenti con le linee strategiche di Trento Capitale europea del volontariato 2024.

L'obiettivo principale è stato quello di potenziare la comunicazione digitale dell'Associazione per sensibilizzare la comunità sull'importanza del volontariato e coinvolgere nuovi volontari, in particolare giovani.

Le azioni previste hanno incluso il rifacimento del sito web dell'associazione, con una sezione dedicata al volontariato, e il rafforzamento delle campagne multicanale, tra cui social media e newsletter.

ALTRI PROGETTI

Inoltre, è stato realizzato il podcast “Ci siamo anche nel buio”, ideato e gestito dai giovani volontari del progetto “Tra di Noi”, con il supporto di operatori esperti. Il podcast, articolato in quattro episodi, ha promosso la cultura del volontariato giovanile e ha affrontato tematiche sociali rilevanti per ragazzi e ragazze, con particolare attenzione alla salute mentale. I volontari sono stati coinvolti attivamente in tutte le fasi creative, anche grazie al contributo dei ragazzi del doposcuola dell’associazione Periscopio, che hanno partecipato attraverso questionari tematici. A gennaio 2025 è stata offerta una formazione mirata ai volontari sulla creazione di un podcast; si è svolto un incontro formativo di 4 ore con una giornalista esperta, che ha supervisionato le puntate prima della loro pubblicazione.

UNO SPAZIO TANTI MONDI

Il progetto “Uno spazio, tanti mondi”, finanziato dalla Fondazione Caritro nell’ambito del bando “Comunità Inclusive 2025”, è stato avviato a fine anno e proseguirà nel prossimo biennio. Il progetto è realizzato in partnership con APPM e Carpe Diem, con A.M.A. in qualità di capofila.

L’iniziativa nasce con l’obiettivo di promuovere l’inclusione sociale delle persone migranti attraverso il rafforzamento dello spazio “Conosciamoci in italiano”, già attivo presso l’Associazione. A partire da questa esperienza, il progetto amplia e arricchisce le attività, integrando momenti interculturali, creativi e conviviali, con l’intento di favorire l’incontro tra persone di diverse origini e generazioni e di contrastare situazioni di isolamento.

Le azioni prevedono la realizzazione di incontri tematici mensili, eventi di socializzazione in collaborazione con i partner territoriali e momenti formativi rivolti ai volontari, finalizzati allo sviluppo di competenze interculturali e al rafforzamento del loro ruolo nella costruzione di contesti accoglienti. Le attività sono co-progettate con le volontarie e costruite a partire dai bisogni dei partecipanti, valorizzandone esperienze, capacità e risorse. Il progetto si propone di rafforzare le competenze linguistiche e relazionali delle persone coinvolte, promuovere il dialogo interculturale e contribuire alla costruzione di comunità più inclusive, partecipative e capaci di valorizzare la diversità come risorsa.



LUNATICI - ESCAPE ROOM

Lunatici – Un’escape room sulla salute mentale è un progetto dell’Associazione nato nel 2024 e realizzato nel 2025, con l’obiettivo di sensibilizzare giovani e cittadinanza sui temi della salute mentale attraverso linguaggi innovativi, accessibili e coinvolgenti.

Co-costruita insieme ai giovani, l’iniziativa si configura come un’escape room educativa ambientata in un mondo onirico e surreale, articolata in quattro stanze che affrontano vissuti ed emozioni. I partecipanti, organizzati in piccoli gruppi e accompagnati da educatori professionali, sono chiamati a risolvere enigmi simbolici che stimolano la riflessione sulle proprie esperienze emotive. L’esperienza si conclude sempre con un momento di debriefing guidato, fondamentale per favorire il confronto, la condivisione e il riconoscimento delle risorse personali.

Il progetto si è svolto dal 3 novembre al 6 dicembre 2025 presso Palazzo De Maffei (Lavis), con un’apertura continuativa di 30 giorni, articolata in fasce mattutine dedicate alle scuole e pomeridiane rivolte alla cittadinanza. Complessivamente sono stati coinvolti 1.806 partecipanti, tra cui 934 studenti di 56 classi di istituti superiori della Provincia di Trento e 872 cittadini, inclusi docenti e adulti di riferimento. L’iniziativa ha raggiunto anche persone che solitamente faticano ad accedere a percorsi strutturati di sensibilizzazione, ampliando in modo significativo il pubblico intercettato.

Rispetto alle attività tradizionali dell’associazione, basate prevalentemente su gruppi di auto mutuo aiuto, Lunatici introduce in modo innovativo l’utilizzo del gaming e della gamification come strumenti educativi e di prevenzione. L’approccio integra l’esperienza ludica con uno spazio strutturato di riflessione, rendendo i contenuti più accessibili e riducendo barriere, stigma e timore del giudizio. Particolare attenzione è stata dedicata anche al collegamento con il territorio: ai partecipanti e ai docenti è stata fornita una mappa dei servizi disponibili e, per le scuole, una dispensa con contributi professionali e proposte di approfondimento da sviluppare in classe.

Il progetto è stato realizzato grazie a una rete ampia e qualificata di collaborazioni: Fondazione Caritro, Rotary Valli Trentine e il Comune di Lavis. Hanno inoltre concesso il patrocinio diversi enti istituzionali e del territorio, riconoscendo il valore sociale e preventivo dell’iniziativa.

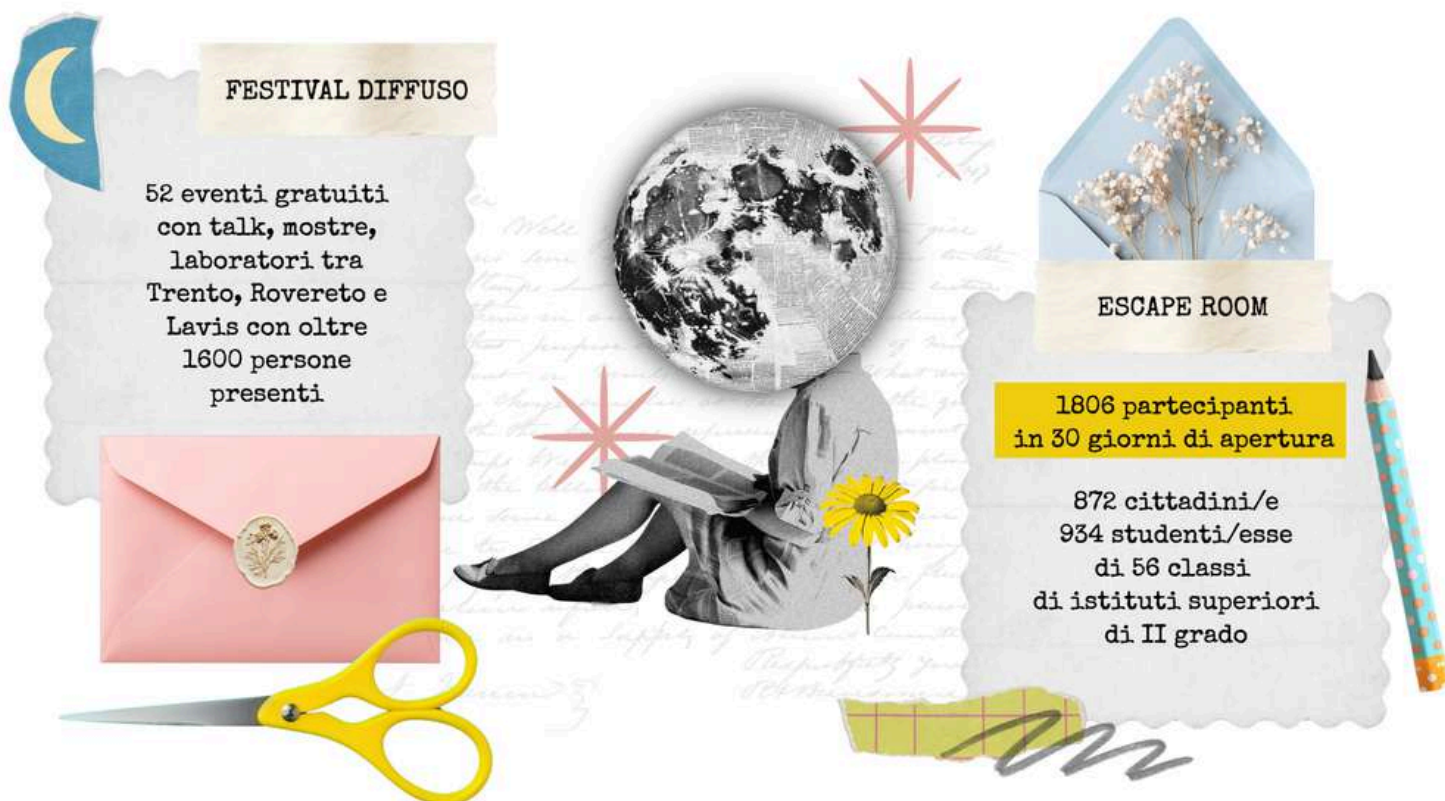
Dal punto di vista dell’impatto, i dati raccolti evidenziano un miglioramento significativo nella percezione dell’utilità del confronto nell’affrontare difficoltà emotive, in particolare tra gli studenti. I momenti di debriefing hanno favorito empatia, consapevolezza e apertura al dialogo, contribuendo alla riduzione dello stigma legato alla salute mentale.

ALTRI PROGETTI

Allo stesso tempo, il progetto ha rafforzato la collaborazione tra scuola, servizi e terzo settore, promuovendo una maggiore attenzione comunitaria al benessere psicologico dei giovani.

Lunatici si configura quindi come un'esperienza innovativa, replicabile e ad alto impatto, capace di integrare prevenzione, educazione e orientamento ai servizi, contribuendo alla costruzione di una comunità più consapevole, inclusiva e attenta ai bisogni delle nuove generazioni.

Parallelamente all'apertura dell'Escape room, è stato organizzato un festival che ha coinvolto i territori di Trento, Lavis e Rovereto, con la realizzazione di oltre 50 eventi e il coinvolgimento di una rete di più di 30 partner.



