

Salute e Benessere a scuola

Programma di attività
per la promozione ed
educazione alla salute
2020 - 2021

**parte
generale**

Dipartimento della Prevenzione
UFC Promozione della Salute



Da tempo mi batto sul fatto che il nostro sistema cognitivo, il nostro cervello, non e' un insieme di meccanismi per cui cio' che e' cognitivo e' cognitivo e non comunica con cio' che e' emozionale. Questi sono modelli non soltanto vecchi, ma errati. È ovvio che gli occhi non sono la stessa cosa delle orecchie, pero' il cervello nel momento in cui incontra gli stimoli che provengono dai due registri li integra in una unita' dotata di senso. È cosi' che noi pensiamo e sentiamo. Questo significa che l'insegnamento non sta soltanto muovendo memoria, attenzione, funzioni di ragionamento, ma anche il sentire della mente, una funzione antichissima dello sviluppo del cervello umano, e forse la piu' antica di quelle che conosciamo. Cio' implica che quando imparo una tabellina o altro, sto imparando accanto alle memorie di cosa imparo le memorie di cosa sento. Se sento ansia, tutte le volte che riprendo dalla memoria cio' che ho imparato con ansia, la memoria mi riporta sia a cio' che ho imparato che a cio' che ho sentito, quindi all'ansia. L'ansia ricircola nelle memorie, si ristabilizza nella memoria come l'apprendimento di quella tabellina o di quell'esercizio di grammatica, determinando un cortocircuito: un aspetto cognitivo ricorda l'informazione emozionale, che riporta alla memoria quell'ansia che e' un alert. imparare a capire quanto l' insegnamento possa essere aiutato dalle emozioni di base come la curiosita', l'interesse, la condivisione, il senso di soddisfazione, di correzione, di aiuto e di fiducia nell'altro che ti aiuta e non ti giudica soltanto. Se lo capiamo, otteniamo al meglio il risultato dell'apprendimento perche' il cervello funziona cosi' da milioni di anni evolutivi. Noia, ansia, paura, angoscia, senso d'inadeguatezza di se' sono nemici e non aiutanti dell'apprendimento

*Daniela Lucangeli
Psicologa dell'educazione e dello sviluppo*

Introduzione

Dati di contesto:

1. Il territorio dell'azienda USL Toscana centro
2. Le attività
3. Indagine conoscitiva

Mandato e obiettivi

Le metodologie: le life skills -abilità per la vita

La peer education

Strumenti

Documenti di riferimento

Modalità di adesione

PROPOSTE ATTIVITÀ PER LA PROMOZIONE ED EDUCAZIONE ALLA SALUTE ANNO SCOLASTICO 2020/21

Ambito territoriale EMPOLI

● STARE BENE A SCUOLA: RELAZIONI, ACCOGLIENZA ED EMOZIONI

Star bene a scuola: 1° anno - life skills emotive

Star bene a scuola: 2° anno - life skills relazionali

Star bene a scuola: 3° anno - life skills cognitive

Star bene a scuola : aggiornamento post formazione

Campus della salute: lo sto bene quando

Peer education

Io e gli altri – Le relazioni efficaci

Gaia 21: educare alla consapevolezza globale e alla salute psicosomatica

● AFFETTIVITÀ E SESSUALITÀ CONSAPEVOLE

Affettivamente: percorso di formazione biennale

Safe sex, preserva... ti: AIDS - Troviamo la chiave per risolvere il problema

● PREVENZIONE DELLE DIPENDENZE E COMPORTAMENTI A RISCHIO

Smart unplugged

● CULTURA DELLA SICUREZZA

#IORESTOSICURO

La sicurezza è un tesoro: alla scoperta dei segnali stradali

Sicurezza e mobilità sostenibile: la bicicletta

Sicurezza su 2 ruote: lo scooter

Emergenza sanitaria: cosa fare

Visita in centrale operativa

La salute si impara: alimentazione sana e stile di vita attivo nei bambini delle scuole primarie

● CULTURA DELLA DONAZIONE E CITTADINANZA CONSAPEVOLE

La cultura del dono: stili di vita salutari per un futuro da cittadini più consapevoli

La donazione del sangue

Io e gli animali

Servizio civile: un'opportunità per i giovani di imparare facendo

● ALIMENTAZIONE E MOVIMENTO

Istituti alberghieri ed agrari per la salute: educare i giovani al ciclo della natura e al cibo sano

Stretching... che favola

Stretching in classe

Ambito territoriale FIRENZE

● STARE BENE A SCUOLA: RELAZIONI, ACCOGLIENZA ED EMOZIONI

A.L.B.A.

AttivaMente

Indice

Campus della salute
Outdoor education
Star bene a scuola: educare le life skills
Peer education

● AFFETTIVITÀ E SESSUALITÀ CONSAPEVOLE

Affettivamente
Safe sex, preserva... ti

● PREVENZIONE DELLE DIPENDENZE E COMPORTAMENTI A RISCHIO

Uso consapevole dei farmaci
Prevenzione delle dipendenze
Io vivo e non fumo
Smart unplugged
Zero in un soffio

● CULTURA DELLA SICUREZZA

#IORESTOSICURO
Con la prudenza il pericolo domino
Emergenza sanitaria: cosa fare
Visita in centrale operativa
Sai cosa mangi?

● CULTURA DELLA DONAZIONE E CITTADINANZA CONSAPEVOLE

Donare sangue: la scelta giusta
Io e gli animali
La cultura del dono: stili di vita salutari per un futuro da cittadini più consapevoli
Servizio civile: un'opportunità per i giovani di imparare facendo

● ALIMENTAZIONE E MOVIMENTO

Istituti alberghieri ed agrari per la salute: educare i giovani al ciclo della natura e al cibo sano
La salute si impara: alimentazione sana e stile di vita attivo nei bambini delle scuole primarie
Stretching... che favola!
Stretching in classe

Ambito territoriale PISTOIA

● STARE BENE A SCUOLA: RELAZIONI, ACCOGLIENZA ED EMOZIONI

Gaia: educare alla consapevolezza globale e alla salute psicosomatica
Star bene a scuola : costruire insieme il benessere in classe con le life skills
AttivaMente: dove ti incontro?
A scuola di emozioni

● AFFETTIVITÀ E SESSUALITÀ CONSAPEVOLE

Love & Co.
Affettivamente: andiamo al consultorio
Safe sex, preserva...ti. Occhio ragazzi!, HiV: chi lo conosce lo evita
Spazio giovani a scuola

● PREVENZIONE DELLE DIPENDENZE E COMPORTAMENTI A RISCHIO

Peer education (scuole secondarie di II°)
Smart unplugged

● CULTURA DELLA SICUREZZA

#IORESTOSICURO
Emergenza sanitaria: cosa fare
Visita in centrale operativa
Help! Imparare a soccorrere a scuola e a casa
Usa il cellulare... con la testa

● **CULTURA DELLA DONAZIONE E CITTADINANZA CONSAPEVOLE**

Donare sangue: la scelta giusta

La cultura del dono: stili di vita salutari per un futuro da cittadini più consapevoli

Servizio civile: un'opportunità per i giovani di imparare facendo

● **ALIMENTAZIONE E MOVIMENTO**

La salute si impara: alimentazione sana e stile di vita attivo nei bambini delle scuole primarie

Istituti alberghieri ed agrari per la salute: educare i giovani al ciclo della natura e al cibo sano

Stretching che favola!

Stretching in classe

Ambito territoriale PRATO

● **STARE BENE A SCUOLA: RELAZIONI, ACCOGLIENZA ED EMOZIONI**

Costruiamo l'amicizia: solidarietà e divertimento creativo

Gaia: educare alla consapevolezza globale e alla salute psicosomatica

Star bene a scuola: gestione dello stress

● **AFFETTIVITÀ E SESSUALITÀ CONSAPEVOLE**

Affettivamente scuola primaria

Affettivamente scuola secondaria

Affettivamente: andiamo al consultorio

Cittadini della salute – Peer education

Safe sex, preserva... ti: salta il rischio

● **PREVENZIONE DELLE DIPENDENZE E COMPORTAMENTI A RISCHIO**

Ballo, sballo e riballo

Smart unplugged

● **CULTURA DELLA SICUREZZA**

#IORESTOSICURO

Le malattie infettive nella comunità scolastica e il ruolo dei vaccini

S.O.S insegnanti: sensibilizzare al primo soccorso

Emergenza sanitaria: cosa fare

Visita in centrale operativa

● **CULTURA DELLA DONAZIONE E CITTADINANZA CONSAPEVOLE**

Educazione al dono del sangue e del midollo osseo

Educazione al dono del sangue e del midollo osseo – Educare alla cittadinanza e alla solidarietà

Educazione al dono del sangue e del midollo osseo – Essere sani... per chi?

Educazione al dono del sangue e del midollo osseo – Il dono nelle zaino

La cultura del dono: stili di vita salutari per un futuro da cittadini più consapevoli

Servizio civile: un'opportunità per i giovani di imparare facendo

● **ALIMENTAZIONE E MOVIMENTO**

Istituti alberghieri e agrari per la salute – Educare i giovani al ciclo della natura e del cibo sano

Cucinare senza fuochi: mani in pasta – Laboratorio esperienziale

L'orto appeso: storia di un seme... tocco, annuso, sento

L'orto scolastico: "O"... come orto e "M"... cosa mangio

La salute si impara: alimentazione sana e stile di vita attivo nei bambini delle scuole primarie

Stretching... che favola!

Stretching in classe

Introduzione

La promozione della salute è fondamentale per creare negli individui e nella comunità livelli di competenza e capacità di controllo che mantengano o migliorino il capitale di salute e di benessere.

Gli interventi di prevenzione e promozione della salute si svolgono in luoghi e contesti definiti quali scuola, comunità, luoghi di lavoro, servizi sanitari (setting) che devono essere sempre più integrati e interconnessi.

