

Il valore del volontariato e della cittadinanza attiva con **ERGA OMNES**



di **Pasquale Elia** - Presidente Erga Omnes

Il volontariato rappresenta una delle forme più autentiche di partecipazione alla vita sociale e civile. In questo contesto, l'associazione Erga Omnes si conferma un punto di riferimento per chi desidera contribuire concretamente al benessere della comunità, promuovendo iniziative che mettono al centro la solidarietà, l'inclusione e la crescita personale.

Volontariato come scelta di cittadinanza attiva

Essere volontari significa assumersi la responsabilità di essere cittadini attivi: non spettatori, ma protagonisti del cambiamento. Attraverso le attività promosse da Erga Omnes, il volontariato diventa uno strumento di democrazia partecipata, capace di rafforzare il senso di comunità e di favorire la coesione sociale. Ogni gesto, anche piccolo, contribuisce a costruire una società più giusta e solidale.

segue in seconda pagina →

IN QUESTO NUMERO:

Le attività di Erga Omnes - pag.3

Radio Teate On Air, molto più di una semplice radio - pag.6

Lo sportello d'ascolto, uno spazio sicuro- pag.7

Diario di un tirocinio: un percorso di crescita nel volontariato- pag.9

Un'opportunità speciale per i giovani

Il coinvolgimento dei giovani nel volontariato è fondamentale. Partecipare ai progetti di Erga Omnes permette loro non solo di mettersi al servizio degli altri, ma anche di crescere come individui e come cittadini. Il volontariato diventa un'esperienza educativa che li avvicina ai valori della responsabilità, del rispetto e della collaborazione, stimolandoli a sviluppare una coscienza critica e una sensibilità verso le sfide sociali.

Le competenze che nascono dal volontariato

Fare volontariato non significa soltanto "dare", ma anche ricevere. I giovani volontari di Erga Omnes hanno la possibilità di acquisire competenze trasversali fondamentali per il loro futuro personale e professionale:

- Competenze relazionali: saper comunicare, ascoltare e lavorare in gruppo.
- Capacità organizzative: gestione del tempo, pianificazione di attività, problem solving.
- Crescita personale: sviluppo di autonomia, responsabilità e resilienza.

Queste abilità sono sempre più riconosciute anche nel mondo del lavoro, dove il volontariato viene apprezzato come un'esperienza formativa di grande valore.

Un impegno che arricchisce tutti

Il volontariato con Erga Omnes non è solo un aiuto rivolto agli altri, ma un percorso di crescita reciproca: la comunità si rafforza e i volontari stessi ne escono arricchiti, con una maggiore consapevolezza del proprio ruolo di cittadini.

Scegliere di essere volontari significa credere che il cambiamento sia possibile e che ciascuno di noi possa esserne parte. È un atto di responsabilità, di speranza e di amore verso la società in cui viviamo.

Citando la canzone di Fiorella Mannoia "Il peso del coraggio": *"Siamo la voce che può arrivare dove vuole, siamo il diritto di cambiare tutto e di ricominciare".*

FACCIAMO LA DIFFERENZA...

L'associazione Erga Omnes sita in Via Monte Grappa n.176 a Chieti Scalo, si pone l'obiettivo di formare e informare, di supportare le istituzioni offrendo dei servizi utili alla cittadinanza.

Il volontariato ha una missione importante che rimarca i valori della cittadinanza attiva e del bene comune. I valori fondanti dell'associazione – inclusione, accoglienza, rispetto, solidarietà e condivisione – guidano ogni iniziativa e progetto.

Uno degli obiettivi chiave è sostenere la popolazione e i soggetti più fragili attraverso molteplici attività di socializzazione.

Tra le attività svolte in associazione, vi sono:

- **Sportello di ascolto**, un servizio offerto da professionisti psicologi e psicoterapeuti che offrono consulenze psicologiche per chi ha bisogno di supporto emotivo, psicologico o relazionale.