CURA INSIEME

Inoltre, preme ricordare il Progetto CURA INSIEME, un progetto nato da un gruppo di lavoro composto da rappresentanti della Provincia Autonoma di Trento, dell'Azienda Provinciale per i Servizi Sanitari, delle Comunità di Valle, dell'UPIPA, della Fondazione Franco Demarchi, di Consolida e della Consulta provinciale per la salute, per riconoscere, sostenere e valorizzare il familiare che presta assistenza a un proprio caro anziano attraverso azioni di sensibilizzazione, formazione, supervisione e confronto.

Fra le varie proposte del progetto Cura Insieme, c'è la creazione di gruppi di auto mutuo aiuto come spazio di incontro relazionale, di cui si occupa l'Associazione A.M.A.

L'Associazione inoltre si impegna nella costruzione di partenariati e progetti co-costruiti nella logica di rispondere alla propria mission di diffondere la cultura dell'auto mutuo aiuto e della solidarietà nell'intera comunità, anche attraverso la condivisione e il lavoro di rete con diverse realtà istituzionali, del Terzo settore e informali del territorio.



la cura, se davvero ne esiste una,
sono le persone.

FORMAZIONE E SENSIBILIZZAZIONE ALLA COMUNITÀ

FORMAZIONE	N. ORE	N. PARTECIPANTI	TEMATICHE
Gruppi	35,5	833	Promozione salute, auto mutuo aiuto, supporto ai caregiver, volontariato, salute mentale, solitudine
VIVO.CON	8	388*	Coabitazioni solidali, prossimità, auto mutuo aiuto abitativo
Gioco d'azzardo	2	10	Azzardo, gaming disorder, dipendenze
Punto Famiglie	41	673	Incontri, laboratori per famiglie, genitori e bambini
Invito alla vita	52,5	1818*	Sensibilizzazione, depressione, lavoro di rete per la prevenzione
TRA-di-NOI	26	920	Presentazione chat di ascolto, gestione volontari, benessere psicologico giovani
Ritiri sociali	8	1782*	Ritiri sociali, genitorialità
TOTALE	173	6424	

*valore comprensivo di visualizzazioni delle dirette disponibili sui canali social dell'Associazione (FB, Youtube, Instagram)

Rispetto agli anni precedenti, l'utilizzo del canale online ci consente di raggiungere un numero maggiore di persone, sia durante l'evento in diretta sia successivamente, grazie alla possibilità di rivedere la registrazione. Rimane comunque centrale l'organizzazione di eventi in presenza, ai quali si affiancano i momenti online, in un'ottica di integrazione e ampliamento della partecipazione. Rispetto al 2024 infatti sono state raggiunte circa il doppio delle persone, a cui si aggiungono anche le persone sensibilizzate attraverso il festival Lunatici.

Nel corso del 2025 sono stati svolti interventi formativi fuori provincia: Servizio per i gruppi di auto aiuto della provincia di Bolzano (Federazione per il Sociale e la Sanità ETS), Associazione AMA Pinerolo, SerD di Venezia, Cooperativa sociale San Luigi di Varese. Sono state realizzate attività formative richieste sul territorio provinciale da parte di: Comune di Rovereto, Biblioteca comunale di Levico, Associazione Artigiani e piccole imprese della provincia di Trento, APSP Casa Mia di Riva del Garda, Liceo Rosmini di Rovereto, Cooperativa Progetto 92, Abio Trento odv.

Annualmente l'Associazione propone anche due edizioni del Corso base di formazione all'auto mutuo aiuto, la formazione è rivolta a operatori e persone che a livello nazionale sono interessate ad approfondire la metodologia.

DONAZIONI

Il 2025 ci ha visti coinvolti nell'implementare quanto iniziato negli anni scorsi in merito all'attività di fundraising.

Il DONO è elemento fondante della nostra associazione che è nata e continua ad esistere grazie a centinaia di persone che ogni giorno donano motivazione, dedizione, ascolto, attenzione, competenze, risorse e tempo perché A.M.A. possa continuare a essere vicina alle persone e ai loro bisogni. Sempre di più abbiamo bisogno di integrare le risorse che ci derivano dagli enti pubblici attraverso convenzioni, progetti e bandi, con altri fondi che provengono da attività di autofinanziamento (quote associative, donazioni, 5 per mille, iniziative di formazione, sostegno di istituti di credito).

Oltre a persone singole sono proseguite alcune collaborazioni nel 2025 e nello specifico: con Rotary Club Trento, Lions Fiemme e Fassa, Auser Pergine, gli organizzatori di "Brenta rock".

Nel 2025 sono stati attivi 166 donatori, di cui 161 persone fisiche e 5 enti/organizzazioni per un totale di 26.367 Euro.



DONAZIONI

Grazie alle preziose donazioni ricevute e ad altre attività di autofinanziamento nel corso del 2025, abbiamo potuto sostenere numerose attività fondamentali per la nostra comunità.

In particolare, è stato possibile contribuire alla realizzazione dell'Escape Room "Lunatici" ed è stata supportata la crescita e la continuità dei gruppi AMA, cuore dell'attività associativa. Un importante risultato è stato anche lo sviluppo del podcast "Ci siamo anche nel buio", spazio di condivisione e ascolto.

Le risorse raccolte hanno reso possibile l'organizzazione del convegno dedicato ai 30 anni di attività di AMA. Questo momento ha rappresentato un'occasione preziosa di confronto e valorizzazione del percorso svolto.

Parte dei fondi è stata destinata al sostegno diretto dei gruppi, garantendone stabilità e accessibilità.

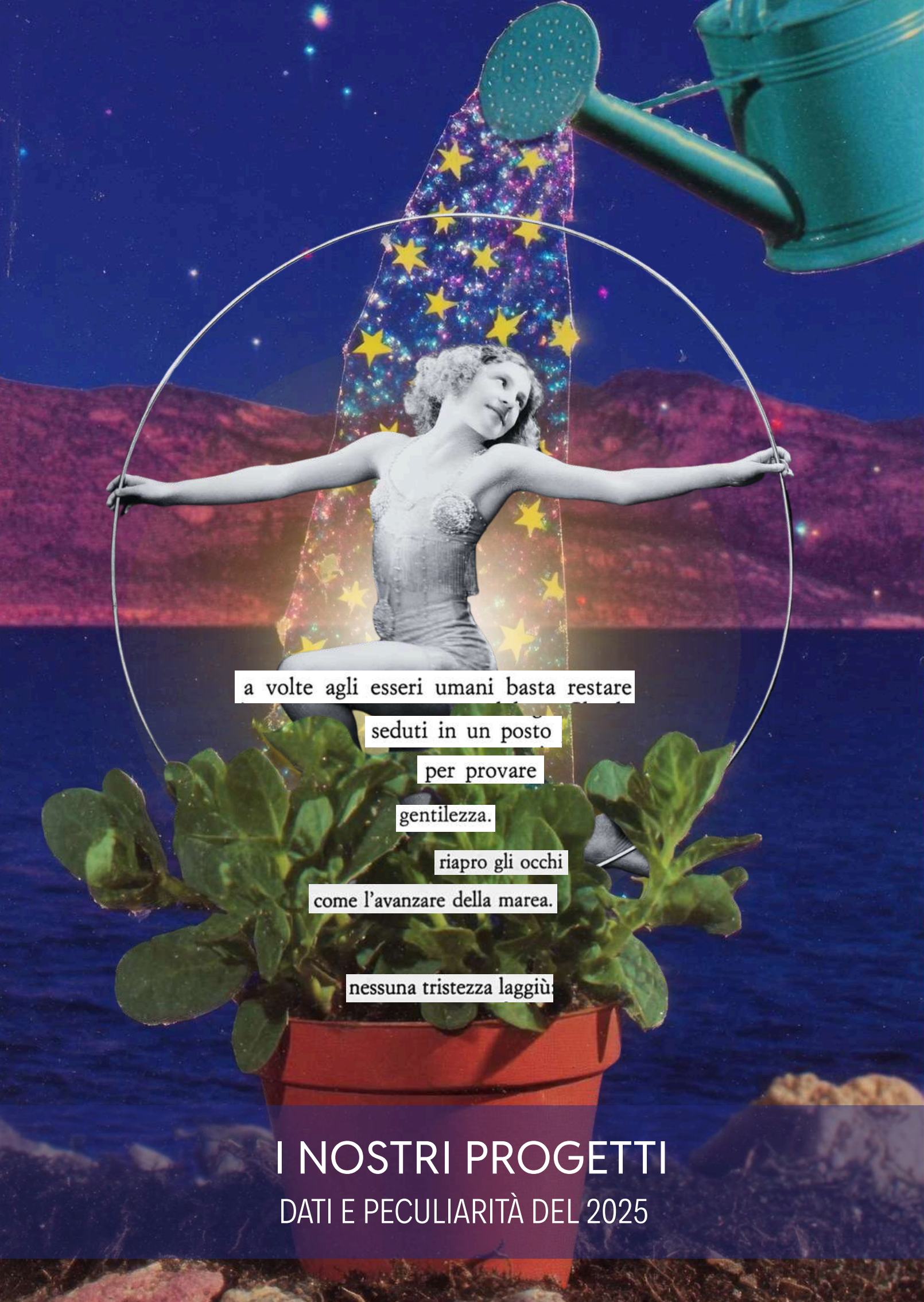
È stato inoltre sostenuto il Progetto di Invio alla Vita, che ha registrato un significativo aumento di richieste, sia per informazioni che per interventi di sensibilizzazione, su diversi territori della provincia.

Un altro importante risultato ottenuto grazie alle donazioni è stata la realizzazione della guida cartacea per la prevenzione del suicidio dal titolo: **“Non ce la faccio più – Informazioni sul tema del suicidio: per chi lo vive e per chi è accanto.”**

La guida è stata ristampata in 2.500 copie, ed è stata distribuita presso diversi servizi dell'APSS nella provincia di Trento, oltre che nelle scuole, all'Università, in farmacie, biblioteche, uffici comunali e anche alla stampa locale.

Tutto ciò è stato possibile grazie alla generosità e alla fiducia di chi ci sostiene. Ogni contributo ha avuto un impatto concreto e significativo sulle nostre attività. Continueremo a impegnarci con responsabilità per portare avanti la nostra missione.





a volte agli esseri umani basta restare

seduti in un posto

per provare

gentilezza.

riapro gli occhi

come l'avanzare della marea.

nessuna tristezza laggiù.

