

## Descrizione del corso

**Giovedì, 10.09.2026, 9.00 – 17.00**

## Forti insieme: un unico team alla Posta per un lavoro equo. Gli apprendisti scoprono diritti, solidarietà e partecipazione.

Sei un apprendista della Posta e vuoi sapere quali diritti hai e come puoi farli valere?

Ti chiedi quale ruolo svolgono i partner sociali alla Posta e come possono sostenerti nella vita professionale quotidiana?

E hai voglia di scoprire tutto questo in una giornata variegata con giochi, scambi e metodi creativi?

In questa giornata di formazione continua scoprirai i tuoi diritti come apprendista, sperimenterai la partecipazione e l'equità nel team e conoscerai meglio come sindacati e partner sociali ti accompagnano. Allo stesso tempo rafforzerai il senso di comunità, la solidarietà e la fiducia in te stessa/stesso con metodi che divertono e ti rafforzano nella tua formazione e nel tuo futuro.

### Obiettivi

Io ...

- conosco il ruolo e i compiti dei partner sociali e comprendo l'importanza del partenariato sociale alla Posta.
- vivo in prima persona come posso esercitare i miei diritti in qualità di apprendista nella vita lavorativa, far sentire la mia voce e rappresentare i miei interessi.
- mi confronto in team sulla mia formazione, le mie insicurezze, i miei diritti e le mie idee in modo rispettoso, alla pari e con attenzione a soluzioni comuni.
- mi confronto attivamente con temi quali coinvolgimento decisionale, valori, equità e partecipazione attiva alle decisioni.
- rafforzo il mio senso di comunità e mi lascio incoraggiare a difendere i miei valori e quelli degli altri in modo corretto, solidale e responsabile.
- sperimento che imparare può essere divertente attraverso metodi creativi, lavoro di gruppo e attività ludiche su temi importanti legati al partenariato sociale e al mondo del lavoro.
- ricevo idee e stimoli su come posso continuare a formarmi e svilupparmi durante e dopo l'apprendistato.
- mi metto in rete con colleghi e colleghes da tutta la Svizzera italiana.

### Contenuti

Sei nel bel mezzo dell'azione e non solo spettatore: Escape room, Action Rally, sfide creative e strumenti digitali rendono la giornata intensa e variata. Decidi tu quali workshop ti interessano e nel frattempo impari a conoscere i tuoi diritti, la codeterminazione e lo spirito di squadra. Così l'apprendimento diventa attivo, vivo e davvero divertente.

- Escape Room «Giusto o ingiusto?», scoprire diritti ed equità in modo ludico
- Workshop a scelta, scegli 2–4 temi tra:
  - Check dei tuoi diritti!
  - Dentro i sindacati: CCL, politica & campagne
  - Dire la tua e partecipare alla vita aziendale: la tua via verso più voce sul lavoro
  - In sicurezza: salute & diritti nell'azienda

# formation-ARC.Suisse

- Mobbing e razzismo: prendere posizione
- Solidarietà 2.0
- Action Rally con postazioni di conoscenze, movimento e creatività su temi come equità, diritti/doveri nella vita quotidiana alla Posta, solidarietà, spirito di squadra, comunicazione e futuro
- Scambio e riflessione

## Team dei/delle formatori/formatrici

Nathalie Benoit, Diretrice ARC, MAS Adult and Professional Education & Team ARC  
Esperti/e

## Luogo del corso

CFP-OCST Lugano, Via S. Balestra 19, 6901 Lugano, Tel. 091 913 41 00

## Destinatari/e

Apprendisti della Posta (dal 2° anno di apprendistato), con diritto – secondo il CCL – a una giornata libera da dedicare alla formazione continua.

## Costi

Per i **soci**, i costi vengono coperti come segue:

- Syna: 4 giorni di corso/anno o 2 giorni di corso per apprendisti
- transfair / transfair Posta: 2 giorni di corso/anno, lo stesso corso può essere frequentato solo una volta nell'arco di tre anni.
- SwissPersona: fino a CHF 1'000/anno
- SCIV: fino a CHF 450/anno

Oltre questi limiti, i costi sono a carico dei/delle partecipanti.

**Per i non soci: CHF 600.– (incl. documentazione del corso, pasti)**

## Iscrizione e annullamento

**Iscrizione:** per garantire una buona pianificazione, iscrivetevi con anticipo, idealmente entro il termine d'iscrizione. In seguito, le iscrizioni sono possibili finché il formulario d'iscrizione rimane aperto sul nostro sito web. Annullamento dell'iscrizione (senza costi, dopo tale data il corso verrà fatturato): al più tardi **giovedì 9 luglio 2026** via **e-mail** a [arc@travailsuisse.ch](mailto:arc@travailsuisse.ch)