



Cos'è il volontariato?

Il volontariato è l'atto di offrire il proprio tempo, le proprie competenze e le proprie energie per aiutare gli altri, senza aspettarsi nulla in cambio. Può avvenire a scuola, nel tuo quartiere, online o in qualsiasi parte del mondo. I volontari sono persone comuni che scelgono di aiutare, prendere iniziativa e migliorare la propria comunità, un gesto alla volta. Il volontariato non riguarda solo il lavorare per enti di beneficenza o organizzazioni. Può essere qualcosa di semplice, come aiutare un compagno di classe in difficoltà, partecipare a una raccolta alimentare, o dedicare un pomeriggio a pulire un parco o a sostenere un'iniziativa scolastica. Ogni azione conta, e ogni volontario fa la differenza.



Perché dovresti fare volontariato?

Il volontariato offre moltissimi benefici, non solo per chi riceve aiuto, anche per te.

1. Fai davvero la differenza

Non devi essere un adulto per creare un cambiamento. Anche come studente, il tuo tempo, la tua voce e i tuoi sforzi hanno valore. Che tu stia piantando alberi, raccogliendo donazioni o sensibilizzando su un problema, il tuo contributo è importante.

2. Acquisisci competenze utili per la vita

Il volontariato ti permette di sviluppare competenze preziose che spesso non si insegnano in classe, come:

- * Leadership
- * Lavoro di squadra
- * Risoluzione dei problemi
- * Gestione del tempo
- * Parlare in pubblico

Queste competenze ti saranno utili a scuola, nel mondo del lavoro e nella vita quotidiana.

3. Aumenti la fiducia in te stesso

Autare gli altri può rafforzare la tua autostima. Scoprirai i tuoi punti di forza e imparerai a credere nella tua capacità di fare la differenza.

4. Valorizza il tuo curriculum scolastico e formativo

Le esperienze di volontariato sono sempre più apprezzate da scuole, università e datori di lavoro, perché dimostrano senso di responsabilità, attenzione verso gli altri e capacità di iniziativa e ti distinguono nei percorsi di orientamento universitario o nella ricerca del primo lavoro.

5. Scopri le tue passioni

Fare volontariato ti aiuta a esplorare interessi e percorsi di carriera. Potresti scoprire una passione per l'insegnamento, l'ambiente, la giustizia sociale o la ricerca scientifica semplicemente provando qualcosa di nuovo.

VOLONTARIATO: fare la differenza inizia da te



Fondazione per la Ricerca
sulla Fibrosi Cistica - ETS
fibrosicisticaricerca.it



Come iniziare?

Ci sono moltissimi modi per partecipare: puoi iniziare con piccoli gesti anche nella tua scuola o nel tuo territorio. Chiedi ai tuoi insegnanti o ad associazioni locali quali opportunità ci sono, oppure prendi l'iniziativa e avvia tu un progetto! Se vuoi metterti in gioco per una causa importante, ecco un'opportunità concreta:

Impegnati per la ricerca sulla fibrosi cistica

La **Fondazione Ricerca Fibrosi Cistica** (FFC Ricerca) è la prima realtà italiana che sostiene gli studi sulla fibrosi cistica, una delle malattie genetiche gravi più diffuse, senza ancora una cura risolutiva. Dalla sua nascita, nel 1997, FFC Ricerca si è posta tre obiettivi: promuovere e finanziare la ricerca scientifica sulla fibrosi cistica; formare giovani ricercatori e personale sanitario; diffondere la conoscenza della malattia e dei progressi di ricerca tra la popolazione. Anche tu puoi contribuire aiutando a diffondere la conoscenza sulla fibrosi cistica tra i tuoi compagni o partecipando attivamente alle iniziative di sensibilizzazione nella tua scuola e sul territorio.