I NOSTRI PROGETTI
DATI E PECULIARITÀ DEL 2025



Gruppi

In linea con la tendenza riscontrata negli ultimi anni, il tema della depressione e della fatica di vivere continuano ad essere i bisogni espressi in modo prevalente dalle persone che si rivolgono all'Associazione per partecipare a un gruppo.

Le persone accolte rispetto a questo tema sono di età diverse; significativa è tuttavia la fascia rappresentata da giovani adulti (18-35), per i quali esistono già due gruppi a Trento ed è stato avviato, nel 2025, un nuovo gruppo a Rovereto. L'esperienza, nata grazie al progetto "So-stare nella comunità" finanziato e sostenuto dal Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali e dalla Provincia Autonoma di Trento, permette ai giovani di raccontarsi, ascoltarsi, mettere in comune esperienze e conoscenze, valorizzare le capacità di ciascuno.

La sofferenza mentale non colpisce solamente la persona, ma ha un forte impatto anche sui familiari. Grazie alla collaborazione con la cooperativa sociale Incontra e con il Centro di Salute mentale, ha preso avvio a Tione nel 2025 un gruppo dedicato, in risposta all'esigenza espressa da alcuni familiari di incontrarsi, con l'obiettivo di condividere fatiche e difficoltà, prendersi cura di sé e uscire dall'isolamento.

Altro tema prevalente portato dalle persone, trasversale a diverse condizioni di fragilità, è quello della solitudine. In un contesto sociale caratterizzato da legami di vicinato sempre più deboli e da uno scarso senso di appartenenza alla comunità, c'è bisogno di luoghi che offrano una risposta concreta al bisogno di relazione. In Associazione AMA questi luoghi sono gli spazi di incontro: nel 2025, il nuovo spazio dedicato alle conversazioni in francese è andato ad affiancare le esperienze già attive e sempre più partecipate.

Molte delle persone incontrate durante l'anno hanno portato nei colloqui l'esigenza di elaborare un lutto e sono state accolte nei quattro gruppi che affrontano questa tematica. L'attenzione a questo bisogno ha determinato la nostra partecipazione a una rete di realtà associative delle province di Trento e Bolzano, con la finalità di realizzare il festival "Mortali", all'interno della quale abbiamo realizzato a Rovereto la conferenza "Il lutto condiviso: testimonianze dai gruppi di Auto Mutuo Aiuto".

In continuità con gli ultimi anni, anche il 2025 ha visto un forte impegno sul tema dei caregiver, realtà che interroga sempre di più il mondo del sociale. Per rispondere alla necessità di supporto emotivo di chi assiste anziani in ambito familiare, all'interno del Progetto Cura Insieme, ha preso l'avvio a Primiero un gruppo per i familiari di persone con demenza, che si incontra a cadenza mensile, facilitato da una volontaria della zona.

La collaborazione con l'APSP Civica di Trento ha inoltre permesso l'attivazione di un nuovo gruppo per familiari che si prendono cura di persone anziane inserite nei servizi residenziali e semi residenziali (RSA, centro diurno, casa soggiorno,...), con l'obiettivo di dare e ricevere sostegno emotivo, scambiarsi informazioni e strategie, essere sostenuti nel momento dell'inserimento del proprio familiare in struttura.

L'attenzione della nostra Associazione ai temi legati alla promozione della salute e ai sani stili di vita si è concretizzata, nel 2025, in diverse proposte:

- la realizzazione di un gruppo per smettere di fumare a Trento e la collaborazione con il Centro Alcologia, Antifumo e alte fragilità di Tione per la realizzazione di un percorso di disassuefazione da fumo nelle Giudicarie;
- la valorizzazione delle camminate in città, già attive da tempo a cadenza settimanale, in due occasioni particolari: la Camminata con stile, con momenti di sosta in cui si è parlato di sani stili di vita attraverso spunti di riflessione offerti da un'esperta, e la passeggiata nei pressi del parco Melta di Gardolo in collaborazione con "Contrada Larga"- Kaleidoscopio, con l'obiettivo di favorire la conoscenza e la socializzazione tra partecipanti delle due realtà.

La creazione di gruppi e di spazi di aggregazione, fondamentali per contrastare l'isolamento e favorire relazioni autentiche, è resa possibile grazie all'impegno gratuito di numerosi volontari. Per la nostra organizzazione, è prioritario valorizzare il loro lavoro e farli sentire sostenuti. Per questo le operatrici hanno accompagnato l'attività di ogni volontario e volontaria attraverso colloqui o supporto telefonico, tramite la proposta di interviste periodiche, momenti formativi, occasioni di festa e socializzazione.

Oltre alla cura dei volontari che già collaboravano con noi, a marzo 2025 è stato proposto un corso di formazione a cui hanno partecipato 17 persone residenti in provincia di Trento disponibili a mettersi in gioco nell'ambito dell'auto mutuo aiuto e della relazione con persone in difficoltà. Inoltre nel corso dell'anno gli aspiranti volontari che intendono offrire il proprio servizio per la facilitazione dei nostri gruppi possono partecipare ad ulteriori proposte formative all'auto mutuo aiuto che vengono organizzati dall'Associazione aperte a livello nazionale.

Altra attività centrale per l'area Gruppi è la costante sensibilizzazione della comunità o di determinate categorie rispetto ad alcune tematiche di interesse. In alcuni casi anche i volontari o i partecipanti ai gruppi sono coinvolti per portare la loro testimonianza.

Evento importante, il 15 marzo, è stata la Giornata nazionale del Fiocchetto Lilla "Le voci della cura", a cui sono intervenute un'operatrice dell'Associazione, una facilitatrice e una partecipante, per raccontare l'esperienza del gruppo per genitori di ragazzi/e con disturbi del comportamento alimentare, una delle risorse del territorio che in integrazione con servizi e altre realtà contribuiscono a supportare ragazzi/e e famiglie.





All'interno della settimana dell'accoglienza, e grazie al bando "So-stare nella comunità", altro evento significativo rivolto alla comunità è stato l'incontro di lettura e laboratorio per bambini e genitori "Un mondo, tante storie" in collaborazione con la Biblioteca di Sopramonte. Si è parlato di accoglienza, tolleranza, condivisione attraverso la lettura di albi illustrati da parte delle volontarie del gruppo lettura, e si è svolto un laboratorio creativo che ha coinvolto bambini e genitori con il supporto delle volontarie del gruppo creatività.

Rispetto infine al lavoro di rete, essenziale in tutte le nostre attività, il 2025 ha visto in particolare il nostro coinvolgimento nella proposta di un "patto di collaborazione" tra diversi enti, privati cittadini, realtà associative della Circoscrizione San Giuseppe Santa Chiara, rispetto al "prendersi cura insieme" del Giardino ex Caserme Duca D'Aosta, per attivarsi concretamente per la sua valorizzazione, contribuendo alla sua riqualificazione e alla creazione di uno spazio accogliente e fruibile per la comunità.

Per il futuro riteniamo importante:

- continuare a sostenere gruppi e spazi esistenti e promuovere nuove esperienze di auto mutuo aiuto, per offrire alle persone occasioni di condivisione, supporto e contrasto alla solitudine;
- continuare a dedicare attenzione ai territori periferici, proponendo alle persone risorse utili al proprio benessere nei propri luoghi di vita, con ricadute positive per tutta la comunità;
- rafforzare le iniziative di accompagnamento ai volontari attivi e nuovi, anche attraverso nuove occasioni di formazione;
- continuare a valorizzare la collaborazione con enti pubblici e con altre realtà del territorio per offrire alle persone opportunità di aiuto efficaci e coordinate;
- trovare modalità efficaci per portare all'attenzione dei servizi e dei decisori politici le fragilità e difficoltà che accogliamo nell'incontro quotidiano con le persone;
- proseguire la collaborazione iniziata con altre realtà di auto mutuo aiuto italiane, attraverso la partecipazione a eventi promossi in altre regioni e il confronto su buone prassi e progetti in atto.



	nel 2024	nel 2025
NUOVE PERSONE COINVOLTE NELL'ANNO	151 	142* 
PARTECIPANTI TOTALI	510 	586 
NR. DI PRESENZE NEI GRUPPI/SPAZI DI INCONTRO	10.237	10.856**
NUMERO COLLOQUI	172	201***
NUOVI GRUPPI ATTIVATI	7	6
GRUPPI ATTIVI IN TOTALE	50	61

* Questo numero riguarda le persone che hanno avuto un contatto per la prima volta con l'Associazione AMA-area GRUPPI tramite un colloquio (136); di questi 18 colloqui rientrano nel progetto "So-stare nella comunità" e 7 nel progetto "Ponte Verde". A cui si aggiungono: 6 persone che hanno partecipato al percorso per smettere di fumare proposto nel mese di novembre. Non viene raccolto il dato delle nuove persone che hanno iniziato a partecipare ad uno degli spazi di incontro ad accesso libero o a nuovi gruppi avviati nell'anno senza effettuare il primo colloquio.

** il numero di presenze si riferisce a "quante volte" le persone hanno partecipato ai gruppi (e/o a spazi di incontro), si ricava quindi moltiplicando il numero dei partecipanti per il numero di incontri a cui erano presenti. Nella maggior parte dei casi si tratta di una stima, calcolata in base al numero "medio" di partecipanti ad ogni incontro.

***Questo numero si riferisce ai primi colloqui (136: accoglienza, orientamento al gruppo o ad altri servizi) e a colloqui di sostegno (n. 65).

