

L'OFFERTA DI CONSULENZA

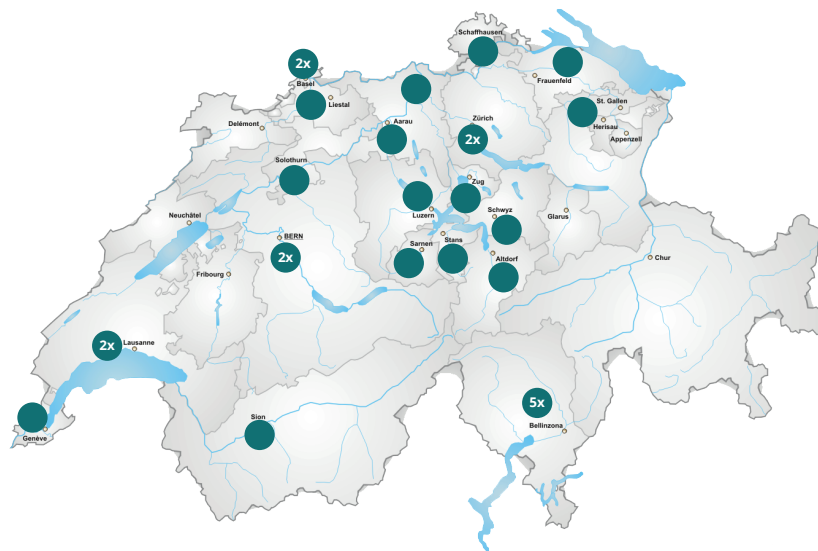
SafeZone.ch offre una consulenza online competente con un approccio alla pari. Sia nell'autovalutazione per fare il punto della situazione, sia nelle domande concrete o nella ricerca di possibilità di aiuto, l'anonimato è garantito e ognuno decide autonomamente quali e quante informazioni fornire. I servizi di SafeZone.ch sono gratuiti e si basano su esperienze pluriennali e conoscenze presentate in modo comprensibile. Personale esperto qualificato offre sostegno nella ricerca di soluzioni e per i passi successivi.



I sei pilastri della garanzia della qualità

- 1 Formazione continua sulla consulenza online
- 2 Intervisione online attraverso delle chat di gruppo
- 3 Coaching attraverso consulenti online con esperienza pluriennale
- 4 Protocollo per situazioni critiche
- 5 Valutazione del raggiungimento degli obiettivi e dell'utilizzo dell'offerta
- 6 Norme elevate di protezione e di sicurezza dei dati

Consulenze assicurate da servizi specializzati di tutta la Svizzera



Valutazione



Risultati della valutazione

- SafeZone.ch completa l'offerta d'aiuto nell'ambito delle dipendenze
- SafeZone.ch permette di raggiungere dei gruppi bersaglio che non hanno mai ricorso ad una consulenza
- La garanzia della qualità assicura la professionalità della consulenza online nell'ambito delle dipendenze

SAFEZONE.CH IN CIFRE - 2020

La consulenza di SafeZone.ch viene utilizzata in media sei volte al giorno (circa tre nuove domande e tre domande di follow-up al giorno). L'autotest è stato completato circa 5500 volte nel 2020; le domande e le risposte pubbliche sono state consultate 45500 volte. Nel 2020 il numero di consulenze eseguite è aumentato del 50 per cento rispetto al 2019. L'incremento dipende dalla crisi legata al coronavirus. Si suppone infatti che la situazione di persone che già avevano problemi di dipendenza (soprattutto per alcol, cannabis, tabacco e gioco online) sia peggiorata durante il lockdown. Inoltre, a causa delle restrizioni ai contatti sociali, sono state maggiormente utilizzate le offerte online.