Analogamente risultano essenziali alleanze e sinergie intersettoriali fra più forze, secondo il principio della Salute in tutte le Politiche ("Health in all Policies") a ribadire che la salute e il benessere sono il risultato di interazioni fra determinanti personali, biologici, socioeconomici e ambientali. L'emergenza sanitaria da SARS COV 2 ha dimostrato l'importanza di affrontare le sfide per la salute collettiva in un approccio globale e quanto determinanti siano le competenze dei cittadini in termini di conoscenza, responsabilità e consapevolezza per la crescita culturale sociale ed emotiva delle comunità.

La scuola rappresenta il luogo privilegiato per azioni di educazione, informazione, formazione per rendere i giovani cittadini capaci di agire sulla propria salute.

Ciò rappresenta l'applicazione dei nuovi indirizzi di policy integrata per la promozione della salute nelle scuole (Intesa Stato-Regioni; delibera regione Toscana). Il documento valorizza sempre più l'alleanza fra mondo della scuola e della sanità per realizzare programmi condivisi, finalizzati alla prevenzione e alla tutela della salute fisica, psico-emotiva e sociale delle giovani generazioni.

Riconosciuta la missione formativa della scuola, si evidenzia come il sistema Scolastico e il sistema Sanitario, abbiano fondamentali interessi comuni la cui combinazione può consentire alla scuola di diventare un luogo dove imparare, lavorare e vivere "meglio" e dove la salute non è un contenuto tematico ma è un processo che influenza significativamente il successo formativo, nell'ambito di una completa dimensione di benessere che, come tale, deve costituire elemento caratterizzante il curriculum.

Il punto di incontro tra la mission della scuola e la mission delle istituzioni a tutela della salute è dato dall'esigenza di accrescere nei giovani abilità spendibili nei vari ambiti e contesti: la scuola è chiamata a sviluppare negli studenti le competenze chiave per la cittadinanza così come le istituzioni per la tutela della salute sono chiamate a promuovere nei giovani la capacità di mantenere un adeguato livello di benessere psico-fisico.

Alcune delle indicazioni per strutturare un percorso congiunto e continuativo di medio e lungo termine tra "Scuola" e "Salute", in modo da rendere sinergici obiettivi e programmi riguardanti la salute e il benessere e rispondenti a criteri di efficacia e appropriatezza sono:

- inserire i temi della salute nei curricula scolastici come un percorso di educazione trasversale a tutte le discipline, al fine di dotare ogni studente di competenze di base e life skill.
- promuovere la diffusione di programmi di intervento che puntino a costruire nelle Scuole un know-how che privilegino un approccio metodologico inclusivo e proattivo e utilizzino al meglio le potenzialità educative e formative proprie del contesto scolastico anche in raccordo con la comunità locale,
- sviluppare, razionalizzare e diffondere modelli educativi orientati a metodologie validate dalla letteratura scientifica per promuovere la costruzione di responsabilità individuali in tema di salute e benessere (Life Skill e Peer Education).
- raccolta e diffusione su "Buone pratiche" trasferibili.

Mai come in questo momento è necessaria l'alleanza fra scuola e sanità per coprogettare efficaci iniziative di promozione della salute, facendo tesoro dell'esperienza collettiva della pandemia con tutti i suoi risvolti sulla didattica, sulla vita lavorativa, sulla vita familiare e in generale sulle relazioni. A tale scopo è stato elaborato e inviato un questionario per la rilevazione dei bisogni e dei suggerimenti da parte dei Dirigenti scolastici e degli Insegnanti/Referenti per acquisire spunti preziosi per la programmazione delle attività educative di promozione della salute dell'anno scolastico 2020/21. La flessibilità della presente offerta educativa che sarà, se necessario, anche rivalutata nel corso dell'anno rappresenta l'impegno della Promozione della Salute ad adeguarsi ai contesti che cambiano senza venir meno al suo mandato di supporto alla scuola nell'affrontare un nuovo e complesso anno scolastico. In linea con le esigenze emerse dal confronto con la scuola, sono stati mantenute tutte le aree tematiche e sostanzialmente tutte le progettualità, prevedendone una rimodulazione:

in "modalità digitale"



in "modalità all'aperto"



privilegiando comunque la "modalità in presenza"



laddove possibile.



1 - Il territorio dell'Azienda USL Toscana centro

L'Azienda USL Toscana centro è costituita da quattro ambiti territoriali Firenze, Empoli, Pistoia e Prato e le seguenti zone territoriali Empolese, Valdarno inferiore, Fiorentina, Mugello, Fiorentina nord ovest, Fiorentina sud est, Pistoiese, Valdinievole e Pratese. Si tratta di un'area molto vasta (5.000 Km²) con una popolazione di 1.600.000 circa residenti, ovvero il 43% della popolazione toscana.

Sono presenti sul territorio della Azienda USL Toscana centro n. 300 istituti scolastici, n. 183.472 studenti e n. 8.226 classi.

AREA VASTA CENTRO	
dati demografici anno 2017 (fonte dati sito della Regione Toscana)	
ZONA	RESIDENTI
EMPOLESE	242.013
FIorentina NORD OVEST	222.839
FIorentina SUD EST	170.567
FIRENZE	380.948
MUGELLO	64.015
PISTOIESE	171.723
VAL DI NIEVOLE	120.169
PRATESE	256.071
TOTALE	1.628.345

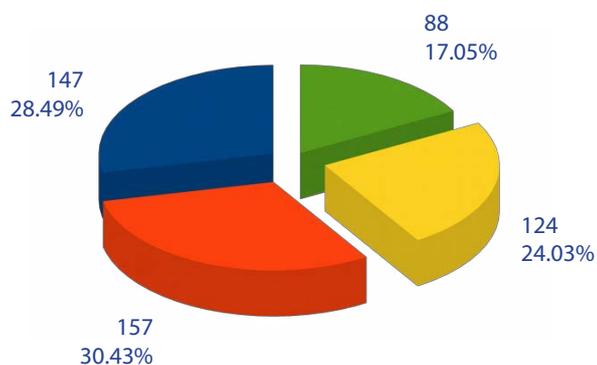
2 - Le attività

Progetti attivati nell'anno scolastico 2019/20

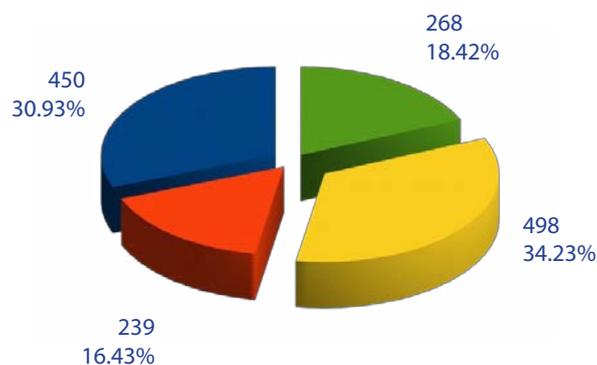
L'adesione alle proposte è stata molto soddisfacente nell'anno scolastico 2019/20 con un totale di 516 richieste. Come noto all'inizio del mese di marzo è stata sospesa l'attività scolastica in presenza a causa dell'emergenza sanitaria. Nonostante ciò sono stati completati circa l'80% dei percorsi educativi attivati, attraverso la rimodulazione con strumenti digitali. Gli operatori della promozione della salute in raccordo con dirigenti e insegnanti hanno infatti sperimentato nuove modalità di comunicazione. L'esperienza svolta viene valorizzata nelle proposte per l'anno scolastico 2020/21.

ATTIVITÀ ANNO SCOLASTICO 2019/20					
	FIRENZE	EMPOLI	PISTOIA	PRATO	TOTALE
RICHIESTE (PLESSI)	147	157	124	88	516
ALUNNI	3055	4616	7683	5682	21036
CLASSI	450	239	498	268	1455
INSEGNANTI	219	337	222	319	1097

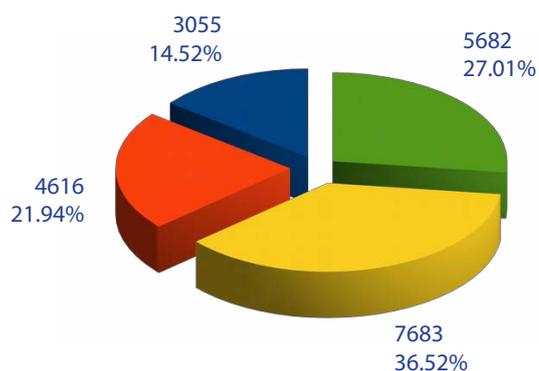
PLESSI



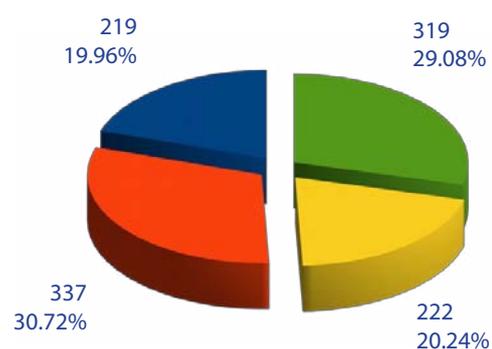
CLASSI



ALUNNI



INSEGNANTI



La promozione della salute: mandato e obiettivi

Quarant'anni dopo la costituzione dell'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS, 1948), durante la Conferenza internazionale per la Promozione della Salute tenutasi ad Ottawa nel 1986, veniva data la definizione di promozione della salute come "processo che mette in grado le persone di aumentare il controllo sulla propria salute e di migliorarla".

Per raggiungere uno stato di completo benessere fisico, mentale e sociale, un individuo o un gruppo deve essere capace di identificare e realizzare le proprie aspirazioni, di soddisfare i propri bisogni, di cambiare l'ambiente circostante. La promozione della salute entrando a pieno nella definizione in positivo della salute, supera il concetto di prevenzione (delle malattie) e mira al benessere come suo unico obiettivo.

Dopo il 1986 promuovere salute significa promuovere benessere nella sua dimensione fisica, psicosociale ed emotiva.