ELENCO DEI GRUPPI E SPAZI DI INCONTRO ATTIVI NEL 2025

Nuovi gruppi attivati nel 2025

- Gruppo per i familiari di persone con demenza Primiero
- Gruppo per giovani adulti (18-35 anni) a Rovereto*
- Gruppo per familiari di persone con disagio psichico a Tione
- Gruppo per familiari che si prendono cura di persone anziane inserite nei servizi residenziali e semi residenziali a Trento
- Spazio di conversazione in francese
- Percorso Insieme per non fumare più a Trento
- Gruppo per genitori di ragazzi in ritiro sociale (terzo gruppo)
- Dimagrire insieme
- Donne con dolore pelvico cronico
- Detenuti presso il carcere di Trento
- Genitori di pre-adolescenti e adolescenti a Trento
- Amministratori di sostegno
- Camminata
- Spazio giochi da tavola ed enigmistica*
- Spazio creatività*
- Spazio creatività Sopramonte*
- Spazio lettura Sopramonte*
- Spazio lettura Trento
- Spazio Aperi-gioco per giovani a Trento
- Conosciamoci... in italiano
- Conversazioni in tedesco
- Conversazioni in spagnolo
- Conversazioni in inglese
- Spazio orto

Elenco dei gruppi e degli spazi di incontro proseguiti nel 2025

A Trento

- Depressione ed ansia (3 gruppi)
- Giovani adulti (2 gruppi)
- Gruppo per genitori di ragazzi in ritiro sociale (2 gruppi)
- Familiari di persone con disagio psichico
- Elaborazione del lutto
- Elaborazione del lutto per genitori che hanno perso un figlio
- Genitori che hanno perso un bambino in gravidanza, al parto o nei primi mesi di vita
- Genitori di ragazzi con disturbi del comportamento alimentare
- Genitori di bambini e ragazzi con disabilità
- Genitori di bambini e ragazzi non vedenti e ipovedenti
- Familiari, operatori e malati di sclerosi laterale amiotrofica (sla)
- Caregiver
- Persone over 65 anni
- Dipendenza affettiva
- Autostima

In Provincia

- Elaborazione del lutto - Cles
- Gruppo depressione/ansia a Pergine
- Gruppo perdite (lutto, depressione, separazione) – Rovereto*
- GPS - gruppi di promozione della salute e benessere - Canova
- Ricomincio da me – Soraga
- Gruppo per genitori di bambini e ragazzi disabili a Cavalese
- Non vedenti e ipovedenti
- Caregiver – Grigno, Cles, Pergine, Rovereto, online, Malè
- Amministratori di sostegno - Val di Non/Sole/Rotaliana/Fiemme/Fassa, Valsugana, Alto Garda/Vallagarina, Giudicarie
- Camminata Rovereto*

*Iniziative realizzate all'interno del bando "So-stare nella comunità"



Punto Famiglie

Nel quadro del “Sistema integrato di servizi, interventi e opportunità per bambini, giovani e famiglie” del Comune di Trento, entrato in vigore il 1° settembre 2023, l’associazione AMA è capofila del progetto “Agorà Famiglie” – interventi trasversali per e con le famiglie.

Dopo l’anno 2024 di messa a regime delle attività progettuali, il 2025 si è caratterizzato per lo sviluppo di processi di maggiore integrazione e sistematizzazione degli interventi, richiedendo attenzione particolare e conseguente orientamento di risorse alla collaborazione con altri Enti.

In particolare, si evidenzia che la comune cornice ha dato nuovo impulso a processi collaborativi attivi da molti anni, facendo maturare cambiamenti nel posizionamento reciproco e dando avvio a nuove esperienze. A titolo di esempio: alcuni spazi d’incontro sono portati avanti in collaborazione tra operatori di diverse realtà; operatori di una realtà “visitano” le attività di un’altra, per aumentare la reciproca conoscenza e la riflessività consapevole; la sede condivisa presso la Scuola d’infanzia S. Antonio ha richiesto riflessioni non solo organizzative, ma anche di senso del setting che si propone alle famiglie; Spazi per crescere si è arricchito di un nuovo incontro sul contatto condotto insieme da operatrici di Koinè e del Centro genitori Bambini; per momenti di festa o eventi aperti alla cittadinanza si collabora agilmente integrando le competenze e le disponibilità di ciascuna realtà; la comunicazione verso l’esterno è ragionata e condivisa, nell’ottica di una sempre maggiore integrazione... Questo processo non è semplice né scontato, richiede tanto tempo sia di pensiero che di confronto: siamo però consapevoli che è un lavoro che ci porta nella direzione auspicata dalle logiche di fondo del Sistema integrato.

Da gennaio 2025, a partire dai cambiamenti evidenziati, si è data nuova struttura alla Newsletter Intrecci, che è divenuta lo strumento di comunicazione non più solo della Rete Intrecci, ma dell’intera attività di Agorà Famiglie. Viene proposta una diversa declinazione della newsletter, organizzata per risultare più funzionale e più fruibile da parte delle famiglie e più in linea con le logiche della co-progettazione. I nuovi “contenitori” della newsletter – per attività anziché per realtà che le realizza – corrispondono a quelli scritti nel progetto Agorà Famiglie, con nomi meno “tecnici” e più comprensibili (es. Stare insieme, Fare insieme, Gruppi, Buone pratiche...).

Lo Spazio di ascolto ha registrato un lieve calo nel numero di accessi (260 colloqui e 89 persone nel 2025, rispetto ai 302 colloqui e 96 persone nel 2024). Tuttavia, l'introduzione del questionario di soddisfazione, somministrato per la prima volta nel 2025 alle persone che avevano usufruito del servizio, ha permesso di raccogliere elementi significativi sulla qualità dell'esperienza.

Il tasso di risposta (oltre un terzo dei destinatari) e, soprattutto, gli esiti evidenziano un livello molto elevato di soddisfazione sia rispetto agli aspetti organizzativi (accessibilità, tempi di attesa, disponibilità oraria), sia rispetto alla qualità della relazione e del percorso proposto. Tutti i rispondenti dichiarano un impatto positivo sul proprio benessere personale e relazionale. Le risposte aperte mettono in luce in particolare il valore dell'ascolto non giudicante, il rafforzamento dell'autoefficacia e dell'autostima, l'aumento della consapevolezza e l'acquisizione di nuovi strumenti per affrontare situazioni educative e relazionali complesse. Questi elementi confermano la piena coerenza del servizio con il mandato e la sua efficacia nel sostenere i percorsi individuali.

Anche la proposta "Spazi per crescere" ha registrato una diminuzione nel numero di famiglie coinvolte (74 famiglie in 24 incontri nel 2025 rispetto a 107 famiglie in 33 incontri nel 2024).

Gli esiti dei questionari restituiscono un quadro estremamente positivo: il 100% dei partecipanti dichiara di aver tratto spunti utili per la gestione della quotidianità con i figli; una quota significativa ha sperimentato a casa le attività proposte; la quasi totalità ha condiviso l'esperienza con altre famiglie, contribuendo alla diffusione dell'iniziativa; inoltre, una larga parte dei partecipanti ha avuto occasione di conoscere servizi e opportunità del territorio precedentemente non noti.

In questo contesto si colloca anche la realizzazione dell'opuscolo "Le cure che nutrono – appunti sulle buone pratiche per lo sviluppo dei bambini e delle bambine nei primi 1000 giorni", frutto del lavoro maturato negli anni all'interno del progetto. La pubblicazione rappresenta un importante strumento di consolidamento e diffusione dei contenuti, oltre che un elemento innovativo in grado di rafforzare la continuità dell'intervento.



L'opuscolo "Le cure che nutrono" è frutto del lavoro portato avanti dal 2023 attraverso Spazi per crescere, progetto di promozione delle buone pratiche per lo sviluppo nei primi 1000 giorni di vita: gioco, lettura, musica, contatto e uso consapevole delle tecnologie digitali in famiglia. L'opuscolo è stato curato da tre realtà di Trento, che da anni lavorano in rete per promuovere la genitorialità e il benessere familiare:

Punto Famiglie (Associazione A.M.A.)
Koinè (Cooperativa Sociale Progetto 92)
Centro genitori e bambini (Servizio Infanzia Comune di Trento)

Le altre proposte hanno confermato, e in alcuni casi ampliato, la partecipazione e il coinvolgimento delle famiglie. In particolare, gli spazi di incontro si caratterizzano per un andamento molto positivo e per una crescente capacità di intercettare bisogni diversificati, grazie a una programmazione articolata per fasce d'età, orari e sedi sul territorio. In questo quadro si inseriscono anche i picnic per famiglie, proposti nel periodo estivo come momenti informali di incontro e socializzazione in diversi parchi di Trento e dintorni.

L'iniziativa ha registrato una buona partecipazione complessiva, con circa 115 presenze stimate (58 adulti e 57 bambini), confermando l'interesse delle famiglie per proposte leggere, accessibili e a contatto con il territorio.

Si rafforza inoltre la collaborazione con il Servizio Infanzia del Comune di Trento, che nel 2025 e per parte del 2026 ha coinvolto il progetto in una progettualità articolata su due filoni. Il primo, "Smartphone & co – uso consapevole delle tecnologie digitali in famiglia", ha previsto la realizzazione di incontri mensili nei nidi comunali, estendendo una proposta già sperimentata all'interno di "Spazi per crescere".

Nel corso del 2025 sono stati realizzati 6 incontri, con la partecipazione di piccoli gruppi di adulti (genitori, nonni e personale educativo), favorendo spazi di confronto su un tema sempre più rilevante per la quotidianità familiare. Il secondo filone, "Bambini e genitori al Centro", ha previsto dialoghi tematici tra genitori con la facilitazione di professionisti dell'ambito educativo, sociale e sanitario.

In questo contesto, il progetto ha contribuito sia alla fase di programmazione sia alla realizzazione di uno degli incontri, dedicato al tema della relazione di coppia nel tempo dell'attesa e dopo la nascita di un figlio. Questa collaborazione rappresenta un ulteriore elemento di integrazione con i servizi territoriali e di qualificazione dell'offerta rivolta alle famiglie.

Il 2025 si distingue inoltre per la capacità di intercettare bisogni emergenti e tradurli in nuove proposte operative, attivate con flessibilità e tempestività. Tra queste si segnalano i nuovi spazi tematici, le attività laboratoriali e i gruppi di confronto, tra cui la riattivazione del gruppo di auto mutuo aiuto per genitori di adolescenti e l'introduzione di modalità innovative di facilitazione, con il coinvolgimento di volontari.

Particolarmente significativa è anche l'attenzione crescente al tema della paternità: le iniziative dedicate ai papà, sia in presenza dei figli sia come spazi autonomi, hanno registrato una partecipazione incoraggiante, evidenziando un cambiamento culturale in atto e la necessità di continuare a investire su questo ambito.