Richieste da donne

54.2%

Non binario:
0.2%



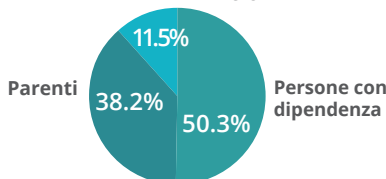
Richieste da uomini

34.3%

Non specificato:
11.3%

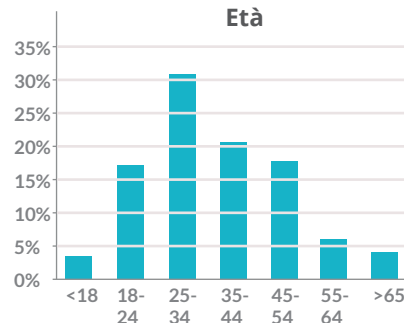
Consulenza via mail: 681 persone hanno chiesto aiuto attraverso questo canale nel 2019 (equivalenti a 1869 contatti). Circa il 70% descrive problemi concreti, il 13% è alla ricerca di informazioni e il 14% cerca un aiuto ulteriore.

Altro



Persone alla ricerca di aiuto: le situazioni problematiche più frequenti riguardano problemi emotivi, difficoltà relazionali e problemi di salute mentale.

Età



2012

L'UFSP commissiona uno studio di fattibilità, i servizi specializzati sono interpellati

I servizi specializzati sono pronti a collaborare; il progetto ha inizio

2013

2014

Il sito SafeZone.ch con le varie forme di consulenza è online in tedesco e in italiano

2016

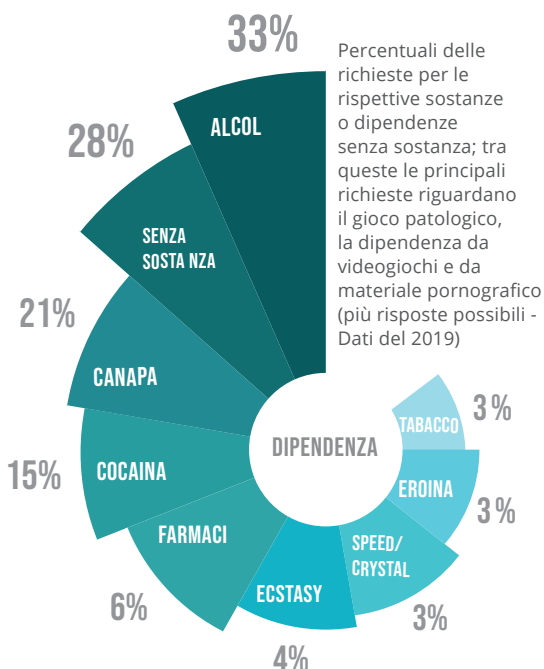
Il progetto pilota passa con successo al funzionamento regolare

2017

L'offerta di consulenza è disponibile anche in francese

Rilancio della piattaforma SafeZone

2021



41

esperti
di dipendenze con e senza sostanze

22

servizi specializzati
mettono a disposizione i loro collaboratori

17

Cantoni
sostengono la consulenza online

3

lingue
disponibili per la consulenza online

Le consulenze sono gratuite e fornite da esperti qualificati. L'utente sceglie dove, quando consultare e la forma di comunicazione. La condivisione con altre persone in situazioni simili è possibile in forma completamente anonima.

1. Effetto disinibitore

L'anonimato e l'accesso facilitato alla consulenza promuovono l'apertura, il sentimento di protezione e la disponibilità ad affrontare temi delicati

2. Attivazione delle risorse

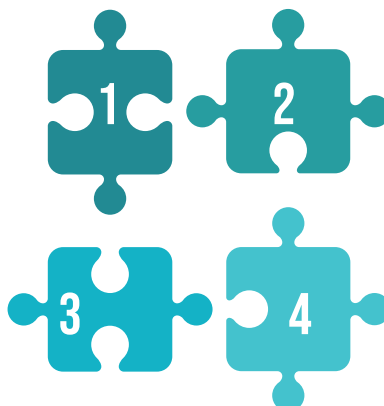
L'autonomia nell'impostazione della consulenza promuove la disponibilità al cambiamento

3. Effetto di equilibrio

La redazione della richiesta riduce la pressione, riordina pensieri ed emozioni e aumenta l'auto-riflessione

4. Efficienza del transfer

Grazie all'accessibilità dei testi delle consulenze, è possibile riflettere e riprodurre l'apprendimento anche in altre situazioni



150 000
visitatori unici

1600
registrazioni

1000
persone
che hanno
richiesto una
consulenza
(mail o chat)