- **Sportello di orientamento**, un punto di riferimento per chi deve affrontare scelte importanti nella formazione scolastica o lavorativa, con un accompagnamento personalizzato.

- **Potenziamento DSA**, rivolto a studenti dai 7 ai 14 anni con disturbi specifici dell'apprendimento, il percorso inizia con uno screening individuale, seguito da attività mirate a migliorare lettura, scrittura e calcolo, in base ai bisogni del singolo.

- **Potenziamento cognitivo**, dedicato a bambini, ragazzi e adulti con disabilità. Questo servizio va a stimolare le abilità cognitive (memoria, attenzione, linguaggio, funzioni esecutive) attraverso giochi, esercizi e attività personalizzate, sotto la guida del professionista volontario.

- **Musicoterapia**, utilizza la musica come strumento terapeutico per affrontare difficoltà fisiche, cognitive, emotive e relazionali, con particolare efficacia per soggetti con disturbi del neurosviluppo.

- **Doposcuola** per bambini e ragazzi, un servizio di supporto scolastico e attività ludico-ricreative per bambini e ragazzi, utile sia per lo studio che per la socializzazione.

- **Radio Teate On Air**, fondata con l'obiettivo di fornire una piattaforma innovativa e giovane per la diffusione di contenuti radiofonici, Teate On Air combina il fascino tradizionale della radio con le potenzialità della tecnologia moderna, il primo mezzo di comunicazione di massa ripensato nell'era dei social network, diventa mezzo con la vocazione di comunicare con e tra i giovani.

La radio è ascoltabile su: www.radioteateonair.it

- **Erga News**, il bimestrale gratuito dell'associazione, curato dai volontari e aperto a tutti i cittadini, con l'obiettivo di stimolare riflessioni su tematiche sociali e di cittadinanza attiva.

Le attività di Erga Omnes

- **Tirocinio curriculare universitario**, un'opportunità formativa per gli studenti universitari, in particolare di Psicologia e Sociologia che devono svolgere il tirocinio curricolare. Il tirocinante assiste e partecipa alla progettazione delle nostre attività acquisendo diverse competenze nell'ambito psicosociale.

- **Progetto "Una Chiave"**, è un progetto pensato per offrire un punto di riferimento stabile e accogliente a ragazzi con disturbi del neurosviluppo. L'obiettivo principale è favorire lo sviluppo delle abilità sociali, potenziare l'autonomia e promuovere un solido senso di autoefficacia. Le attività si svolgono sia all'interno della sede e sia all'esterno, sempre sotto la supervisione di volontari qualificati. I laboratori e le esperienze vengono strutturati tenendo conto delle esigenze e degli interessi personali dei ragazzi, al fine di garantire un'esperienza coinvolgente, stimolante e gratificante.

Si tratta di un intervento che unisce l'aspetto educativo a quello relazionale, valorizzando le potenzialità individuali in un contesto di socializzazione e rispetto reciproco.

- **Progetto "Carpe Diem"**, è un progetto innovativo rivolto agli studenti universitari, realizzato in collaborazione con l'ADSU di Chieti e Pescara. Nasce con l'intento di offrire supporto psicologico gratuito e accessibile, in risposta alle crescenti esigenze di benessere mentale tra i giovani adulti.

Il progetto prevede consulenze psicologiche individuali, laboratori psico-educativi e attività ricreative e di socializzazione, svolte all'interno degli spazi delle mense universitarie.

Questa iniziativa non solo promuove la salute mentale, ma mira anche a creare una rete di sostegno tra pari favorendo un ambiente universitario più accogliente e inclusivo.

L'Associazione Erga Omnes si conferma come punto di riferimento sul territorio per chi cerca supporto, ascolto e inclusione. Ogni attività nasce dal desiderio di costruire una comunità più solidale e consapevole, dove nessuno si senta solo. Con l'impegno di volontari e professionisti, l'associazione continua a promuovere il benessere, la partecipazione attiva e il valore del bene comune. Perché insieme, si può fare la differenza.