Si confermano inoltre esperienze consolidate e molto partecipate, come il gruppo nonni, e si evidenzia la capacità del progetto di generare nuove connessioni tra attività, servizi e destinatari, contribuendo a rafforzare il sistema territoriale nel suo complesso.

Infine, lo Sportello di Accompagnamento Pratiche si conferma come una risorsa strategica, capace di rispondere in modo efficace al crescente bisogno di supporto legato alla transizione digitale. L'elevato numero di richieste e il passaparola tra le famiglie testimoniano la rilevanza del servizio, che svolge anche una funzione importante di aggancio e orientamento verso altre opportunità del territorio.

Attraverso lo Sportello è inoltre possibile intercettare bisogni più ampi e farsi portavoce, in un'ottica di advocacy, delle difficoltà incontrate da molte famiglie nell'accesso ai servizi e nell'esercizio dei propri diritti.





Nel complesso, le evidenze quantitative e qualitative raccolte restituiscono un sistema di interventi solido ed efficace, capace di generare benessere, promuovere competenze educative e rafforzare le reti territoriali.

Permane l'esigenza di continuare a monitorare le dinamiche di partecipazione ad alcune specifiche proposte, al fine di comprenderne meglio l'andamento e orientare eventuali azioni di miglioramento.

Per il futuro riteniamo importante:

Gli obiettivi di miglioramento di Punto Famiglie rimangono collegati al processo di co-progettazione in atto:

- Implementare il progetto Agorà Famiglie in fase di riprogettazione per il triennio 2026-2029, portando avanti nel contempo la concreta attuazione delle attività;
- Procedere nell'integrazione in un unico quadro d'azione delle attività delle diverse realtà, per rispondere, in modo sempre più sistematico e coordinato, anche a problemi nuovi ed emergenti, dai primi anni di vita alla giovane età, e nelle relazioni familiari.

	nel 2024	nel 2025
N. PRESENZE IN SPAZI E GRUPPI	628 	1261 
N. COLLOQUI (SPAZIO DI ASCOLTO)	302 	260 
SPORTELLO DI SUPPORTO DIGITALE N. FAMIGLIE	92	119
SPORTELLO DI SUPPORTO DIGITALE N. APPUNTAMENTI	157	198





VIVO.CON

Nel corso del 2025 il progetto VIVO.CON ha proseguito con continuità le attività di informazione, promozione e orientamento rivolte alla cittadinanza, confermando il ruolo centrale dello sportello come primo punto di accesso al servizio.

L'attività si è svolta sia in presenza, attraverso appuntamenti settimanali, sia tramite reperibilità telefonica quotidiana, al fine di garantire maggiore flessibilità e accessibilità. Complessivamente sono stati registrati 123 nuovi contatti, provenienti da persone direttamente interessate a esperienze di coabitazione, ma anche da operatori, volontari, familiari e cittadini che si rivolgono al servizio per conto di terzi. Parallelamente, sono stati mantenuti momenti di confronto dedicati a gruppi di operatori di diversi enti, favorendo lo scambio su casi specifici e il rafforzamento della rete territoriale, anche oltre i confini provinciali.

Lo sportello si conferma non solo come luogo di informazione e orientamento, ma anche come primo spazio di ascolto e valutazione condivisa delle richieste. In questa fase emerge con evidenza la crescente difficoltà di accesso alla casa, che coinvolge non soltanto persone in condizione di fragilità, ma anche cittadini e famiglie con una situazione economica e lavorativa stabile. Il front office rappresenta inoltre un osservatorio privilegiato delle dinamiche sociali, offrendo spesso un primo contesto di riflessione e rielaborazione della domanda di aiuto, sia per i cittadini sia per alcuni operatori.

Accanto alle attività di sportello, il progetto ha promosso diverse iniziative di sensibilizzazione e formazione, tra cui incontri pubblici, serate informative, webinar e testimonianze all'interno di eventi territoriali. Tali momenti hanno contribuito a diffondere il modello della coabitazione solidale e dell'auto mutuo aiuto, rafforzando la consapevolezza sul tema e favorendo una partecipazione più ampia e informata.

Per quanto riguarda le attività legate alle coabitazioni, nel corso dell'anno sono state registrate 75 richieste di ospitalità (di cui 54 nuove) e 13 offerte (4 nuove), con una prevalenza di richieste da parte di uomini.

A seguito dei colloqui di accoglienza e valutazione, 36 persone sono state orientate verso altri servizi del territorio, a conferma della funzione dello sportello anche come nodo di raccordo della rete locale.

Sono state attivate 14 nuove coabitazioni, che si aggiungono a 4 già in essere dagli anni precedenti. Inoltre, sono stati realizzati 12 incontri di gruppo, per un totale di 180 presenze, che hanno favorito la costruzione di relazioni di supporto e l'emergere di fattori protettivi tipici dei percorsi di auto mutuo aiuto.

La varietà dei bisogni espressi dalle persone che si rivolgono al progetto rappresenta una costante e conferma la natura di VIVO.CON come servizio territoriale capace di accogliere e orientare situazioni eterogenee. Il processo di valutazione delle richieste si fonda su un'analisi qualitativa che tiene conto sia delle difficoltà sia delle risorse personali e relazionali, con particolare attenzione all'equilibrio tra fattori di rischio e fattori protettivi che possono influenzare l'esito delle coabitazioni.

In questo contesto, il modello VIVO.CON si distingue per la valorizzazione della dimensione relazionale e del sostegno reciproco tra cittadini. Le esperienze attivate nel 2025 evidenziano la flessibilità del modello, che si declina in coabitazioni tra persone con profili diversi – studenti, lavoratori, pensionati – contribuendo a promuovere forme di solidarietà concreta e di mutuo supporto. Nel complesso, il progetto si conferma un importante strumento di inclusione sociale e di risposta innovativa alle difficoltà abitative, nonché un elemento di rafforzamento della rete dei servizi territoriali.

Per il futuro riteniamo importante:

Nel 2026 abbiamo programmato di incrementare le occasioni di sensibilizzazione alla cittadinanza organizzando incontri formativi/informativi dedicati ad alcuni target

- Cittadini potenzialmente in grado di ospitare (over 65) e motivati ad un invecchiamento attivo: partecipanti Università del Tempo Libero, partecipanti ad attività culturale presso Circoli Anziani; gruppo volontari presso altre associazioni o parrocchie

- Operatori sociali, educativi e sanitari: aggiornamento reciproco delle risorse presenti sul territorio e delle specificità di ognuna.

Per il buon esito della campagna di promozione si farà una revisione degli strumenti di comunicazione disponibili per incentivare una maggior partecipazione al progetto.

Per quanto riguarda il lavoro di rete, si cercherà di incrementare le alleanze e collaborazioni con le realtà trentine e nazionali iniziate nel 2025.

Per i volontari e partecipanti del progetto abbiamo programmato tre laboratori motivazionali: uno per le persone che ospitano, uno per le persone che sono ospitate e uno per tutti i partecipanti del progetto.

di te non conoscevo niente

ma ho sentito di conoscerti

in qualche "dove"
che non ci è dato sapere

ero certo

di non aver mai incontrato

cosa più rara.

	nel 2024	nel 2025
NUMERO COABITAZIONI ATTIVATE NELL'ANNO	20 	18 
NUMERO DI MESI DI COABITAZIONE NELL'ANNO*	108,7	126,5
NUMERO RICHIESTE OSPITALITÀ	61 <small>di cui 32 nuove</small>	75 <small>di cui 53 nuove</small>
NUMERO OFFERTE OSPITALITÀ	21 <small>di cui 4 nuove</small>	13 <small>di cui 4 nuove</small>
PERSONE CHE HANNO RICEVUTO INFORMAZIONI	129	147
PRESENZE TOTALI AGLI INCONTRI DI GRUPPO	111	180
NUMERO COLLOQUI**	248	291 <small>di cui 52 primi colloqui</small>

* La durata della coabitazione viene definita all'interno dell'accordo di coabitazione e risponde contemporaneamente ai bisogni sia di chi ospita sia di chi viene ospitato, per queste caratteristiche vediamo la differenza dei mesi di coabitazione tra i due anni presi in considerazione

** I colloqui comprendono primi colloqui di conoscenza, abbinamento, accompagnamento personalizzato e monitoraggio delle coabitazioni; i partecipanti nel progetto ricevono quindi un sostegno e una supervisione costanti. In media si realizzano 8 colloqui per poter avviare una coabitazione. Anche con gli operatori dei servizi si realizzano colloqui dedicati a consulenza e accompagnamento di casi specifici



Azzardo: cura e prevenzione

Nel 2025 il numero di persone seguite dall'associazione AMA sul territorio della Provincia di Trento per problematiche legate al gioco d'azzardo è rimasto contenuto.

Tuttavia, nel comune di Trento si è registrato un costante aumento delle richieste di supporto, accompagnato da un progressivo abbassamento dell'età dei partecipanti ai gruppi.

Inoltre, al gioco in presenza si è affiancato quello online: la pandemia di COVID-19 ha ulteriormente accelerato questo fenomeno: durante i periodi di isolamento, molti giovani hanno cercato forme di intrattenimento alternative, trovando nel gioco online una facile via di evasione. Negli ultimi anni si è assistito a un significativo aumento del gioco d'azzardo online tra i giovani in Italia, un fenomeno che solleva preoccupazioni sia dal punto di vista sociale che psicologico. Questo incremento è legato a diversi fattori, tra cui la diffusione capillare di smartphone e connessioni Internet sempre più veloci, che rendono l'accesso alle piattaforme di gioco semplice, immediato e spesso poco controllato. Uno degli elementi principali è proprio la facilità di accesso: i giovani possono giocare in qualsiasi momento e luogo, senza dover entrare fisicamente in una sala scommesse. Inoltre, molte piattaforme utilizzano strategie di marketing aggressive, come bonus di benvenuto, promozioni e pubblicità sui social media, che risultano particolarmente attraenti per un pubblico giovane e spesso inesperto. Un altro fattore determinante è la percezione distorta del rischio. Il gioco online viene spesso visto come un'attività ludica e innocua, simile a un videogioco, soprattutto quando è accompagnato da grafiche accattivanti e dinamiche rapide.