La promozione della salute con la Carta di Ottawa non è più sola responsabilità dei sanitari e del mondo sanitario, ma diventa una responsabilità condivisa di tutte le risorse del territorio (istituzioni, terzo settore, comunità) e si realizza con la promozione del benessere che parte dalla capacità del singolo individuo o del gruppo di identificare le proprie aspirazioni e di soddisfare i propri bisogni interagendo con l'ambiente e modificandolo a tal fine.

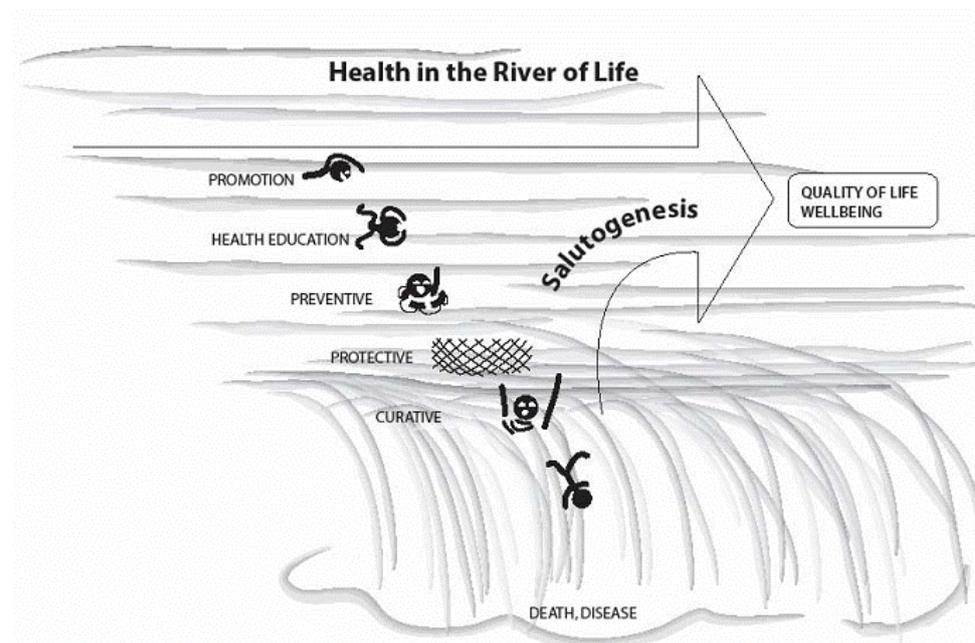
In una successiva storica conferenza internazionale di Promozione della Salute svoltasi a Helsinki nel 2013 viene presentata la dichiarazione della "Salute in tutte le Politiche" volta a promuovere l'elaborazione e l'attuazione di politiche favorevoli alla salute in diversi ambiti quali alimentazione, ambiente, commercio, educazione, industria, lavoro e trasporti.

Il mondo della scuola è il luogo privilegiato per mettere in atto tali obiettivi, per promuovere nelle giovani generazioni salute e benessere e prevenire tutte le forme di disagio.

Nel raggiungimento di tali obiettivi, promozione e prevenzione costituiscono una sinergia in cui la prevenzione ha lo scopo di agire sulle cause e sui fattori di rischio tramite interventi di sensibilizzazione e azioni sanitarie, mentre la promozione della salute ha lo scopo di formare, motivare, stimolare e agevolare le persone a intraprendere azioni e comportamenti favorevoli al mantenimento del benessere. Si fonda su metodologie che potenziano le abilità psico-sociali delle persone.

Le prestazioni di competenza si caratterizzano per l'elevato contenuto tecnico-professionale e la rilevante necessità di "personalizzazione" degli interventi mirati all'individuazione e/o risoluzione di problemi.

La Promozione della Salute inserisce le proprie attività all'interno del contesto sociale, culturale, economico e tecnico-scientifico per garantire ai propri interventi la migliore efficacia.



Mod. da Eriksson M, Lindström B.
A salutogenic interpretation of the
Ottawa Charter.
Health Promotion International
2008;23(2):190-199.
<https://www.dors.it/page.php?idarticolo=1028>

L'immagine rappresenta gli approcci diversi della promozione della salute rispetto all'educazione sanitaria, alla prevenzione e alla cura. Risulta chiaro come la promozione della salute agisca rendendo gli individui autonomi e responsabili rispetto alle loro scelte di salute. Il fiume è stato spesso usato come una metafora dello sviluppo della salute. Secondo Antonovsky, non è sufficiente per promuovere la salute cercare di evitare lo stress o di costruire ponti per evitare che le persone cadano nel fiume. Le persone dovrebbero invece essere aiutate ad imparare a nuotare (Antonovsky 1987). Il fiume della vita è un modo semplice per dimostrare le caratteristiche della scienza medica (cura e trattamento) e della salute pubblica (prevenzione e promozione) spostando la prospettiva e spostando il focus dalla medicina alla salute pubblica e alla promozione della salute della popolazione. Secondo la prospettiva della cura e del trattamento delle malattie, utilizzando la metafora del fiume, si intende che le persone devono essere salvate dall'annegamento nel fiume, utilizzando tecnologie sanitarie e terapie.

Per quanto concerne protezione e prevenzione, possiamo suddividere in due approcci: una prospettiva "protettiva" in cui gli interventi sono mirati a limitare i rischi di malattia e gli interventi si rivolgono a tutta la popolazione, adottando un approccio passivo (nella metafora del fiume, gli interventi sono volti a impedire che le persone finiscano nel fiume attraverso la costruzione di barriere) e una prospettiva "preventiva" che invece mira a prevenire le malattie con interventi attivi ed è caratterizzata da un atteggiamento di empowerment con coinvolgimento attivo delle persone (nella metafora del fiume non si utilizzano solo barriere per evitare la caduta nel fiume, ma si lavora con le persone affinché siano loro stesse a mettere in atto tutte le strategie per non cadere nel fiume).

Riguardo poi all'educazione alla salute/promozione della salute, l'educazione consiste nell'alfabetizzazione sulla salute (ritornando alla metafora del fiume, si tratta di insegnare a nuotare), attraverso un coinvolgimento attivo delle persone, in cui il professionista fornisce supporto alle decisioni relative alla salute; la promozione della salute invece considera la salute come un diritto umano, per tutelarne il quale, professionisti interagiscono e si coordinano con la società civile, non occupandosi solo di salute, ma soprattutto di benessere e qualità della vita. Proseguendo nella metafora del fiume quindi, sono tanti i rischi ma l'esito è ampiamente basato sulla nostra abilità di identificare ed usare le risorse per migliorare le nostre opzioni di salute e la nostra vita.

Metodologie: le life skills – abilità per la vita

È fondamentale che le attività di promozione della salute si basino sull'utilizzo di metodologie mirate ad agevolare nei destinatari lo sviluppo delle life skills, quella gamma di abilità cognitive, emotive e relazionali che permettono di operare con competenza sia sul piano individuale che sociale, ovvero consentono di acquisire un comportamento positivo e versatile grazie al quale si possono affrontare efficacemente le richieste e le sfide della vita quotidiana.

L'esigenza di definire delle "skills for life" (o più brevemente life skills) intese come "quelle abilità, competenze che è necessario apprendere per mettersi in relazione con gli altri e per affrontare i problemi, le pressioni e gli stress della vita quotidiana", viene avvertita in modo generalizzato a livello mondiale già negli anni '80.

L'ampia diffusione di fenomeni di dipendenza da sostanze di abuso (alcool, tabacco, droga, ...) è effetto e spesso anche causa del diffondersi di forme di disagio a livello individuale e sociale che hanno messo in crisi gli interventi di prevenzione sinora decisi dall'OMS (Organizzazione Mondiale della Sanità) e attuati in vari Stati soprattutto in ambito scolastico e nelle situazioni deputate all'apprendimento, dalla famiglia ai centri di formazione.

Sul finire degli anni '80, l'OMS cambia strategia e, in accordo con vari Stati, fonda e promuove l'attività di prevenzione sull'attivazione di processi di formazione da realizzare nelle scuole di ogni ordine e grado, a partire da quelle dell'infanzia, fino alle scuole secondarie e all'università.

Il mondo della scuola e la formazione rappresentano le vie con cui "attrezzare" il singolo individuo, a partire dall'infanzia, di quelle conoscenze, abilità, competenze che lo aiutano a diventare una persona, un cittadino, un lavoratore responsabile, partecipe alla vita sociale, capace di assumere ruoli e funzioni in modo autonomo, in grado di saper affrontare le vicissitudini dell'esistenza.

L'OMS pubblica nel 1993 il documento "Life skills education in schools", che contiene l'elenco delle abilità personali e relazionali utili per gestire positivamente i rapporti tra il singolo e gli altri soggetti. La mancanza di tali skills socio-emotive può causare, in particolare nei ragazzi e nei giovani, l'instaurarsi di comportamenti negativi e a rischio in risposta a stress.