**Antonella Carone
Serena Torriano
Jessica Paduano
Sara Nappo**

le immagini →

Le attività di

Carpe diem



Potenziamento DSA



Radio Teate O



Erga Omnes



RADIO TEATE ON AIR

molto più di una semplice radio



Entrare a un concerto come parte della radio è un'esperienza unica, perché ti ritrovi in una posizione speciale, a metà strada tra l'artista e il pubblico. Da lì riesci a sentire da vicino l'emozione di chi si esibisce e, allo stesso tempo, l'energia di chi



ascolta. Per qualche ora la routine, i pensieri e la vita di tutti i giorni restano fuori. Rimani solo tu, la musica e quel momento."Partecipare a un concerto non significa soltanto ascoltare la propria band preferita: è un rituale collettivo, un momento capace di unire sconosciuti e trasformare la musica in un'autentica esperienza di benessere. Non a caso, diversi studi confermano ciò che molti fan percepiscono da sempre: i concerti fanno bene alla salute, alla mente e alle relazioni.

Secondo una ricerca condotta dalla University of London, assistere a un concerto può aumentare del 25% il livello di benessere percepito, con effetti simili a una sessione di yoga o a una passeggiata all'aria aperta.

Il motivo? La musica dal vivo stimola la produzione di endorfine e ossitocina, ormoni legati al piacere e alla connessione sociale.

Chiunque abbia partecipato a un grande evento live lo sa bene: nel momento in cui le luci si abbassano e parte la prima nota, l'energia si trasforma in pura elettricità collettiva. Non è più solo una canzone, ma un'esperienza condivisa che coinvolge corpo ed emozioni.

Un concerto è molto più di uno spettacolo: è un dialogo invisibile tra artista e pubblico. Ogni coro intonato insieme, ogni battito di mani a tempo, diventa un linguaggio universale. "La musica è la forma più diretta di empatia che conosciamo", afferma il musicologo Daniel Levitin, autore di *This Is Your Brain on Music*. Ed è proprio in questo scambio che nasce la connessione: persone sconosciute diventano una comunità temporanea, unite da un'emozione comune.



Gianmarco Garofalo

LO SPORTELLO D'ASCOLTO uno spazio sicuro

In una società sempre più complessa e veloce, dove le relazioni si fanno talvolta più fragili e le difficoltà quotidiane possono diventare pesi insostenibili, emerge con forza il bisogno di ascolto autentico. È in questo contesto che lo sportello d'ascolto si rivela uno strumento prezioso per la cittadinanza, un punto di riferimento concreto per chi sente il bisogno di essere accolto, compreso e accompagnato. È proprio questo l'obiettivo del servizio offerto da Erga Omnes. Lo sportello d'ascolto consiste in 4 consulenze gratuite gestite da un volontario professionista.

Lo psicologo curerà uno spazio riservato e non giudicante dove ogni persona può esprimere pensieri, emozioni, dubbi o disagi legati a problematiche personali, familiari, sociali o lavorative.

In una frase, lo sportello rappresenta **aiuto concreto in situazioni di fragilità**.

Spesso, un primo colloquio può diventare la chiave per attivare percorsi di aiuto più strutturati, indirizzando l'utente verso i servizi territoriali più adeguati alle sue esigenze

Zaira Lazzari



DIARIO DI UN TIROCINIO: un percorso di crescita nel volontariato



Erga Omnes è

un'organizzazione di volontariato attiva in Abruzzo, impegnata da anni nel supporto alle persone in difficoltà e nella promozione dell'inclusione e della partecipazione cittadina. Attraverso progetti locali e regionali, realizza iniziative culturali, formative e di sensibilizzazione. L'associazione si fonda sui valori di uguaglianza, solidarietà e rispetto della dignità umana, che mette in pratica ogni giorno attraverso le sue attività.

Durante il tirocinio formativo, le attività sono state svolte sotto la supervisione della Psicologa e Psicoterapeuta dott.ssa Zaira Lazzari, la cui guida attenta e competente ha rappresentato un punto di riferimento fondamentale per l'esperienza sul campo.