Sul piano dei singoli individui e famiglie, anche nel 2025 il progetto si è svolto come negli anni precedenti: si accoglie la domanda di aiuto, sia dei giocatori che dei familiari, attraverso colloqui informativi e/o motivazionali e si provvede, ove necessario, a fornire colloqui di sostegno psicologici. Poiché lo strumento principale è il gruppo di auto mutuo aiuto, un compito fondamentale degli operatori è quello di favorire l'inserimento delle persone all'interno del gruppo di auto mutuo aiuto idoneo (vicino all'abitazione o al lavoro).

Allo stesso tempo, gli operatori lavorano per consolidare i gruppi di auto mutuo aiuto già presenti sul territorio, crearne di nuovi dove necessario e supportare quelli già attivi.

I gruppi di auto mutuo aiuto per giocatori d'azzardo e i loro familiari rappresentano uno spazio fondamentale di accoglienza, condivisione e cambiamento.

In questo contesto, il ruolo dei volontari e degli esperti per esperienza è essenziale. I volontari contribuiscono a creare un ambiente sicuro e organizzato, favorendo l'ascolto e il rispetto reciproco tra i partecipanti. La loro presenza costante aiuta a mantenere il gruppo attivo e accessibile a chi cerca supporto.

Volontari ed esperti per esperienza creano una rete di sostegno che valorizza sia le competenze organizzative sia la forza della condivisione, rendendo i gruppi di auto mutuo aiuto uno strumento efficace nel percorso di recupero: sono punti di riferimento.

Rispetto a questo punto, va sottolineato un aspetto fondamentale nei gruppi relativi all'azzardo, cioè la presenza nei gruppi di due facilitatori, che conducono assieme il gruppo, supportandosi e portando sguardi diversi. Gli operatori garantiscono momenti di confronto e supervisione dei facilitatori, con incontri individuali e/o di gruppo.

L'altro obiettivo centrale della linea progettuale è la strutturazione di momenti di informazione, formazione e sensibilizzazione inerenti al gioco d'azzardo rivolti alla cittadinanza e al confronto con enti/associazioni/categorie professionali che hanno a che fare con persone colpite dal problema dell'azzardo.

Nel 2025 in particolare sono stati condotti una serie di incontri di formazione/allineamento per gli operatori dell'APSS (oggi ASUIT) presso il SerD (Servizio Dipendenze) di Trento, per condividere buone pratiche sulla modalità di gestione di gruppi di supporto per persone in difficoltà, in specifico riguardo alle dipendenze.

Non per ultimo, il grande lavoro fatto in sinergia con l'U.O. Dipendenze e Casa di Giano in vista del programma semi-residenziale RE-START.

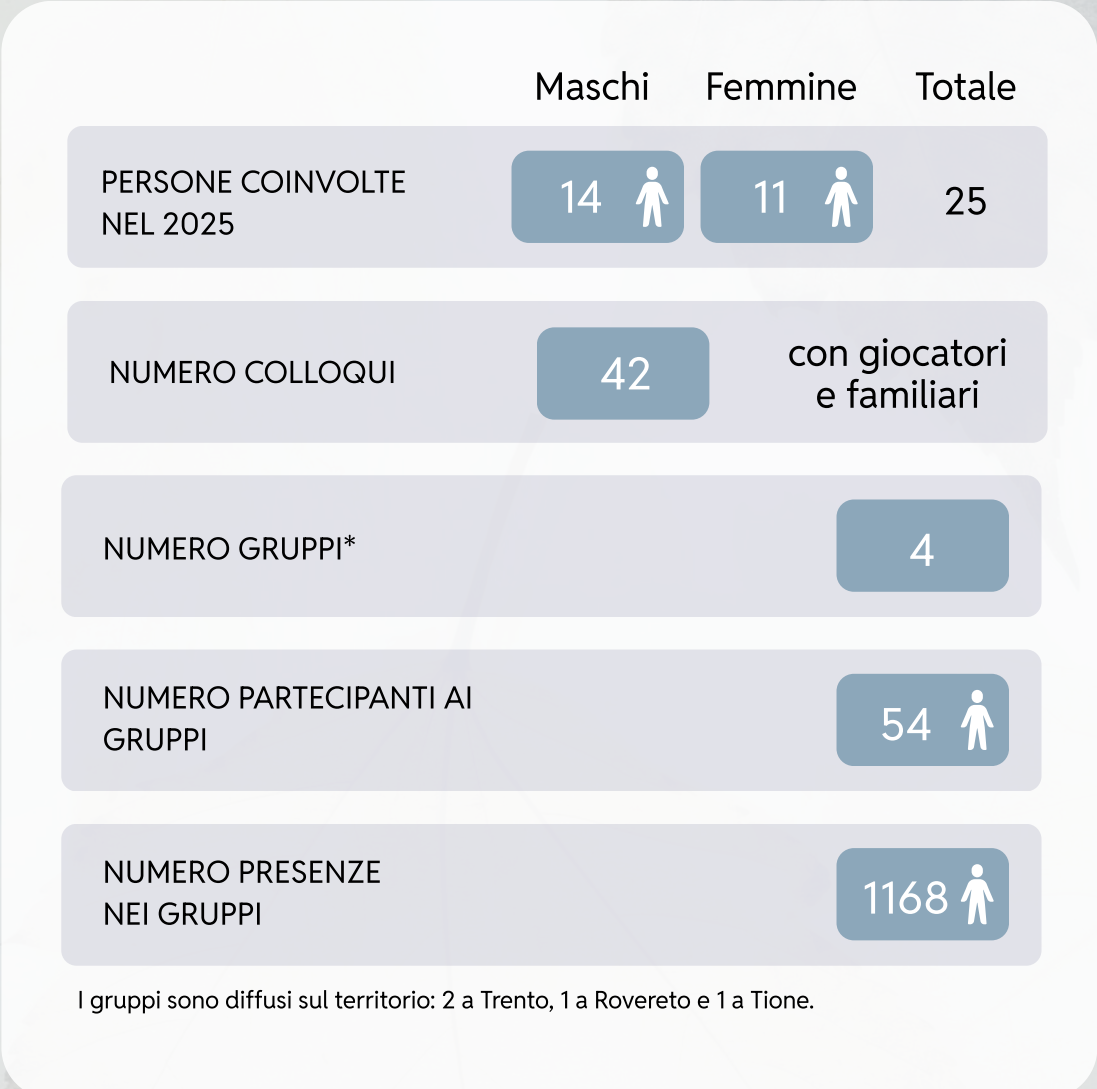
Inoltre, all'interno del Marchio Family è stata svolta una serata di sensibilizzazione sul gioco d'azzardo nel Comune di Calliano e vari momenti di informazione, sensibilizzazione e formazione sono stati offerti sia a livello locale che nazionale su varie tematiche, tra cui gambling (azzardo) e gaming (videogiochi).

Abbiamo partecipato anche quest'anno all'evento di Brenta Rock, nel quale abbiamo portato la nostra attività di informazione e prevenzione sul tema azzardo a oltre 100 partecipanti.

Per il futuro riteniamo importante:

- Fornire momenti di formazione rivolta ai facilitatori su temi quali: scommesse sportive, poker online, trading sportivo (dal punto di vista matematico);
- Sensibilizzazione e informazione rivolte ai rappresentanti politici locali;
- Chiusura prima edizione e inizio seconda edizione progetto RE-Start;
- Formazione/convegno sul tema del gaming disorder;
- continuare nella formazione attraverso seminari e incontri di rete;
- aumentare il lavoro di rete con i servizi del territorio.







Invito alla Vita

Nel corso del 2025 il progetto Invito alla Vita ha proseguito il proprio impegno nella prevenzione del suicidio, partendo dal presupposto che si tratti di una tematica che riguarda l'intera comunità e rispetto alla quale ogni cittadino può svolgere un ruolo attivo.

In questa prospettiva, il lavoro di rete si conferma elemento imprescindibile e fondante dell'intervento, permettendo di ampliare la diffusione delle informazioni e promuovere una cultura condivisa della prevenzione.

Anche nel 2025 la rete si è ulteriormente consolidata e ampliata, coinvolgendo numerosi Enti locali e realtà del territorio che hanno contribuito alla progettazione e realizzazione di azioni mirate. Il modello organizzativo si è articolato su due livelli di coordinamento: il Tavolo Operativo dell'Area Salute Mentale, con funzione tecnico-operativa, e il Tavolo di Coordinamento Provinciale, che riunisce una pluralità di soggetti istituzionali e del privato sociale. A queste collaborazioni si sono affiancati importanti scambi con reti extra-provinciali, tra cui il Tavolo per la prevenzione dei gesti suicidari di Treviso e la rete dell'Alto Adige, estesa nel 2025 anche alla Valle d'Aosta, con la realizzazione di un evento formativo congiunto a Bolzano.

Il progetto ha inoltre rafforzato le sinergie con realtà locali, tra cui il progetto "Restiamo insieme" in Val di Sole, diverse Comunità di Valle e Comuni, istituti scolastici, associazioni di volontariato e categorie professionali, contribuendo alla nascita di iniziative territoriali dedicate. In questo senso, il lavoro di rete si configura sempre più come un processo generativo, capace di attivare nuove progettualità a partire dalle sollecitazioni dei territori stessi. Parallelamente, è proseguita la collaborazione con il sistema sanitario e con il mondo della scuola, anche attraverso la definizione di proposte formative rivolte a insegnanti e dirigenti.

Un ruolo centrale è stato svolto dalle attività di sensibilizzazione, che hanno permesso di raggiungere un pubblico ampio e diversificato. Nel corso dell'anno il tema del suicidio è stato affrontato in numerosi contesti – teatri, biblioteche, cinema, sale pubbliche, spazi virtuali e contesti giovanili – contribuendo a contrastare i tabù e favorire una comunicazione corretta e consapevole.

Particolarmente significativa è stata la partecipazione della cittadinanza a eventi diffusi sul territorio, tra cui il Festival Lunatici, le serate cinematografiche e gli incontri pubblici. Grande impatto ha avuto anche la Giornata Mondiale per la prevenzione del suicidio, in occasione della quale l'iniziativa "Oltre il silenzio" e l'illuminazione simbolica di numerosi monumenti provinciali hanno reso visibile il tema a migliaia di cittadini, trasformandolo in un momento collettivo di riflessione.