Il "nucleo fondamentale" delle skills individuate dall'Organizzazione Mondiale della Sanità è costituito dalle seguenti 10 abilità e competenze:

- 1. DECISION MAKING** (capacità di prendere decisioni): competenza che aiuta ad affrontare in maniera costruttiva le decisioni nei vari momenti della vita. La capacità di elaborare attivamente il processo decisionale, valutando le differenti opzioni e le conseguenze delle scelte possibili, può avere effetti positivi sul piano della salute, intesa nella sua eccezione più ampia.
L'uomo deve scegliere, in questo sta la sua forza: il potere delle sue decisioni. (Paolo Coelho)
- 2. PROBLEM SOLVING** (capacità di risolvere i problemi): questa capacità, permette di affrontare i problemi della vita in modo costruttivo.
Applicare davvero il problem solving risulta impossibile se c'è l'abitudine di dare la colpa agli altri (Katsuja Hosotani)
- 3. PENSIERO CREATIVO:** agisce in modo sinergico rispetto alle due competenze sopracitate, mettendo in grado di esplorare le alternative possibili e le conseguenze che derivano dal fare e dal non fare determinate azioni. Aiuta a guardare oltre le esperienze dirette, può aiutare a rispondere in maniera adattiva e flessibile alle situazioni di vita quotidiana.
Qualsiasi cosa sia la creatività, è una parte nella soluzione di un problema (Brian Aldiss)
- 4. PENSIERO CRITICO:** è l'abilità ad analizzare le informazioni e le esperienze in maniera obiettiva. Può contribuire alla promozione della salute, aiutando a riconoscere e valutare i fattori che influenzano gli atteggiamenti e i comportamenti.
Siate sempre padroni del vostro senso critico e niente potrà farvi sottomettere (Alberto Manzi)
- 5. COMUNICAZIONE EFFICACE:** sapersi esprimere, sia sul piano verbale che non verbale, con modalità appropriate rispetto alla cultura e alle situazioni. Questo significa essere capaci di manifestare opinioni e desideri, bisogni e paure, esser capaci, in caso di necessità, di chiedere consiglio e aiuto.
Se i bambini vivono con le critiche, imparano a condannare... Se i bambini vivono con l'onestà, imparano a essere sinceri... Se i bambini vivono con gentilezza e considerazione, imparano il rispetto (D.L. Nolte)
- 6. CAPACITÀ DI RELAZIONI INTERPERSONALI:** aiuta a mettersi in relazione e a interagire con gli altri in maniera positiva, riuscire a creare e mantenere relazioni amichevoli che possono avere forte rilievo sul benessere mentale e sociale. Tale capacità può esprimersi sul piano delle relazioni con i membri della propria famiglia, favorendo il mantenimento di un importante fonte di sostegno sociale; può inoltre voler dire essere capaci, se opportuno, di porre fine alle relazioni in maniera costruttiva.
Gli uomini costruiscono troppi muri e mai abbastanza ponti (Isaac Newton)

7. AUTOCONSAPEVOLEZZA: ovvero sia riconoscimento di sé, del proprio carattere, delle proprie forze e debolezze, dei propri desideri e delle proprie insofferenze. Sviluppare l'autoconsapevolezza può aiutare a riconoscere quando si è stressati o quando ci si sente sotto pressione. Si tratta di un prerequisito di base per la comunicazione efficace, per instaurare relazioni interpersonali, per sviluppare empatia nei confronti degli altri.

La conoscenza del prossimo ha questi di speciale: passa necessariamente attraverso la conoscenza di se stesso (Italo Calvino)

8. EMPATIA: è la capacità di immaginare come possa essere la vita per un'altra persona anche in situazioni con le quali non si ha familiarità. Provare empatia può aiutare a capire e accettare i "diversi"; questo può aiutare a migliorare le interazioni sociali, per esempio, in situazioni di differenze culturali o etniche. La capacità empatica può inoltre essere di sensibile aiuto per offrire sostegno alle persone che hanno bisogno di cure e di assistenza, o di tolleranza, come nel caso dei sofferenti di AIDS, o di disordini mentali.

La più alta espressione dell'empatia è nell'accettare e non giudicare (Kari Rogers)

9. GESTIONE DELLE EMOZIONI: implica il riconoscimento delle emozioni in noi stessi e negli altri; la consapevolezza di quanto le emozioni influenzino il comportamento e la capacità di rispondere alle medesime in maniera appropriata.

Ogni emozione è un messaggio, il vostro compito è ascoltare... (Gary Zukav)

10. GESTIONE DELLO STRESS: consiste nel riconoscere le fonti di stress nella vita quotidiana, nel comprendere come queste ci "tocchino" e nell'agire in modo da controllare i diversi livelli di stress.

Lo stress è come una spezia: nella giusta proporzione esalta il sapore di un piatto, troppo poca produce un blando, noioso pasto: troppa può soggiogarlo (Donald Tubesing)

In sintesi l'OMS, con la promozione nelle scuole e nelle istituzioni formative non istituzionali delle life skills, avvia una strategia di prevenzione assumendo il concetto di salute del singolo come "stato di benessere psico-fisico e relazionale" in continuo divenire.

Gli obiettivi che si intendono perseguire con l'educazione delle life skills possono essere sintetizzati nei seguenti punti:

1. migliorare il benessere e la salute dei bambini e degli adolescenti tramite l'apprendimento di abilità e competenze utili per affrontare varie situazioni, anche di fronte all'imprevisto o a situazioni di forte stress emotivo (es. perdita di una persona cara; disoccupazione; insuccesso scolastico o professionale; fallimento in campo affettivo; ecc);
2. prevenire comportamenti a rischio (es. malattie trasmesse sessualmente, uso di sostanze psicotrope, cattiva alimentazione, ecc.)
3. formare le famiglie, gli insegnanti, gli educatori in genere e/o eventuali animatori di attività del tempo libero (es. sport).

In tempi più recenti, le analisi dei bisogni di salute delle nuove generazioni sempre più legate all'utilizzo di internet e dei social network come veicolo prioritario della comunicazione non fanno che confermare la necessità di promuovere la salute dei giovani attraverso l'educazione e il miglioramento delle abilità relazionali, comunicative e emotive.

Le life skills sono ancora oggi, nel mondo digitale, i principali fattori di protezione che possono aiutarci ad affrontare una realtà in continuo cambiamento che pone, sempre più, nuove sfide da affrontare.

Possiamo dire infatti che, l'educazione delle Life skills permette di sviluppare i **fattori di protezione:**

AUTOSTIMA: cioè la valutazione che un individuo fa e mantiene di se stesso, compresi i giudizi di approvazione e disapprovazione, ed indica quanto un individuo si ritiene, capace, significativo, abile. È riferita all'essere soddisfatti di sé, accettare i propri difetti e le proprie fragilità, rispettarli e provare tolleranza nei propri confronti. Possedere un'elevata autostima non significa essere superiori o essere arroganti e neppure sentirsi perfetti, bensì avere la consapevolezza e l'accettazione di propri limiti come essere umano (Rosemberg, 1985)

AUTOEFFICACIA: tra i determinanti personali che consentono di incidere su eventi ed esprimere le proprie potenzialità, il senso di autoefficacia rappresenta il più forte e pervasivo in molteplici ambiti della vita dell'individuo e, determinando gli obiettivi e gli standard personali delle persone, influenza il modo in cui le persone si sentono, pensano, agiscono, favorendo la motivazione al successo (Bandura 1992)

RESILIENZA: è la possibilità di trasformare una situazione dolorosa e traumatica in un processo di apprendimento e di crescita come capacità di riorganizzazione positiva della vita (Cyrułnik e Malaguti, 2005). Essere resilienti significa reinterpretare la situazione in cui ci si trova, ossia dare ad essa un diverso significato che non conduca alla disperazione e alla rassegnazione, ma mobiliti le risorse dell'individuo (Antonietti e Pizzingrilli 2011).



La peer-education

La peer education fa riferimento al rapporto di influenza reciproca che spontaneamente si instaura tra persone appartenenti al medesimo gruppo.

L'apprendimento è interattivo e partecipativo ed avviene in una relazione orizzontale, paritaria e non verticale, squilibrata rispetto al potere, come quella fra il ragazzo e l'insegnante o l'esperto.

La peer education con finalità preventive e di promozione di sani stili di vita nasce e si sviluppa negli anni '80 come strategia di auto e mutuo aiuto nella comunità gay di San Francisco in risposta alla diffusione del virus HIV e della forma clinica AIDS. Gli ottimi risultati ottenuti con questa esperienza sulla diffusione di comportamenti protettivi hanno determinato il successo di questo approccio.



Successivamente si è diffusa in Europa negli anni '90 con l'introduzione di modelli che valorizzano maggiormente il protagonismo giovanile e la dimensione affettiva e relazionale.

L'educazione tra pari fra adolescenti fonda i propri orientamenti teorici e i propri presupposti metodologici sul riconoscimento e valorizzazione del ruolo centrale che il sistema dei pari assume nell'ambito dei processi evolutivi. Durante l'adolescenza il gruppo dei pari, sia formale che informale, rappresenta una palestra in cui i ragazzi si formano in relazione agli altri e all'ambiente, amplificando le proprie possibilità di espressione e interazione.

La peer education che si basa sul modello dell'empowerment, ("empowered peer education) prevede un lavoro di rete flessibile e dinamico fra tutti i soggetti (istituzione scolastica, insegnanti, operatori socio-sanitari, risorse del territorio) e i saperi dei ragazzi si incontrano e si confrontano con i saperi dell'adulto in un rapporto di reciproca conquista e definizione della consapevolezza di sé e del controllo delle proprie scelte, decisioni e azioni, sia nell'ambito delle relazioni personali sia in quello della vita politica e sociale.

Giovani motivati vengono formati a sviluppare conoscenze e specializzazioni appropriate e a condividere queste conoscenze, in modo da informare e preparare altri a diffondere competenze e abilità simili all'interno dello stesso gruppo d'interesse.

La peer education permette ai ragazzi di acquisire valore, competenza e dignità.

Gli insegnanti sono parte integrante dei percorsi di peer education per il ruolo chiave all'interno dei percorsi scolastici, con la finalità di supportare la rete di promozione della salute che necessariamente l'intervento di peer education deve avere nella scuola.

Strumenti

Studi internazionali basati su prove di efficacia indicano strumenti utili di per sé per l'educazione delle life skills e nei percorsi di peer education:

LAVORI A COPPIE E DI GRUPPO Rispetto alla formazione frontale, la possibilità di approfondire una tematica, cercare in coppia o in gruppo una risposta a una domanda, permette ai partecipanti di sentirsi protagonisti del proprio apprendimento e stimola le risposte di creatività, pensiero critico e comunicazione efficace. In seguito al lavoro in coppia o di gruppo, entrambi i membri o un portavoce riportano a tutta la classe quanto emerso.

DISCUSSIONI E CONFRONTI La discussione e il confronto guidato dal docente su un argomento di apprendimento stimola le risorse di creatività, pensiero critico, comunicazione efficace. È importante che il docente cerchi di coinvolgere tutti i membri del gruppo classe nella discussione.

BRAINSTORMING È una tecnica creativa per generare idee e suggestioni su un particolare argomento. Qualunque tema può essere esplorato mediante il brainstorming.