L'articolo è frutto del contributo di Serena, Jessica e Sara, tre laureande iscritte al corso di laurea magistrale in Psicologia presso l'Università "G. D'Annunzio" di Chieti. Attualmente stanno svolgendo il loro tirocinio formativo all'interno dell'associazione Erga Omnes, e attraverso questo scritto desiderano condividere la loro testimonianza diretta, offrendo uno sguardo personale sull'esperienza vissuta.

SERENA: "Il tirocinio curriculare che sto svolgendo all'interno dell'associazione "Erga Omnes" rappresenta per me un passaggio fondamentale nel mio percorso di formazione. È la prima vera occasione in cui ho la possibilità di mettere alla prova ciò che ho studiato, confrontandomi con una realtà concreta, viva, fatta di persone, relazioni

e sfide quotidiane. Far parte di questa associazione mi sta permettendo di entrare in contatto con progetti di grande valore sociale. Ogni giorno imparo qualcosa di nuovo, non solo dal punto di vista tecnico, ma anche umano. Tra i progetti a cui ho avuto l'opportunità di partecipare, uno dei più significativi è stato senza dubbio quello dedicato al potenziamento cognitivo. Si tratta di un intervento che mira a stimolare e rafforzare abilità fondamentali come: la memoria, l'attenzione, la pianificazione, il problem solving e la flessibilità mentale, ciò non riguarda soltanto un intervento tecnico, ma anche un'opportunità per creare uno spazio sicuro, stimolante e accogliente, dove le capacità individuali possono emergere e rafforzarsi. Sto imparando quanto sia importante l'ascolto, la pazienza e la capacità di adattarsi ai bisogni di ciascuno. Osservare i piccoli progressi, vedere crescere la motivazione e l'autonomia negli utenti è profondamente gratificante. Mi colpisce come ogni interazione possa essere occasione di crescita, sia per loro che per me."

JESSICA: "La mia esperienza di tirocinio presso l'associazione "Erga Omnes" è stata molto positiva e formativa. Ho potuto partecipare a progetti diversi, mettendomi alla prova in vari ambiti e imparando da professionisti con competenze diverse.

Il progetto "Una Chiave" mi ha permesso di collaborare con volontari e operatori nell'organizzazione di attività per ragazzi con disturbi del neurosviluppo.

È stato molto gratificante vedere la loro partecipazione e le nuove amicizie nate grazie allo spazio di inclusione offerto dall'associazione. Questa esperienza, completamente nuova per me, mi ha arricchito sia dal punto di vista umano che professionale.

Grazie alle professioniste psicologhe che si occupano dello sportello di ascolto, della musicoterapia e del potenziamento cognitivo, inoltre, ho potuto apprendere diversi approcci terapeutici e ampliare le mie conoscenze.

Infine, ho potuto approfondire aspetti legati alla comunicazione e alla gestione associativa, grazie al supporto del presidente dell'associazione.

Questo tirocinio mi ha dato competenze, consapevolezza e la motivazione per continuare a crescere in questo settore, oltre alla possibilità di condividere un percorso importante con persone nuove”.

SARA:” Ho conosciuto l'associazione Erga Omnes grazie al passaparola di una collega universitaria che stava svolgendo il tirocinio all'interno della struttura e me ne ha parlato positivamente. Incuriosita, ho preso contatto con i referenti e ho iniziato il tirocinio durante il periodo estivo, un momento

più tranquillo che mi ha permesso di ambientarmi gradualmente e osservare da vicino le attività dell'associazione

In questa prima fase ho partecipato ad attività significative come il potenziamento cognitivo interfacciandomi con la disabilità e il supporto scolastico che si occupa dei DSA. Esperienze intense e formative, che mi hanno permesso di entrare in contatto diretto con le esigenze degli utenti. Inoltre, ho collaborato con le altre tirocinanti alla creazione di materiali promozionali (locandine, brochure, post) tramite piattaforme di progettazione grafiche, mettendo alla prova la mia creatività

Nonostante si tratti solo dell'inizio, questa esperienza si è già rivelata molto stimolante. Sono motivata a proseguire il percorso per approfondire i progetti dell'associazione e sviluppare competenze sia tecniche che relazionali, fondamentali per la mia crescita personale e professionale”.

