



Associazione A.M.A.
Auto Mutuo Aiuto Odv



Offerta formativa 2026-2027

L'Associazione AMA

è un'organizzazione di
volontariato di Trento

La finalità principale dell'Associazione AMA è la promozione del benessere e della salute attraverso l'attivazione di gruppi di auto mutuo aiuto e di altre iniziative di mutualità

A CHI CI RIVOLGIAMO

Le iniziative e i progetti dell'Associazione si rivolgono a persone adulte, giovani, famiglie, che vivono una fase di vita difficile e cercano ascolto, sostegno e condivisione.

I progetti sono diversi, perché diverse sono le persone, le loro storie, le loro esigenze, ma l'obiettivo comune è che ognuno possa migliorare la qualità della propria vita attraverso l'incontro e la relazione con altri.



I nostri progetti

obiettivi



Promuovere la salute e il benessere psico-fisico e sociale attraverso progetti specifici rivolti al singolo o alla comunità

Promuovere e sostenere i gruppi ama nei diversi ambiti sul territorio provinciale

Formare volontari e operatori sociali e sanitari all'auto mutuo aiuto

Sensibilizzare la cittadinanza su diverse tematiche in particolare rispetto ai bisogni emergenti

Dal 1995 ci occupiamo di formazione



Nel 1995 nasce l'Associazione AMA di Trento, la prima “associazione ombrello” in Italia, che diventa punto di riferimento per chi, in altre regioni, è interessato alla promozione di gruppi ama

L'Associazione inizia da subito a proporre **corsi base di formazione sull'auto mutuo aiuto**.

Mano a mano che si diffondono in Trentino gruppi con tematiche diverse, si diversificano anche le proposte formative, con **approfondimenti in vari ambiti**: auto mutuo aiuto e salute mentale/elaborazione del lutto/dipendenza affettiva/ gioco d'azzardo/coabitazioni. Sempre su questi temi vengono ospitati e organizzati a Trento anche **Convegni nazionali**.

Oltre che in provincia di Trento, l'Associazione AMA è **invitata in tutta Italia** per formare gruppi di operatori socio-sanitari, utenti, familiari, volontari di associazioni o di servizi pubblici.

Negli anni più recenti l'offerta formativa si allarga anche a **nuovi temi emergenti**, quali ritiro sociale e nuove tecnologie.

L'ASSOCIAZIONE HA REALIZZATO CORSI
PER ENTI PUBBLICI (COMUNI, PROVINCE,
REGIONI, AZIENDE SANITARIE), ENTI DI
PRIVATO SOCIALE/TERZO SETTORE E
ORDINI PROFESSIONALI



esperienza



IN ITALIA

- Ancona
- Ascoli Piceno
- Bari
- Bergamo
- Bologna
- Bolzano
- Brescia
- Cremona
- Cuneo
- Fabriano
- Feltre
- Merano
- Milano
- Mirano
- Mondovì
- Novara
- Padova
- Pavia
- Pescara
- Pinerolo
- Pisa
- Rieti
- Roma
- Rozzano
- Salerno
- Sanluri
- Savona
- Trento
- Varese
- Venezia
- Vicenza



ALL'ESTERO

Kosovo
ex-Yugoslavia

Auto mutuo aiuto

Corso base

Il percorso formativo prevede un approfondimento della metodologia dell'auto mutuo aiuto, del ruolo del facilitatore e dell'iter per l'attivazione dei gruppi sul territorio.

Il corso è orientato a stimolare la partecipazione attiva dei corsisti, lo scambio delle esperienze, la nascita di iniziative concrete.

Vi è la possibilità di approfondimento sulle seguenti tematiche: gioco d'azzardo, ritiro sociale.

DESTINATARI

operatori sociali e sanitari, volontari, cittadini

N. PERSONE

min 15 persone

DOVE

online - Trento e provincia - Italia

**DURATA DEL
CORSO**

7 ore

Smartphone & Co

Uso consapevole delle tecnologie digitali in famiglia

Il laboratorio ha la finalità di sensibilizzare genitori ed educatori di bambini da 0 a 6 anni ad un uso corretto e consapevole delle tecnologie digitali, promuovendo al contempo le "buone pratiche" di cura ed educazione che, secondo evidenze scientifiche, favoriscono lo sviluppo e il benessere dei piccoli.

DESTINATARI

educatori della prima infanzia, insegnanti, genitori, nonni, babysitter

N. PERSONE

min 6 - max 15 persone

DOVE

Trento e provincia

DURATA DEL CORSO

2 ore

Conversazioni educative

Affrontare insieme le sfide della genitorialità

Momenti di confronto e riflessione su tematiche educative e familiari:

- La relazione genitori-figli
- La relazione di coppia
- Le sfide della paternità oggi
- Le famiglie nella società complessa

Le tematiche saranno affrontate secondo l'età dei bambini/ragazzi (0-3; 3-6; 6-10, 10+ anni).

DESTINATARI

genitori, nonni, altre figure educative

N. PERSONE

min 6 - max 15 persone

DOVE

Trento e provincia

DURATA DEL CORSO

2 ore

Auto mutuo aiuto abitativo

Analisi e co-costruzione di progetti

Il laboratorio prevede lavoro di gruppo teorico-pratico sull'implementazione di esperienze di abitare condiviso. Ha l'obiettivo di diffondere una cultura dell'abitare collaborativo temporaneo all'interno del sistema di welfare, sostenendo la diffusione di opportunità abitative economicamente accessibili e fondate sul principio del mutuo aiuto.

DESTINATARI

operatori sociali e sanitari, figure professionali tecniche (architetti, urbanisti, amministratori etc.)