Può essere posta una domanda o un problema e ciascuno, nel gruppo, è chiamato a fornire una suggestione in termini molto semplici, idealmente con una parola o con un breve frase. Il brainstorming dà la possibilità a tutti di dare la propria idea senza valutazione o critiche. È un modo per gli insegnanti per apprendere quanto gli studenti hanno capito di un determinato argomento. È anche un modo per ascoltare le idee di tutti in breve tempo.

ROLE-PLAYING È la messa in scena di una situazione raccontata in un testo o posta dal conduttore. Vengono assegnati i ruoli da interpretare e possono essere fornite anche delle indicazioni sul carattere dei personaggi o del vissuto rispetto alla situazione. Nel role-playing vari aspetti della realtà possono essere affrontati da diverse angolazioni e gli studenti possono mettere in gioco le life skills in quanto coinvolti in un personaggio di cui sperimentano le emozioni.

CIRCLE TIME Si tratta di uno strumento che facilita la comunicazione e la conoscenza reciproca, che aiuta a parlare dei propri problemi, facilita l'inclusione, fa emergere le competenze dei singoli alunni nel rispetto della diversità individuale, promuove un approccio problematico e democratico ai problemi, ovvero: stimola lo spirito critico. Nel circle time (chiamato anche "cerchio magico") ci si posiziona tutti in cerchio; seduti per terra o sulle sedie, l'importante è che ci si possa guardare tutti negli occhi. L'insegnante svolge la funzione di facilitatore del processo. A turno, alunni e insegnanti potranno dire la loro su un determinato argomento, un fatto accaduto, una scelta da condividere, ecc.; può essere utile creare un piccolo rituale prima di prendere la parola.

COOPERATIVE LEARNING Il Cooperative Learning è una modalità di apprendimento in cui gli studenti lavorano insieme in piccoli gruppi per raggiungere obiettivi comuni, cercando di migliorare reciprocamente il loro apprendimento. Tale metodo si distingue sia dall'apprendimento competitivo che dall'apprendimento individualistico e, a differenza di questi, si presta ad essere applicato ad ogni compito, ad ogni materia, ad ogni curriculum.

È una modalità di apprendimento in gruppo caratterizzata da una forte interdipendenza positiva fra i membri. Questa condizione non si raggiunge né riunendo semplicemente i membri, né limitandosi a stimolarli alla cooperazione, né richiedendo loro di produrre insieme un qualche prodotto finale. Essa, invece, è frutto della capacità di strutturare in maniera adeguata il compito da assegnare al gruppo, di allestire i materiali necessari per l'apprendimento e di predisporre le attività per educare i membri ai comportamenti sociali richiesti per un'efficace cooperazione.

FOCUS GROUP Il focus group è una tecnica qualitativa, utilizzata nella ricerca sociale, di rilevazione di dati relativi a informazioni, credenze, desideri, che si basa sulle informazioni che emergono da una discussione di gruppo su un tema o argomento che il ricercatore desidera indagare in profondità. Il numero dei partecipanti ad un focus group è contenuto (dai 6 ai 12).

Viene utilizzato nella Promozione della Salute in quanto dà ai partecipanti un ruolo attivo rispetto allo sviluppo di reti sociali e alla progettazione del benessere della comunità a cui appartengono (empowerment). Inoltre stimola la presa di posizione nei confronti di comportamenti salutari

RICERCA-AZIONE La ricerca azione vede la sua prima teorizzazione nei lavori dello psicologo sociale Kurt Levin. È un metodo di ricerca che comprende la sequenza di pianificazione dell'azione e verifica dei suoi possibili effetti.

Il termine "azione" non indica solamente un momento della sequenza sperimentale ma il coinvolgimento attivo del ricercatore e dei suoi colleghi nel campo sociale. In campo educativo la ricerca azione si sviluppa soprattutto come analisi della pratica educativa, finalizzata a introdurre cambiamenti migliorativi del benessere dell'insegnante e della classe. La ricerca azione è strategia di formazione in quanto impegna gli insegnanti in una riflessione sul proprio ruolo e sulle strategie messe in atto.

ATTIVAZIONI CORPOREE Le attivazioni corporee sono tutte quelle attivazioni che ci aiutano a sentire e ascoltare il nostro corpo in maniera consapevole. Molto spesso gli esseri umani si ricordano di possedere un corpo solo quando questo rimanda loro una qualche sensazione di malessere o di dolore.

In realtà, alla base dell'autoconsapevolezza, ma anche della capacità di gestire le emozioni e lo stress è importante migliorare l'autoconsapevolezza corporea attraverso la presa di coscienza del mondo in cui respiriamo, ci muoviamo, ci posizioniamo nello spazio. Questa attività si rivela tanto più importante nel periodo della crescita, quando il corpo del bambino e dell'adolescente, coinvolto in un processo di continuo cambiamento, ha bisogno di essere ascoltato, compreso e accettato nelle sue trasformazioni e particolarità.

Documenti di riferimento

In attesa dell'emanazione del Piano Nazionale di Prevenzione (PNP) 2020-25 e della relativa rimodulazione regionale (PRP), proseguono le progettualità del P.R.P. 2014-2018 (DGRT 1314 del 29.12.2015 e segg.), prorogato nel 2019.

La delibera GRT n. 742 del 3 giugno 2019, recepimento di atto di intesa Stato Regioni, rappresenta un documento strategico molto innovativo sugli indirizzi di " policy" integrate per la Scuola che Promuove Salute

Il documento evidenzia come il sistema scolastico e il sistema sanitario, abbiano fondamentali interessi comuni, la cui combinazione può consentire alla scuola di diventare un luogo dove imparare, lavorare e vivere "meglio" e dove la salute non è un contenuto tematico ma è un processo che influenza significativamente il successo formativo, nell'ambito di una completa dimensione di benessere che, come tale, deve costituire elemento caratterizzante il curriculum.

Le scuole che promuovono salute sostengono la diffusione dell'"Approccio scolastico globale"OMS che interviene contestualmente su tutti gli aspetti della vita della scuola, attraverso i Piani Triennali dell'Offerta Formativa (Legge 107/2015) con una visione integrata e continuativa, in sinergia con le istituzioni, lavorando di concerto con l'intera comunità.

Il punto di incontro tra la mission della scuola e la mission delle istituzioni a tutela della salute è dato dall'esigenza di accrescere nei giovani abilità spendibili nei vari ambiti e contesti: la scuola è chiamata a sviluppare negli studenti le competenze chiave per la cittadinanza così come le istituzioni per la tutela della salute sono chiamate a promuovere nei giovani la capacità di mantenere un adeguato livello di benessere psico-fisico, sociale ed emotivo.

Alcune delle indicazioni per strutturare un percorso congiunto e continuativo di medio e lungo termine tale da rendere sinergici obiettivi e programmi riguardanti la salute e il benessere e rispondenti a criteri di efficacia e appropriatezza sono:

- inserimento dei temi della salute nei curricula scolastici come un percorso di educazione trasversale a tutte le discipline, al fine di dotare ogni studente di competenze di base e life skill.
- promozione della diffusione di programmi di intervento che puntino a costruire nelle Scuole un know-how che privilegino un approccio metodologico inclusivo e proattivo e utilizzino al meglio le potenzialità educative e formative proprie del contesto scolastico anche in raccordo con la comunità locale,
- sviluppo, razionalizzazione e diffusione di modelli educativi orientati a metodologie validate dalla letteratura scientifica per promuovere la costruzione di responsabilità individuali in tema di salute e benessere (Life Skill e Peer Education).
- raccolta e diffusione di "Buone pratiche" trasferibili.

I progetti, le attività e gli ambiti tematici trattati nel catalogo sono, rimodulati sia nei contenuti che negli strumenti per rispondere ai bisogni emersi nell'emergenza sanitaria da SARS -COV2, individuati in relazione ai dati epidemiologici internazionali, nazionali, regionali e locali, ai riferimenti normativi regionali e sulla base degli indirizzi e gli orientamenti tratti da:

- relazione "Welfare e salute in Toscana" 2019
- relazione sanitaria "Lo stato di salute 2017 Ausl toscana centro"
- indagini e sorveglianze nazionali, regionali e locali (HBSC, EDIT, Okkio alla Salute, Passi) che forniscono dati relativi a comportamenti e stili di vita nella popolazione giovanile e adulta;
- interventi di provata efficacia o riferibili a buone pratiche secondo le indicazioni della evidence Based Health Promotion, che comprendono studi epidemiologici sui determinanti di salute, valutazioni di programmi di Promozione della Salute, ricerche di tipo sociologico sui modelli e sulle cause delle disuguaglianze o, in carenza, "quegli insiemi di processi ed attività che in armonia con i principi, valori, credenze e le prove di efficacia e ben integrati con il contesto ambientale, sono tali da poter raggiungere il miglior risultato possibile in una determinata situazione...". (Kahan e Goodstadt – Best practices in health promotion: the Interactive Domain Model (IDM) 2001);
- materiale documentario (libri, riviste progetti, banche dati) disponibile presso il Centro di Documentazione per l'Educazione alla Salute (CedEas) polo documentario;
- riflessioni e valutazioni interne alla struttura e a seguito di percorsi di formazione continua degli operatori con esperti anche in ambito di comunicazione, in particolare comunicazione digitale
- bisogni emersi dalle comunità locali e scolastiche in seguito ad incontri programmatori con gli Enti Locali, Istituzioni, Terzo Settore, Ufficio Scolastico Provinciale e con i Dirigenti Scolastici e gli Insegnanti Referenti di Educazione alla Salute delle Scuole di ogni ordine e grado presenti sul territorio di competenza dell'Azienda USL Toscana Centro con cui vengono stipulati specifici accordi di collaborazione

Modalità di adesione

Le scuole aderiscono ai percorsi educativi attraverso i moduli di adesione riportati nel catalogo.

Le adesioni devono pervenire alla UFC Promozione della Salute per e-mail, agli indirizzi riportati nelle schede dei vari ambiti nei tempi indicati. Il termine per la presentazione delle adesioni deve avvenire preferibilmente **entro il 15 novembre 2020**.