Tra le azioni più rilevanti si segnala l'indagine realizzata in collaborazione con il Liceo F. Filzi di Rovereto, che ha coinvolto 342 studenti e ha consentito di raccogliere dati utili per orientare in modo più mirato gli interventi nelle scuole. A partire dall'anno scolastico 2025-2026 sono stati infatti avviati nuovi percorsi in istituti scolastici di Rovereto e Mezzolombardo, anche grazie al sostegno delle amministrazioni locali.

La diffusione dell'opuscolo "Non ce la faccio più" ha rappresentato un ulteriore strumento di sensibilizzazione e supporto concreto: nel 2025 si sono registrate oltre 2.200 visualizzazioni online e sono state stampate 2.500 nuove copie, oltre a una ristampa dedicata al territorio della Val di Sole, arricchita con informazioni sui servizi locali. A queste azioni si sono aggiunte numerose interviste televisive, radiofoniche e articoli di stampa, che hanno contribuito ad ampliare ulteriormente la platea dei destinatari.

Un contributo fondamentale al progetto è garantito dai volontari, impegnati principalmente nella gestione della linea telefonica e nella facilitazione dei gruppi di auto mutuo aiuto per persone sopravvissute al suicidio di un proprio caro.

Nel 2025 si è registrato un forte interesse verso il volontariato, con 67 candidature raccolte e l'inserimento di 16 nuovi volontari a seguito di un percorso di selezione e formazione.

Questo ha permesso di rafforzare la copertura della linea telefonica, attiva tutti i giorni dell'anno dalle 7:00 all'1:00, offrendo uno spazio di ascolto empatico e non giudicante. L'attività dei volontari è stata accompagnata da momenti formativi specifici, supervisioni periodiche e dalla realizzazione di strumenti operativi, come un nuovo vademecum a supporto del servizio.

Nel complesso, il 2025 si caratterizza per una crescente capacità del progetto di “abitare” contesti diversi, intercettando bisogni e sensibilità emergenti e adattando le proprie azioni ai diversi territori.

La forza del progetto risiede nella sua natura relazionale e partecipativa, che consente di coinvolgere un numero sempre maggiore di attori e di diffondere una cultura della prevenzione fondata sull’ascolto, sulla responsabilità condivisa e sulla possibilità concreta di chiedere e offrire aiuto.

Per il futuro riteniamo importante:

Per il 2026 il progetto sarà orientato al consolidamento e allo sviluppo delle azioni avviate, con l’obiettivo di rendere la promozione della salute mentale sempre più strutturale negli interventi educativi e sociali.

Particolare attenzione sarà rivolta al contesto scolastico, attraverso il rafforzamento di percorsi formativi e spazi di confronto destinati a studenti, insegnanti e genitori, con l’intento di trasformare le esperienze sperimentali in programmi integrati e diffusi su più territori.

Proseguirà l’impegno sulle azioni centrali del progetto: la promozione della linea telefonica di ascolto e il potenziamento della formazione e del supporto ai volontari, con percorsi sempre più rispondenti ai bisogni emergenti. Continuerà inoltre la valorizzazione dei gruppi di auto mutuo aiuto, mantenendo anche la modalità online per favorire l’accessibilità.

Saranno sviluppate nuove iniziative di sensibilizzazione e formazione, con particolare attenzione agli operatori del Terzo Settore che lavorano con minori e famiglie. Un ambito di sviluppo rilevante riguarderà il coinvolgimento attivo dei giovani, anche attraverso la realizzazione di materiali informativi co-progettati con gli studenti.

Infine, sarà centrale il rafforzamento delle reti territoriali e delle collaborazioni, sia a livello locale sia nazionale, per promuovere azioni condivise e momenti formativi comuni, con l’obiettivo di rendere gli interventi sempre più coordinati ed efficaci.

NUMERO TELEFONATE
RICEVUTE NEL 2025

circa
4.000

*il dato non è confrontabile
con i valori degli anni precedenti
perché dal 2025 è stata modificata
la modalità di rendicontazione delle
chiamate perse.

nel 2024

nel 2025

Colloqui

24 

17 

NUMERO
PARTECIPANTI AL GRUPPO
SOPRAVVISSUTI

13 

12 

ATTIVITÀ DI SENSIBILIZZAZIONE

Articoli pubblicati su giornali
locali e web e interviste alle
operatrici o a componenti del
Tavolo di lavoro su TV e radio
locali

51

41



lo so che è faticoso
vivere

Lascia che il tempo scivoli via
che la paura passi altrove.

Ascolta.

C'è un temporale bellissimo,

nel tuo cuore.



TRA-di-NOI Youngle Trento

Nel corso nel 2025 la chat è stata attiva tre volte a settimana (il lunedì, il mercoledì e il venerdì sera) con un aumento di percentuale di utenti scriventi nei mesi di maggio, ottobre e novembre.

Quest'anno si è osservato come nessun utente abbia dichiarato il proprio sesso, gli interessi/hobby, le ore passate al computer e il social network preferito, essendo richieste facoltative e non obbligatorie per l'accesso. Questo ci fa pensare come ci sia bisogno di comunicare immediatamente con il volontario, bypassando le domande iniziali che vengono suggerite dal sistema appena si accede alla Web App.

Le tematiche emerse durante questo anno sono state (dalle più alle meno frequenti):

- Salute mentale (ansia, depressione, autolesionismo, problemi alimentari quali anoressia e bulimia)
- Racconti della propria giornata/settimana
- Informazioni sul funzionamento della chat (a volte le persone scrivono per curiosità, per capire chi c'è dell'altra parte dello schermo, ma anche per assicurarsi che il servizio sia totalmente anonimo)
- Relazioni d'amore (relazioni concluse, tossiche, paura di sentirsi giudicati)
- Problemi familiari (conflitti ed incomprensione con i genitori)
- Fatica a stringere delle amicizie (paura del giudizio, paura di mettersi in relazione con l'altro)
- Solitudine e bisogno di parlare con qualcuno
- Gestione emozioni (fatica a gestire emozioni, rabbia, frustrazione, insicurezza, non sentirsi protagonisti della propria vita)
- Suicidio (pensieri suicidari)
- Richiesta informazioni sui servizi del territorio

Partecipare al progetto permette ai volontari di vivere un percorso di crescita personale unico. Confrontandosi con le storie degli utenti, sviluppano una profonda capacità di ascolto di sé; allo stesso tempo, sentirsi utili verso i propri coetanei potenzia l'autonomia e la sicurezza nel gestire situazioni complesse.

Inoltre, sviluppano anche le loro competenze relazionali attraverso il confronto in gruppo nei momenti di supervisione e intervizione, con il supporto delle operatrici del progetto. Sono loro a portare il proprio vissuto nelle supervisioni e quindi a costruire il clima relazionale che permette di vivere con pienezza il loro impegno.

Il progetto Tra-di-Noi ha incontrato in diverse occasioni molti studenti degli Istituti Superiori, per presentare l'opportunità della chat di ascolto (*):

- Istituto Martino Martini. Laboratorio “Paura del futuro”, con 30 studenti delle classi quarte superiori (febbraio 2025)
- Consulta degli studenti (progetto Link). Incontro con 20 rappresentanti della Consulta degli Studenti di tutti gli istituti Superiori del Comune di Trento, in collaborazione con le Politiche Giovanili del Comune di Trento, presso l'Istituto Pavoniano Artigianelli (aprile 2025);
- Politiche Giovanili del Comune di Trento e CSV, per partecipare alla “Fiera delle idee e delle Opportunità” e spiegare il progetto TRA-di-NOI: 360 studenti dell'ITT Buonarroti di Trento (maggio 2025); 170 studenti del Liceo L. Da Vinci di Trento (ottobre 2025); 100 studenti del Liceo G. Galilei di Trento (novembre 2025); 60 rappresentanti degli Istituti superiori della città di Trento (novembre 2025);

* alcune delle proposte vengono realizzate anche grazie al supporto economico delle realtà ospitanti.

Tra gli obiettivi del progetto ci sono anche quelli di sensibilizzazione e informazione. Durante l'anno 2025 si sono svolti diversi incontri con:

- Farmacia Comunale (via V. Veneto a Trento), incontro per raccontare il progetto e l'opportunità di ascolto della chat e per fornire materiale cartaceo promozionale (febbraio 2025);

- IPRASE di Trento, per una formazione assieme al progetto Invito alla Vita (Associazione A.M.A.) dal tema “Prevenzione del suicidio...parliamone”. È stata presentata la chat di ascolto come opportunità rivolta ai giovani, a 80 docenti e dirigenti della Scuola Primaria e Secondaria di Primo e Secondo Grado (aprile 2025);
- Dienststelle für Selbsthilfegruppen - Servizio per i gruppi di auto aiuto. Partecipazione al convegno “Parlare aiuta: Auto aiuto Next Gen” a Merano. Intervento a circa 50 persone alla Tavola Rotonda assieme ad altre realtà altoatesine che lavorano con e per i giovani, portando la chat come strumento di supporto rivolto ai giovani (maggio 2025);
- Youngle Udine incontro online per un confronto sulle prassi da noi adottate nella ricerca dei volontari e nella gestione del progetto TRA-di-NOI Youngle Trento (giugno 2025);
- Jugenddienst di Bolzano, incontro su richiesta degli operatori per dare maggiori informazioni in merito al progetto TRA-di-NOI Youngle Trento: come si è costituito, gestione, formazione dei volontari, ruoli, (luglio 2025)
- Provincia Autonoma di Trento, partecipazione alla Tavola Rotonda del Convegno “Voci che contano” per raccontare il nostro progetto di ascolto rivolto ai giovani (novembre 2025)