Come puoi aiutare

- * **Partecipando** o promuovendo le **campagne di raccolta fondi**, come la distribuzione dei ciclamini o delle uova di Pasqua solidali
- * **Organizzando** insieme ai tuoi insegnanti **un evento o una giornata informativa** nella tua scuola
- * **Diffondendo materiale informativo per sensibilizzare** i tuoi compagni e le loro famiglie
- * **Coinvolgendo** il tuo gruppo classe o un gruppo sportivo per sostenere una raccolta fondi



Cosa impari

- * L'importanza della **ricerca scientifica e della solidarietà**
- * Capacità **organizzative e comunicative**
- * **Lavoro di squadra e senso di responsabilità** verso una causa reale



Come diventare volontario FFC Ricerca

Visita il sito www.fibrosicisticaricerca.it e vai alla **sezione Community**. Per qualsiasi domanda o per ricevere materiali e supporto, scrivici pure a scuola@fibrosicisticaricerca.it

Diventa volontario anche tu!

Compila il modulo disponibile a questo link:

<https://www.fibrosicisticaricerca.it/diventa-volontario/>

Verrai ricontattato dal nostro staff per scoprire insieme come entrare a far parte della grande famiglia di FFC Ricerca.

La scienza ha bisogno di energia giovane. Anche un piccolo gesto può diventare parte di una grande scoperta.



VOLONTARIATO: fare la differenza inizia da te

Per saperne di più



Fondazione per la Ricerca
sulla Fibrosi Cistica - ETS
fibrosicisticaricerca.it



I volontari di FFC Ricerca

I volontari sono il cuore pulsante della nostra Fondazione: infatti, con il supporto e il coordinamento della sede, svolgono quasi i 2/3 della raccolta fondi complessiva. Essere volontari FFC Ricerca significa offrire un aiuto concreto alla ricerca scientifica contro la fibrosi cistica, diventando protagonisti delle principali campagne di sensibilizzazione e raccolta fondi: dalla Campagna Nazionale di Ottobre che prevede la distribuzione dei ciclamini della ricerca, alle campagne di Natale e Pasqua, fino alla Campagna 5x1000. In tutta Italia, i volontari si attivano con banchetti, eventi sportivi, bomboniere solidali e tante altre iniziative, tutte finalizzate a raccogliere fondi per migliorare la qualità della vita delle persone con fibrosi cistica e a raggiungere il traguardo finale: **#unacurapertutti**.

L'attività dei volontari non si ferma qui: il volontario può portare avanti la mission della Fondazione in autonomia oppure può creare una piccola squadra e formare il cosiddetto Gruppo di sostegno, costituito da persone che perseguono gli stessi obiettivi e che funge da punto di riferimento per i nuovi volontari del territorio. Il gruppo, crescendo e rafforzandosi, può arrivare a dar vita a una Delegazione, formalizzata attraverso un documento che assegna al gruppo rappresentanza territoriale. Sono **oltre 156 i gruppi e le delegazioni FFC sul territorio nazionale** e sono **oltre 5.000 i volontari non occasionali FFC in Italia: aspettiamo anche te!**

Per noi, **“donare”** non significa solo offrire denaro. Significa **condividere un obiettivo comune e camminare insieme verso un risultato**. Chi sceglie il volontariato in FFC Ricerca mette in campo tempo, energia, competenze e passione. Ogni iniziativa, anche la più piccola, è importante: ogni euro raccolto sostiene un progetto concreto e può fare la differenza.

Essere volontari FFC Ricerca significa anche riconoscere il valore del volontariato come azione civile ed espressione autentica di cittadinanza attiva. **È anche un'occasione per crescere:** si imparano cose nuove, si migliorano le capacità organizzative e comunicative, si lavora in gruppo, si entra in contatto con persone che condividono gli stessi valori, si sviluppa lo spirito di iniziativa. Attraverso attività di gruppo, si alimenta un'etica della responsabilità e si costruiscono legami umani che arricchiscono chi dona il proprio tempo, oltre a chi lo riceve.

Per fare volontariato non servono talenti speciali, denaro o un piano perfetto. Tutto inizia da te e dalla decisione di agire. Scegliere di fare volontariato significa dire sì alla gentilezza, all'impegno e alla voglia di far parte di qualcosa di più grande. E così facendo, contribuisce a costruire un mondo più umano.

E tu, cosa farai per fare la differenza?