Le richieste vengono accolte secondo i seguenti criteri:

- ordine d'arrivo, fino ad esaurimento delle disponibilità;
- rapporto tra richiesta e realizzazione dei percorsi educativi negli anni precedenti, al fine di rendere fruibile l'offerta educativa a un maggior numero possibile di scuole del territorio;
- evidenze di problematiche particolari nella specifica comunità scolastica;
- livello di adesione al progetto da parte degli insegnanti dell'istituto.

COMUNICAZIONE ALLE SCUOLE ESCLUSE

Le scuole eventualmente escluse dai percorsi educativi riceveranno comunicazione formale entro il 15 dicembre 2020.

Per visionare le proposte delle attività
per la promozione ed educazione alla salute
anno scolastico 2020/21
cliccare sulla zona:

EMPOLI
FIRENZE
PISTOIA
PRATO

Salute e Benessere a scuola

2020 - 2021

Ambito territoriale
Empoli

Dipartimento della Prevenzione
UFC Promozione della Salute



CONTATTI

Direttore Gianna Ciampi

Email gianna.ciampi@uslcentro.toscana.it

Tel. 055 693 4506

Sandra Bonistalli

E.mail sandra.bonistalli@uslcentro.toscana.it

Tel. 0571 704552

Fax 0571 704554

Giampiero Montanelli

E.mail giampiero.montanelli@uslcentro.toscana.it

Tel. 0571 704553

Fax 0571 704554

Sede Empoli 50053 - Via dei Cappuccini, 79

E.mail promozionesalute.empoli@uslcentro.toscana.it

SALUTE E BENESSERE A SCUOLA - a.s. 2020/21

SCHEDA DI ADESIONE AI PROGETTI PER GLI STUDENTI

Compilare una scheda per ogni singolo progetto scelto

Data _____

TITOLO DEL PROGETTO SCELTO _____

LE SCHEDE DOVRANNO PERVENIRE PER EMAIL A **promozionesalute.empoli@uslcentro.toscana.it** ENTRO IL **15.11.2020**

ISTITUTO SCOLASTICO _____

PLESSO _____

INFANZIA PRIMARIA SEC. I GRADO SEC. II GRADO

INDIRIZZO _____

TELEFONO _____

E.MAIL _____

INSEGNANTE REFERENTE DEL PROGETTO

CELL. _____ E.MAIL _____

CLASSE	SEZIONE	N. ALUNNI	INSEGNANTI COINVOLTI

Indicare la piattaforma di videoconferenza online utilizzata dall'istituto scolastico _____

Insegnante referente Educazione alla Salute
Firma

Il dirigente scolastico
Timbro e firma

SALUTE E BENESSERE A SCUOLA - a.s. 2020/21

SCHEDA DI ISCRIZIONE PER INSEGNANTI

Compilare una scheda per insegnante e per ogni singolo progetto scelto

Data _____

TITOLO DEL PROGETTO SCELTO _____

LE SCHEDE DOVRANNO PERVENIRE PER EMAIL A promozionesalute.empoli@uslcentro.toscana.it ENTRO IL **15.11.2019**

NOME E COGNOME _____

MATERIA _____

CLASSE _____ SEZIONE _____ N. ALLIEVI _____

CELLULARE _____

E.MAIL _____

ISTITUTO SCOLASTICO _____

PLESSO _____

INFANZIA PRIMARIA SEC. I GRADO SEC. II GRADO

INDIRIZZO _____

TELEFONO _____

E.MAIL _____

EVENTUALI NOTE

Indicare la piattaforma di videoconferenza online utilizzata dall'istituto scolastico _____

Insegnante referente Educazione alla Salute
Firma

Il dirigente scolastico
Timbro e firma

SALUTE E BENESSERE A SCUOLA - a.s. 2020/21
SCHEDE DI ISCRIZIONE PER INSEGNANTI
Riepilogativa a cura dell'Istituto

Data _____

TITOLO DEL PROGETTO SCELTO _____

LE SCHEDE DOVRANNO PERVENIRE PER EMAIL A promozionesalute.empoli@uslcentro.toscana.it ENTRO IL **15.11.2020**

ISTITUTO SCOLASTICO _____

PLESSO _____

INDIRIZZO _____

TELEFONO _____

E.MAIL _____

ELENCO INSEGNANTI ISCRITTI:

NOME E COGNOME	GRADO DI SCUOLA	CLASSE	MATERIA/DISCIPLINA

Indicare la piattaforma di videoconferenza online utilizzata dall'istituto scolastico _____

Insegnante referente Educazione alla Salute
Firma

Il dirigente scolastico
Timbro e firma

Progetti per livello scolastico

indice

LIVELLO SCOLASTICO	PROGETTO	TARGET	PAG.
SCUOLA DELL'INFANZIA	#IORESTOSICURO	INSEGNANTI - PERS. ATA	23
	Affettivamente	INSEGNANTI	15
	La sicurezza è un tesoro: alla scoperta dei segnali stradali	ALUNNI	19
	Star bene a scuola: 1° anno - life skills emotive	INSEGNANTI	7
	Star bene a scuola: 2° anno - life skills relazionali	INSEGNANTI	8
	Star bene a scuola: 3° anno - life skills cognitive	INSEGNANTI	9
	Star bene a scuola: aggiornamento post formazione	INSEGNANTI	10
	Stretching... che favola!	INSEGNANTI - FAMIGLIE	30
	Io e gli altri - Le relazioni efficaci: progettazione e sperimentazione	INSEGNANTI	11
SCUOLA PRIMARIA	#IORESTOSICURO	INSEGNANTI - PERS. ATA	23
	Affettivamente	INSEGNANTI	15
	Gaia 21: educare alla consapevolezza globale alla salute psicosomatica	INSEGNANTI	14
	Campus della salute: lo sto bene quando...	ALUNNI - INSEGNANTI - FAMIGLIE	12
	Sicurezza e mobilità sostenibile: la bicicletta	ALUNNI	18
	La salute si impara	INSEGNANTI - FAMIGLIE	28
	Io e gli animali	ALUNNI	29
	Star bene a scuola: 1° anno - life skills emotive	INSEGNANTI	7
	Star bene a scuola: 2° anno - life skills relazionali	INSEGNANTI	8
	Star bene a scuola: 3° anno - life skills cognitive	INSEGNANTI	9
	Star bene a scuola: aggiornamento post formazione	INSEGNANTI	10
	Stretching in classe	INSEGNANTI - FAMIGLIE	31
	Io e gli altri - Le relazioni efficaci: progettazione e sperimentazione	INSEGNANTI	11
SCUOLA SECONDARIA I° GRADO	#IORESTOSICURO	INSEGNANTI - PERS. ATA	23
	Affettivamente	INSEGNANTI	15
	Gaia 21: educare alla consapevolezza globale alla salute psicosomatica	INSEGNANTI	14
	Campus della salute: lo sto bene quando...	STUDENTI - INSEGNANTI - FAMIGLIE	12
	Io e gli animali	STUDENTI	29
	Sicurezza su 2 ruote: lo scooter	STUDENTI	20
	Smart unplugged	INSEGNANTI	17
	Emergenza sanitaria: cosa fare	STUDENTI	21
	Visita in centrale operativa	STUDENTI	22
	Star bene a scuola: 1° anno - life skills emotive	INSEGNANTI	7
	Star bene a scuola: 2° anno - life skills relazionali	INSEGNANTI	8
	Star bene a scuola: 3° anno - life skills cognitive	INSEGNANTI	9
	Star bene a scuola: aggiornamento post formazione	INSEGNANTI	10
	Io e gli altri - Le relazioni efficaci: progettazione e sperimentazione	INSEGNANTI	11
SCUOLA SECONDARIA II° GRADO	#IORESTOSICURO	INSEGNANTI - PERS. ATA	23
	Istituti alberghieri ed agrari per la salute	STUDENTI	27
	La cultura del dono: stili di vita salutari per un futuro da cittadini più consapevoli	STUDENTI	24
	La donazione del sangue	STUDENTI	25
	Peer education	STUDENTI - INSEGNANTI	13
	Safe sex, preserva...ti: AIDS - Troviamo la chiave per risolvere il problema	STUDENTI	16
	Emergenza sanitaria: cosa fare	STUDENTI	21
	Visita in centrale operativa	STUDENTI	22
	Star bene a scuola: 1° anno - life skills emotive	INSEGNANTI	7
	Star bene a scuola: 2° anno - life skills relazionali	INSEGNANTI	8
	Star bene a scuola: 3° anno - life skills cognitive	INSEGNANTI	9
	Servizio civile: un'opportunità per i giovani di imparare facendo	STUDENTI	26

Stare bene a scuola: relazioni ed emozioni

Stare bene a scuola: 1° anno - life skills emotive



1° anno di formazione insegnanti: life skills emotive

Questo anno non sarà possibile accogliere iscrizioni al primo anno

PREMESSA

Lo scorso anno, causa interruzione della attività per l'emergenza covid 19, il percorso non è stato completato. Si propone la conclusione del progetto ai gruppi già costituiti secondo la seguente modalità:

1. la formazione sarà svolta in presenza, attraverso la costituzione di n.3 gruppi di massimo 15-17 persone ciascuno;
2. i due incontri da recuperare sono sostituiti da un campus di un'intera giornata dedicato alla gestione delle emozioni e all'empatia. Il campus (8 ore) si svolgerà presso la sede del Parco Benestare a San Vivaldo. I campus sono previsti nelle seguenti date: sabato 19, domenica 20 e sabato 26 settembre 2020.

Il progetto prevede un percorso triennale di formazione sulla metodologia delle life skills rivolto agli insegnanti della scuola dell'Infanzia, Primaria, Secondaria di primo e secondo grado.

La life skills education è una metodologia educativa che si basa sullo sviluppo e il rafforzamento delle abilità di vita, cioè delle competenze socio emotive che consentono alle persone di rispondere efficacemente alle richieste ed alle sfide della vita quotidiana, di governare i rapporti con il resto del mondo, di affrontare positivamente le difficoltà, evitando di assumere comportamenti a rischio per la propria salute e quella degli altri.