N. PERSONE

min 5 persone

DOVE

online - Trento e provincia - Italia

**DURATA DEL
CORSO**

7 ore

Consulenza

Accompagnamento su progetti e/o situazioni specifiche

Attività di accompagnamento e supervisione a realtà pubbliche o private che hanno in atto progetti o programmi di coabitazione.

La consulenza/supervisione permette un'esperienza di apprendimento e di condivisione della propria esperienza lavorativa, cercando di migliorare la qualità del proprio operato a diversi livelli, riconoscendosi attore del processo.

DESTINATARI

operatori sociali e sanitari, figure professionali tecniche (architetti, urbanisti, amministratori etc.)

N. PERSONE

min 1 max 15 persone

DOVE

online - Trento e provincia - Italia

DURATA DEL CORSO

incontri da 2 ore

Il confine tra comportamento e patologia

Incontro rivolto alle “sentinelle sensibili” presenti sul territorio

Un incontro di informazione sul tema dell'azzardo: dati locali e nazionali, evoluzione nel tempo del fenomeno, specifiche sociali e psicologiche della dipendenza da azzardo e servizi offerti dal territorio.

DESTINATARI

operatori del territorio (sportellisti delle casse rurali, sacerdoti, assistenti sociali, volontari etc.)

N. PERSONE

min 10 - max 20 persone

DOVE

Trento e provincia

DURATA DEL CORSO

2 ore

Dalle slot machine alle scommesse sportive online

Si propongono laboratori dedicati agli operatori delle associazioni e cooperative locali che hanno intercettato o possono intercettare persone e familiari con problemi di azzardo.

Gli incontri possono fornire una formazione di base o possono essere dedicati a lavoro su casi e situazioni specifiche.

DESTINATARI

operatori delle associazioni e cooperative locali

N. PERSONE

min 7 - max 20 persone

DOVE

Trento e provincia

DURATA DEL CORSO

uno o due incontri di 2 ore

Gaming

Sensibilizzazione sul tema dei videogiochi

Un incontro di informazione rispetto al tema dei videogiochi: si presenterà l'ambito del gaming e, in generale, il mondo virtuale, analizzandone sia i rischi che le potenzialità.

DESTINATARI

cittadinanza

N. PERSONE

serata aperta

DOVE

online - Trento e provincia - Italia

DURATA DEL CORSO

2 ore

Stiamo veramente “bene dai”?

Ascolto di sé e benessere mentale

Il laboratorio offre uno spazio di esplorazione e ascolto di sé all'interno del gruppo classe, utilizzando linguaggi espressivi e diverse tecniche artistiche.

Il percorso promuove una maggiore consapevolezza di sé, favorisce il dialogo e contribuisce a costruire un clima di classe più accogliente e rispettoso, in cui ciascuno possa trovare spazio per esprimersi e sentirsi ascoltato.

DESTINATARI

giovani dai 14 ai 19 anni

N. PERSONE

min 10 - max 25 persone

DOVE

Trento e provincia

**DURATA DEL
CORSO**

3 ore scolastiche

Il Pantheon delle emozioni

*Le emozioni diventano mito:
un viaggio creativo alla scoperta
del proprio mondo interiore.*

E se le nostre emozioni si trasformassero in divinità? Cosa racconterebbero? Quali caratteristiche e forme avrebbero? Un laboratorio esperienziale che affronta il tema dell'ascolto di sé stessi e degli altri, attraverso l'utilizzo di tecniche espressive ed esercizi creativi per dare voce e colore ai nostri vissuti.

DESTINATARI

giovani dai 14 ai 19 anni

N. PERSONE

min 10 - max 25 persone

DOVE

Trento e provincia

**DURATA DEL
CORSO**

3 ore scolastiche

Hikikomori

Sensibilizzazione sul ritiro sociale

Un incontro di informazione rispetto al tema del ritiro sociale: dati locali e nazionali, evoluzione nel tempo del fenomeno, aspetti sociali e psicologici.

DESTINATARI

cittadinanza

N. PERSONE

serata aperta

DOVE

online - Trento e provincia - Italia

**DURATA DEL
CORSO**

2 ore

Hikikomori

Un approfondimento sul ritiro sociale

Un approfondimento teorico rispetto alla sindrome hikikomori: presentazione della situazione locale e nazionale, inquadramento sociopsicologico, lasciando ampio spazio a domande e discussione di casi.

DESTINATARI

operatori sociali/sanitari, operatori del terzo settore, docenti

N. PERSONE

max 40 persone

DOVE

online - Trento e provincia - Italia

DURATA DEL CORSO

3 ore

Nuove fragilità

Ritiro sociale, neet, gaming e buone prassi

La formazione prevede una mattina di approfondimento teorico rispetto ai fenomeni di gaming disorder, sindrome hikikomori, NEET.

Il pomeriggio sarà invece dedicato alla presentazione di esperienze di prevenzione e sostegno alle famiglie e alla cittadinanza allargata, attraverso le buone prassi dei gruppi di auto mutuo aiuto.

DESTINATARI

operatori sociali/sanitari, operatori del terzo settore, docenti

N. PERSONE

min 10 - max 50 persone

DOVE

online - Trento e provincia - Italia

DURATA DEL CORSO

6 ore

Accreditamento

L'Associazione AMA è accreditata
come ente formatore per il
triennio 2026-2028 presso il
CNOAS (Consiglio Nazionale
Ordine Assistenti Sociali)

Contatti

Per maggiori informazioni
e per richiedere un preventivo



formazione@automutuoaiuto.it



www.automutuoaiuto.it



Associazione A.M.A.

Via T. Taramelli 17, 38122 - Trento



0461-239640