Serena Torriano
Jessica Paduano
Sara Nappo



Anno X n.40 - settembre / ottobre 2025

ERGANEWS

la voce dei volontari



In redazione

Antonella Carone, Pasquale Elia, Gianmarco Garofalo, Zaira Lazzari, Sara Nappo, Jessica Paduano, Serena Torriano

Associazione di volontariato

ERGA OMNES ETS-OdV

Sede legale

c/o CSV Abruzzo
via dei Frentani 81 66100 Chieti

Sede operativa

via Monte Grappa 176
Chieti Scalo (c.da San Martino)
Telefono
0871 450291 - 329 8263353

E-mail

info@erga-omnes.eu

Sito web

www.erga-omnes.eu



ERGA OMNES
ASSOCIAZIONE DI VOLONTARIATO
ENTE DEL TERZO SETTORE (ETS)
ORGANIZZAZIONE DI VOLONTARIATO (ODV)

“ Un progetto che nasce per favorire il dialogo tra i giovani, che coinvolge la cittadinanza e che si prefigge l'obiettivo di stimolare la partecipazione e la creatività. ”



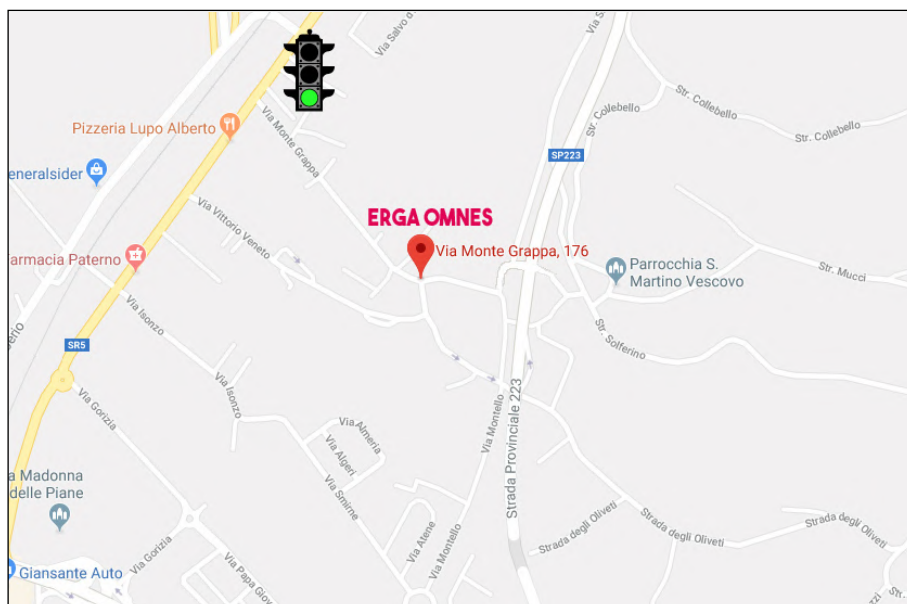
ASCOLTACI SU
www.radioteateonair.it

5 per 1000

ad Erga Omnes

93046900697

Basta inserire
il codice fiscale
della nostra Associazione
nella tua dichiarazione dei redditi
nell'apposita casella,
ed inserire la tua firma:
**è semplice,
non costa nulla
e sostiene le nostre attività**
... un piccolo gesto di aiuto,
per trasformare le idee
in progetti concreti!



Erga Omnes



@ErgaOmnes



ergaomneschieti



YouTube



Vuoi proporci un articolo o avere maggiori informazioni sul nostro bimestrale? Scrivici: info@erga-omnes.eu