DESTINATARI

Scuola dell'infanzia – primaria – secondaria di primo e secondo grado

OBIETTIVO GENERALE

Formare gli insegnanti sulle skills emotive al fine di promuovere il benessere degli studenti

OBIETTIVI SPECIFICI

Sviluppare e allenare le life skills emotive: consapevolezza di sé, riconoscimento e gestione delle emozioni ed empatia

CONTENUTI

I concetti affrontati durante il 1° anno di formazione sono: salute, benessere, emozioni, motivazione, comportamento e apprendimento, life skills e stretching in classe. La life skills education e la peer education. La percezione del sé e lo sviluppo delle proprie potenzialità.

Le life skills emotive: consapevolezza di sé; gestione delle emozioni, empatia

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Il percorso formativo è di 28 ore totali così articolate:

- plenaria iniziale – 2 ore;
- campus di un'intera giornata dedicato alla consapevolezza di sé (8 ore, il sabato o la domenica);
- formazione in aula: 5 incontri di 3 ore ciascuno a cadenza mensile, che si terranno a Empoli- Via dei Cappuccini 79;
- plenaria conclusiva- 3 ore.

METODOLOGIA

Campus esperienziale, lavoro individuale e di gruppo, attività per lo sviluppo dei sensi; laboratorio di pittura sulle emozioni

MATERIALI E STRUMENTI

PEA, diario di bordo, attivazioni sulle skills emotive, bibliografia consigliata per i vari gradi scolastici

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Test di valutazione delle competenze individuali da compilare on line all'inizio del percorso formativo e al termine della formazione triennale; test di monitoraggio; test di gradimento al termine della formazione annuale

Feedback in itinere e finale con i dirigenti scolastici e gli insegnanti coordinatori delle scuole coinvolte

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute

REFERENTE

Sandra Bonistalli, Giampiero Montanelli

AMBITO TERRITORIALE

Empoli zone Valdelsa e Valdarno Inferiore

Stare bene a scuola: 2° anno - life skills relazionali



2° anno di formazione insegnanti: life skills relazionali

PREMESSA

Lo scorso anno, causa interruzione della attività per l'emergenza covid 19, il percorso non è stato completato. Si propone la conclusione del progetto ai gruppi già costituiti secondo la seguente modalità:

1. la formazione sarà svolta in presenza, attraverso la costituzione di n.3 gruppi di massimo 15-17 persone ciascuno;
2. i due incontri da recuperare sono previsti presso la sede del Parco Benestare a San Vivaldo nelle seguenti date: domenica 27 settembre, sabato 10 e domenica 11 ottobre 2020

Potranno accedere a questo percorso i docenti che hanno concluso il primo anno.

DESTINATARI

Scuola dell'Infanzia – Primaria – Secondaria di primo e secondo grado

OBIETTIVO GENERALE

Formare gli insegnanti sulle skills relazionali per promuovere il benessere degli studenti

OBIETTIVI SPECIFICI

Gestire lo stress; promuovere la comunicazione efficace e relazioni efficaci

CONTENUTI

Durante gli incontri verranno affrontati i seguenti temi: la gestione dello stress e le competenze emotive relazionali; la comunicazione efficace e le relazioni efficaci; la cooperazione, le skills relazionali nella didattica

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Il percorso formativo è di 28 ore totali così articolate:

- campus iniziale di un'intera giornata dedicato alla gestione dello stress (8 ore, sabato o la domenica);
- formazione in aula: 3 incontri di 3 ore ciascuno con cadenza mensile che si terranno a Empoli - Via dei Cappuccini 79;
- campus a fine percorso di un'intera giornata che chiude il percorso (8 ore, sabato o la domenica);
- plenaria conclusiva di 3 ore.

METODOLOGIA

Campus esperienziali, lavoro individuale e di gruppo, attività per allenare le skills relazionali, laboratori per lo sviluppo della relazione e comunicazione efficace

MATERIALI E STRUMENTI

PEA, diario di bordo, attivazioni sulle skills relazionali, laboratorio "silent book"; materiali bibliografici e letture consigliate per studenti dei vari gradi scolastici.

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Test di monitoraggio; test di gradimento al termine della formazione annuale

Feedback in itinere e finale con i Dirigenti scolastici e gli insegnanti coordinatori delle scuole coinvolte

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute

REFERENTE

Sandra Bonistalli, Giampiero Montanelli

AMBITO TERRITORIALE

Empoli zone Valdelsa e Valdarno Inferiore

Stare bene a scuola: 3° anno - life skills cognitive



3° anno di formazione insegnanti: Life skills cognitive

PREMESSA

Lo scorso anno, causa interruzione della attività per l'emergenza covid 19, il percorso non è stato completato. Si propone la conclusione del progetto ai gruppi già costituiti secondo la seguente modalità:

1. la formazione sarà svolta in presenza, attraverso la costituzione di n. 3 gruppi di massimo 15-17 persone ciascuno;
2. i due incontri da recuperare sono previsti presso la sede del Parco Benessere a San Vivaldo nelle seguenti date: sabato 17, sabato 24 e domenica 25 ottobre 2020.

Potranno accedere a questo percorso i docenti che hanno concluso il primo anno.

DESTINATARI

Scuola dell'Infanzia – Primaria – Secondaria di primo e secondo grado

OBIETTIVO GENERALE

Formare gli insegnanti sulle skills cognitive per promuovere il benessere degli studenti

OBIETTIVI SPECIFICI

Sviluppare e allenare le life skills cognitive: pensiero critico, risoluzione dei problemi, prendere buone decisioni e la creatività

CONTENUTI

"Gestione del conflitto" intra e inter personale, la fiducia, l'ottimismo, la risoluzione dei problemi, il pensiero critico, prendere decisioni; le skills cognitive nella didattica

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Potranno accedere a questo percorso i docenti che hanno concluso il primo anno

Il percorso formativo è di 28 ore totali così articolate:

- campus iniziale: un'intera giornata dedicato alla gestione dei conflitti (8 ore il sabato o la domenica);
- formazione in aula: 3 incontri di 3 ore ciascuno a cadenza mensile che si terranno a Empoli – Via dei Cappuccini 79;
- campus finale (8 ore il sabato);
- plenaria conclusiva di 3 ore.

METODOLOGIA

Campus esperienziali, lavoro individuale e di gruppo, attività per allenare le skills cognitive.

MATERIALI E STRUMENTI

PEA, diario di bordo, attivazioni sulle skills cognitive, bibliografia per studenti dei vari gradi scolastici

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Test di valutazione delle competenze individuali da compilare on line al termine della formazione triennale; test di monitoraggio; test di gradimento al termine della formazione annuale

Feedback in itinere e finale con i Dirigenti scolastici e gli insegnanti coordinatori delle scuole coinvolte

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute

REFERENTE

Sandra Bonistalli, Giampiero Montanelli

AMBITO TERRITORIALE

Empoli zone Valdelsa e Valdarno Inferiore

Stare bene a scuola: aggiornamento post-formazione



Life skills - incontri di aggiornamento post formazione: motivazione, cambiamento e progettazione

PREMESSA

Modulo dedicato ai docenti che hanno concluso il triennio di formazione sulla metodologia delle life skills per dare continuità alla formazione e facilitare le relazioni interpersonali, i processi di apprendimento del gruppo classe e il benessere.

DESTINATARI

Docenti che hanno concluso i tre anni di formazione sulla metodologia delle life skills

OBIETTIVO GENERALE

Promuovere il benessere a scuola

OBIETTIVI SPECIFICI

Consolidare, richiamare e motivare l'applicazione della metodologia delle Life Skills nella didattica per promuovere il benessere
 Individuare i bisogni della classe e il livello di ottimismo e di motivazione
 Individuare le alternative/possibilità e le risorse personali e del gruppo classe
 Individuare un tema di salute da progettare e attuare nella didattica

CONTENUTI

Efficacia e punti critici della applicazione pratica della metodologia; ottimismo e motivazione; ascolto, empatia; i bisogni della classe, le aspettative sulla classe e il livello motivazionale dell'insegnante; cambiamento e motivazione; i temi di salute e le life skills

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Il percorso formativo sarà attivato per un gruppo di 15/20 docenti massimo ed è di 20 ore totali così articolate:

- 2 intere giornate (Campus) ciascuna di 8 ore che si svolgeranno il sabato o la domenica durante il mese di marzo 2021 distanza di 15 giorni l'uno dall'altro (sabato 6 e 20 marzo). I campus si svolgeranno presso il centro " La Badia" - Psicologia adulti – Località Catena – San Miniato
- n. 1 incontro di 4 ore di giugno.

METODOLOGIA

Campus esperienziale; lavoro individuale e di gruppo

MATERIALI E STRUMENTI

Filmati, slides, materiale bibliografico, PEA, diario di bordo, scheda di progetto

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute

REFERENTE

Sandra Bonistalli, Giampiero Montanelli

AMBITO TERRITORIALE

Empoli zone Valdelsa e Valdarno Inferiore

Io e gli altri



Le relazioni efficaci: progettazione e sperimentazione percorso dedicato ai docenti che hanno concluso il primo modulo di aggiornamento post formazione

PREMESSA

Nella giornata conclusiva dell'aggiornamento post formazione " Motivazione, cambiamento e progettazione" i docenti hanno individuato come tema di salute e benessere da progettare e sperimentare nelle classi il seguente: le relazioni interpersonali e il benessere del gruppo classe.

Promuovere lo sviluppo delle relazioni interpersonali efficaci in termini di espressione dei bisogni, sentimenti, punti di vista e del rispetto reciproco, favorisce nel contesto scuola, l'attenzione, l'ascolto reciproco e i processi di apprendimento.

La finalità di questo percorso di formazione è costruire insieme un progetto che, a partire dall'infanzia fino alla secondaria di 1° grado, promuova lo star bene con se stessi e con gli altri.

Il percorso verrà progettato e sperimentato nella didattica così da valutarne l'efficacia.

DESTINATARI

Docenti che hanno concluso il percorso del 1° modulo aggiornamento post formazione per un totale di circa 45 insegnanti.

