

## L'OFFERTA DI CONSULENZA

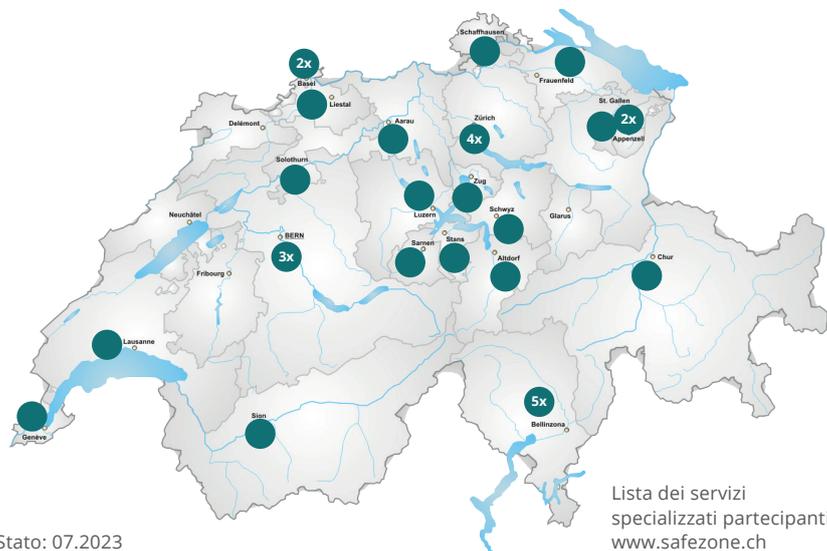
SafeZone.ch offre una consulenza online garantita da professionisti esperti nelle dipendenze. Che si tratti di un test di autovalutazione per fare il punto della propria situazione, di richieste concrete o di domande di aiuto, l'anonimato è sempre garantito e ognuno decide quali e quante informazioni fornire. I servizi di SafeZone.ch sono gratuiti e si basano su un'esperienza pluriennale e forniscono informazioni accessibili. Il team di consulenti qualificato sostiene l'utente nella ricerca di soluzioni e nell'identificazione delle tappe successive del loro percorso.



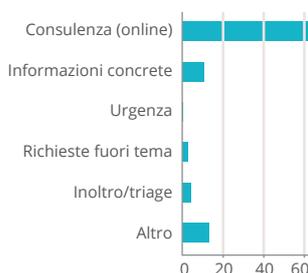
### I sei pilastri della garanzia della qualità



### Consulenze assicurate da servizi specializzati di tutta la Svizzera



### Obiettivi della presa di contatto



### 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 - 2022

La consulenza di SafeZone.ch è stata utilizzata in media quindici volte al giorno (circa sei nuove domande e nove domande di follow-up al giorno). Le autovalutazioni sono state completate circa 15 169 volte; le domande-risposte pubbliche sono state consultate 360 000 volte. Nel 2022 il numero di consulenze è aumentato del 26% rispetto al 2021. 75% delle consulenze online si sono svolte in tedesco, 16% in francese e 9% in italiano.

### Richieste da donne

56.2%

Non binario  
0.9%



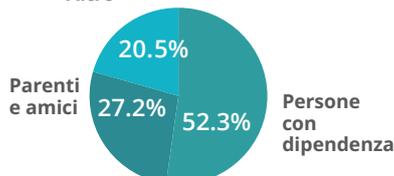
### Richieste da uomini

37.9%

Non specificato  
5.0%

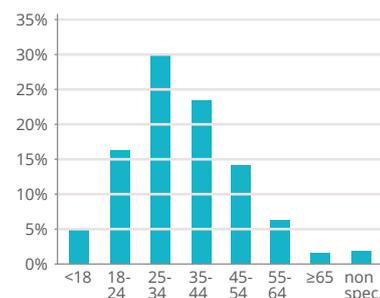


### Altro



**Persone alla ricerca di aiuto:** le situazioni problematiche più frequenti riguardano la dipendenza, problemi emotivi e psichici, difficoltà relazionali e problemi multipli.

### Età



**Consulenza via mail:** Nel 2022, si sono svolte 2130 consulenze online. Il numero di contatti per ogni consulenza varia da un contatto fino ad accompagnamenti più lunghi con oltre dieci contatti. In totale, ci sono stati 5400 contatti da parte degli utenti.

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 l'offerta di consulenza è online in tedesco e in italiano.

2016

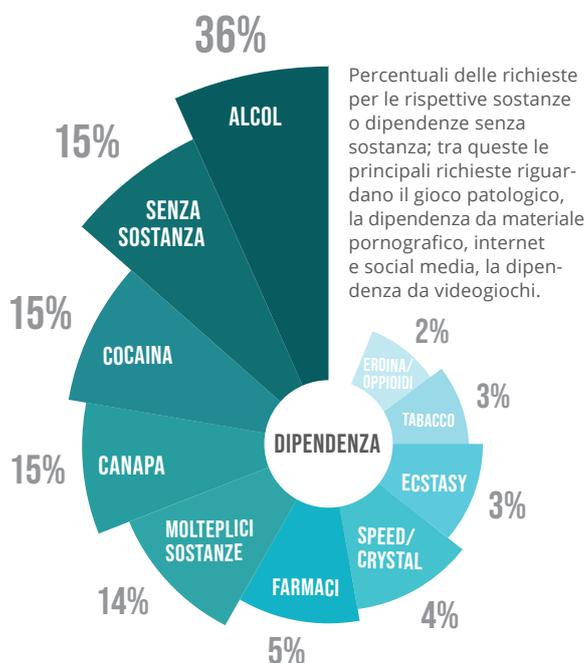
Il progetto pilota passa con successo al funzionamento regolare.

2017

L'offerta di consulenza è disponibile anche in francese.

La piattaforma SafeZone.ch è rinnovata.

2021



52

**esperti**  
di dipendenze con e senza sostanze

29

**servizi specializzati**  
mettono a disposizione i loro collaboratori

21

**Cantoni**  
sostengono la consulenza online

3

**lingue**  
disponibili: italiano, francese, tedesco

Stato: 07.2023

Dal 2020, SafeZone.ch fornisce **strumenti online** ai servizi specializzati per migliorare le loro offerte di consulenza. Nel 2022, 15 (2023: 25) servizi specializzati hanno utilizzato gli strumenti di consulenza online e misti con i loro utenti e hanno effettuato 600 consulenze.

### 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

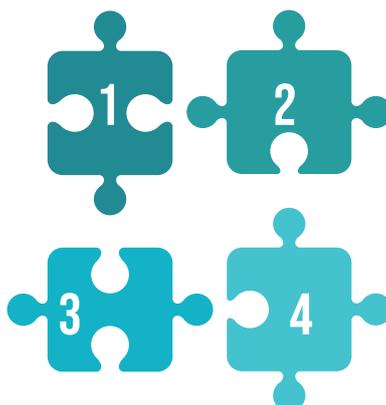
L'autonomia nell'organizzazione della consulenza favorisce la disponibilità al cambiamento.

### 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.



493 000

visitatori unici

3030

registrazioni

2100

persone hanno beneficiato di una consulenza