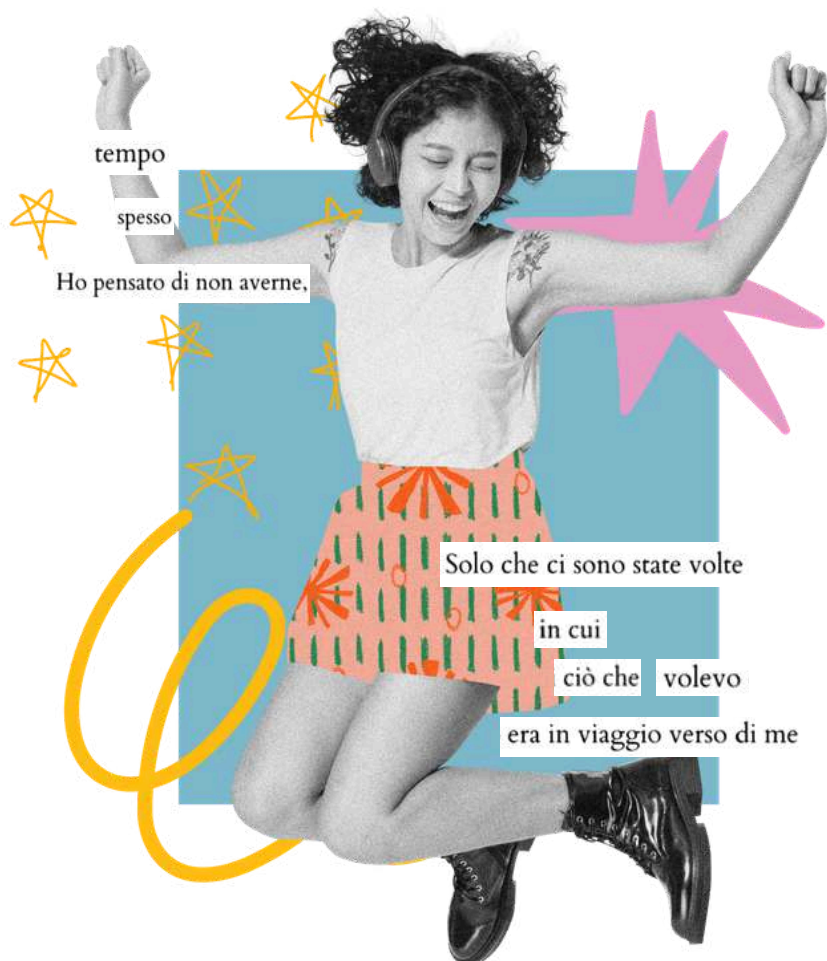
Le cartoline e le locandine con il Qr code che rimanda alla chat di ascolto sono ancora lo strumento efficace ed agibile per divulgare il progetto nelle scuole. In alcune occasioni sono state inviate agli stessi rappresentanti di Istituto, su loro richiesta, per poterle stampare e appenderle nelle bacheche delle scuole.

Per il futuro riteniamo importante:

TRA-di-NOI si conferma un progetto dinamico, capace di rispondere alla crescente domanda proveniente dal territorio. Considerata la centralità dei giovani come soggetti prioritari per la prevenzione, appare necessario incrementare gli investimenti in azioni di supporto peer to peer. L'obiettivo è consolidare risposte efficaci sia per la quotidianità che per l'emergenza di disagi specifici, rafforzando la sinergia con la rete dei servizi locali. Tra gli obiettivi futuri emerge la volontà di potenziare l'offerta formativa scolastica, progettando laboratori specifici basati sui bisogni e tematiche che sentono vicine gli studenti.

Per quanto riguarda i volontari, l'obiettivo è sistematizzare l'incontro di supervisione mensile, inteso come spazio essenziale di confronto. Tale momento permetterà di elaborare i contenuti emersi nelle chat e di monitorare l'impatto delle conversazioni sul loro benessere emotivo. Parallelamente, si intende incentivare il protagonismo dei volontari attraverso canali comunicativi alternativi — come dirette online— e un evento pubblico, affinché possano vivere il progetto in modo più partecipativo.

Verrà riproposto il corso volontari per permettere raggiungere un numero di volontari funzionale al progetto.





NUOVE PERSONE
CHE SI SONO
RIVOLTE ALLA
CHAT

nel 2024



nel 2025



ETÀ (14-37 ANNI)

N. conversazioni online di
sostegno sulla web app Youngle

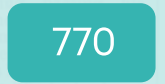
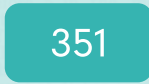
nel 2024



nel 2025



N. giovani coinvolti con iniziative
nelle scuole e università



N. colloqui di valutazione per
entrata di nuovi volontari



Abbiamo bisogno di parole

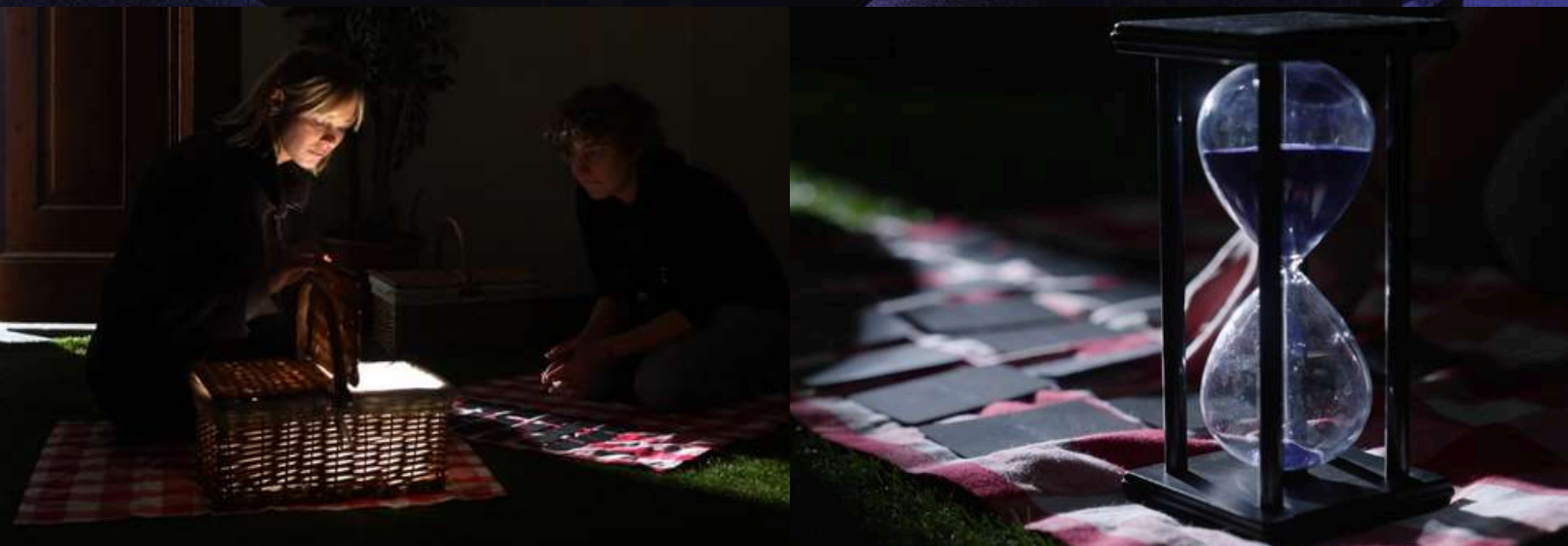
che aprono mondi e spazi.

che creino legami.

che ci aiutino a immaginare



Lunatici



Autunno 2026
Rovereto

Lunatici, ideato dall'Associazione AMA di Trento e co-organizzato con Fondazione Caritro, nasce per sensibilizzare sul tema della salute mentale e torna nell'autunno 2026 con una nuova tappa: Rovereto.

Dopo la precedente edizione a Lavis, l'escape room educativa ambientata in un mondo onirico e surreale è pronta ad accogliere nuovi partecipanti, offrendo un'esperienza immersiva fatta di enigmi, narrazione e spunti di riflessione.

Attraverso il gioco e il coinvolgimento diretto, Lunatici continua a promuovere consapevolezza, dialogo e attenzione verso il benessere psicologico, rivolgendosi a giovani dai 14 anni in su, studenti, famiglie, insegnanti e a tutta la comunità.

Per non perdere aggiornamenti su date, iscrizioni e novità, segui i nostri canali social e visita il sito ufficiale di Lunatici.

Scopri di più su lunaticiescaperoom.com o inquadra il Qr Code



Le risorse scaricabili di Associazione A.M.A.

In questa pagina puoi trovare una raccolta di materiali scaricabili gratuitamente, realizzati dall'Associazione A.M.A. su diverse tematiche.

I contenuti sono elaborati da professionisti e collaboratori dell'associazione, con l'obiettivo di offrire strumenti pratici, affidabili e sempre aggiornati.



Opuscolo informativo
sul tema del suicidio



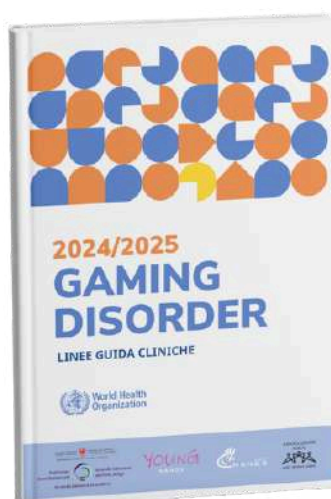
Ritiri sociali.
Piccola guida per genitori



Coabitare.
Piccoli consigli
per vivere meglio insieme



Le cure che nutrono:
buone pratiche per lo
sviluppo dei bambini



Gaming disorder.
Linee guida cliniche



Inquadra il Qr Code
e scarica le risorse
gratuitamente

Insieme è meglio



DESTINA IL TUO 5X1000 - C.F. 96040990226

Con il tuo 5x1000

- sostieni gruppi di auto mutuo aiuto dedicati ad oltre 30 tematiche differenti
- garantisci spazi accoglienti dove sentirsi meno soli/e
- promuovi iniziative di sensibilizzazione e formazione
- supporti progetti concreti che fanno bene alle persone e alla comunità

Firma nel riquadro "Sostegno del volontariato"

Codice fiscale: 96040990226

Non ti costa nulla, ma per noi fa una grande differenza.



A un certo punto si cambia
ritmo.



Si comincia a vivere

con **Meno rumore.**

Associazione A.M.A. Auto Mutuo Aiuto Odv
Via Taramelli, 17 - Trento
0461 239640
info@automutuoaiuto.it
www.automutuoaiuto.it

 @associazione ama

 @associazioneama_trento

 associazione a.m.a.