OBIETTIVO GENERALE

Promuovere il benessere a scuola

OBIETTIVI SPECIFICI

Consolidare, richiamare e motivare l'applicazione della metodologia delle Life Skills nella didattica per promuovere il benessere
Sviluppare le abilità relazionali dei singoli e del gruppo classe

Promuovere l'autonomia e la responsabilità in un clima di fiducia e stima reciproca basato sulla libertà e rispetto dell'altro

Sviluppare le competenze necessarie per gestire le relazioni conflittuali che insorgono quotidianamente nel contesto della classe

Creare un contesto d'apprendimento cooperativo, migliorando le competenze sociali degli alunni

Individuare le alternative/possibilità e le risorse individuali e di gruppo

CONTENUTI

L'ascolto, l'empatia, i bisogni della classe, le aspettative e il livello motivazionale dell'insegnante; quali alternative/possibilità per sviluppare le risorse personali e di gruppo; le relazioni efficaci come prevenzione del bullismo; io e gli altri: fattori di protezione e di rischio nella relazione intra e interpersonale ; le relazioni di gruppo: la collaborazione; la gestione delle emozioni.

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Il percorso formativo è di 30 ore totali (in presenza e on line) così articolate:

- n. 1 incontro di 4 ore in aula con entrambi i gruppi: sabato mattina 3 ottobre 2020 ore 9-13- RECUPERO del percorso 19-20;
- n. 8 ore di lavoro in sottogruppi on line per ordine di scuola di microprogettazione da realizzarsi da ottobre a dicembre 2020;
- n. 1 campus: 8 ore dedicato all'esperienza della didattica all'aperto – Entrambi i gruppi in formazione. Sabato 19 dicembre 2020 oppure sabato 23 gennaio 2021;
- n. 8-10 ore di lavoro individuale e sperimentazione in aula durante i mesi di gennaio, febbraio, marzo e aprile 2021.
- n.1 incontro di 4 ore di restituzione dei lavori e della sperimentazione svolta con le classi da realizzarsi sabato 15 oppure sabato 29 maggio 2021 (ore 9-13) a Empoli Sede ASL via dei Cappuccini- sala Elisabetta Chiarugi

METODOLOGIA

Campus esperienziale; lavoro individuale e di gruppo

MATERIALI E STRUMENTI

Filmati, slides, materiale bibliografico, PEA, diario di bordo, scheda di progetto

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute

REFERENTE

Sandra Bonistalli, Giampiero Montanelli

AMBITO TERRITORIALE

Empoli zone Valdelsa e Valdarno Inferiore

Campus della salute: io sto bene quando...

Campus dedicati alle classi degli insegnanti che partecipano al percorso "Star bene a scuola"



PREMESSA

Nell'ambito del percorso di formazione sulla metodologia delle life skills rivolto agli insegnanti proponiamo un'esperienza in mezzo alla natura da realizzarsi con le classi con le quali è stato avviato un percorso sulla metodologia delle life skills e, in particolare, ci riferiamo alle classi che hanno lavorato alle seguenti abilità: consapevolezza di sé, riconoscimento e gestione delle emozioni, la relazione e la comunicazione efficace.

DESTINATARI

Studenti 6 -12 anni, insegnanti, famiglie delle classi coinvolte

OBIETTIVO GENERALE

Allenare la comunicazione efficace. Promuovere e sviluppare le abilità relazionali della classe in un contesto extra scolastico

OBIETTIVI SPECIFICI

Fare esperienza di specifiche abilità: la relazione e la comunicazione efficace; allenare la conoscenza di sé utilizzando gli organi di senso; coinvolgere le famiglie nel processo educativo di sviluppo delle competenze di vita

CONTENUTI

Le life skills, consapevolezza di sé, riconoscimento e gestione delle emozioni, relazione e comunicazione efficace.

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Le classi e le insegnanti parteciperanno ad una giornata "campus della salute" in mezzo alla natura.

Il campus si svolge come una normale "uscita scolastica" (gita) con il seguente orario: 9,00 – 19,00 nei mesi di maggio, oppure, di settembre 2021 a Ponte a Cappiano – Ex Villa Landini Marchiani oppure a San Vivaldo presso la sede del Parco Benestare. Ogni scuola/docente dovrà:

- partecipare a n° 1 incontro che si terrà in modalità online per progettare nel dettaglio l'attività con i formatori e tutti i docenti coinvolti;
- organizzare un incontro con i famiglie della classe per illustrare il progetto
- l'attività durante il campus sarà gestita dalle insegnanti della/delle classi
- nel pomeriggio sarà organizzata una uscita nel bosco con guide naturalistiche
- le famiglie degli studenti/alunni saranno coinvolte attivamente nell'ultima parte della giornata "Campus della salute".

METODOLOGIA

Campus esperienziale: percorso sensoriale nel bosco, cooperative learning

Attività di gruppo ed individuali

MATERIALI E STRUMENTI

PEA, decalogo "Io sto bene quando..."

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Feedback insegnanti e famiglie

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute
Insegnanti, guide naturalistiche ed ambientali

REFERENTE

Sandra Bonistalli, Giampiero Montanelli

AMBITO TERRITORIALE

Empoli zone Valdelsa e Valdarno Inferiore



PREMESSA

La Peer Education è "la comunicazione tra coetaneo e coetaneo". E' un metodo educativo che si basa su un processo normale di passaggio di conoscenze, emozioni ed esperienze. Il presupposto di base è che un giovane possa raggiungere altri giovani ed essere ascoltato più facilmente di quanto possa fare un professionista e la sua azione possa essere più efficace perchè riconosciuta come pari.

Questo anno il percorso sarà realizzato solo con l'ITC Cattaneo di San Miniato per garantire la continuità con i peer formati in questi anni.

DESTINATARI

Studenti delle classi 2° della scuola secondaria di secondo grado e insegnanti delle classi 4° e seconde dell'ITC Cattaneo di San Miniato

OBIETTIVO GENERALE

Promuovere il benessere della persona, delle sue capacità personali ed il senso di autoefficacia

OBIETTIVI SPECIFICI

Stimolare il protagonismo e la responsabilizzazione dei giovani rispetto alla salute propria e degli altri.

Sviluppare abilità personali e relazionali funzionali alla gestione dei gruppi classe.

Formare un gruppo di insegnanti delle classi coinvolte (seconde e terze) al fine di sostenere e valutare il percorso.

CONTENUTI

Stare bene insieme : rispetto reciproco, ascolto, cooperazione e condivisione; il concetto di salute e benessere; fattori di protezione e rischio per la salute rispetto alle scelte di comportamenti.

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

N. 1 incontro con il gruppo dei Peer senior a settembre per programmare le attività e restituzione risultati di valutazione dello scorso anno.

Sono da prevedere:

- incontri dei peer senior con le classi seconde in presenza e online e n. 1 incontro di 4 ore di formazione con gli insegnanti delle classi seconde
- valutazione e restituzione finale con gli studenti e i docenti

METODOLOGIA

cooperative learning, role playing, simulazioni

MATERIALI E STRUMENTI

Bibliografia, slides e filmati, schede di progetto

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Questionario di gradimento dei Peer

Questionario di gradimento sugli interventi nelle classi seconde

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute

REFERENTE

Sandra Bonistalli, Giampiero Montanelli

AMBITO TERRITORIALE

Empoli zone Valdelsa e Valdarno Inferiore

Gaia-2-1

Educare alla consapevolezza globale e alla salute psicosomatica



PREMESSA

Il progetto "Gaia" è un programma di educazione alla consapevolezza globale e alla salute psicofisica ideato e sviluppato da un'equipe di docenti, professori universitari, educatori, psicologi e medici dell'associazione di promozione sociale "Villaggio Globale" di Bagni di Lucca, che è stato approvato e finanziato dal Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali, ai sensi dell'art. 12, legge 7 dicembre 2000, n. 383, anno finanziario 2013, e che è sostenuto dall'UNESCO, l'agenzia delle Nazioni Unite per l'Educazione, la Scienza e la Cultura.

I dati nazionali relativi all'"abbandono scolastico", al bullismo, alla "differenza di genere" e alla "violenza fisica e psicologica a bambine e ragazze" evidenziano un reale problema le cui radici devono essere ricercate nelle situazioni di malessere sociale ed economico di una società in rapida globalizzazione. Questo malessere si riflette sui bambini e sui giovani di ambo i sessi generando stress, disagio psicosomatico, aggressività, isolamento e depressione; disturbi che l'Organizzazione Mondiale della Sanità, ha definito come le "malattie del nostro tempo".

La finalità è promuovere un programma educativo che ponga al centro lo sviluppo di una consapevolezza globale di se stessi e del pianeta e che dia le basi etiche, scientifiche e umane per essere cittadini creativi della società globalizzata in cui viviamo.

DESTINATARI

Insegnanti di scuola dell'Infanzia, primaria, secondaria di 1° e 2° grado che attuano la metodologia delle life skills.

OBIETTIVI GENERALE

Formare gli insegnanti per attuare nelle classi il percorso "Gaia 21"
Sviluppare una maggiore consapevolezza psicosomatica di sé

OBIETTIVI SPECIFICI

Ridurre lo stress e l'ansia

Gestire le emozioni

Migliorare l'attenzione e la presenza

Gestire l'aggressività e le tensioni emotive

Migliorare il clima e la cooperazione del gruppo classe

Migliorare il rendimento scolastico aumentando l'attenzione e la presenza, riducendo l'irrequietezza e la tensione.

CONTENUTI

Il corpo e i suoi segnali, impariamo ad ascoltarci, prendersi cura di sé, il qui ed ora: cosa penso e cosa provo

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Saranno accolte richieste per un massimo di 15 docenti.

Il percorso formativo è di 20 ore totali (in presenza e on line) da dicembre 2020 a maggio 2021 nei giorni di martedì o giovedì dalle ore 14.00 alle ore 16.00 così articolate:

- ogni incontro avrà una durata di n. 2 ore
- Il primo incontro e l'ultimo incontro saranno organizzati in aula e si svolgeranno a Empoli, Via dei Cappuccini 79
- n. 8 incontri online

METODOLOGIA

Lavoro sul corpo e sulla respirazione; esercizi e movimenti del corpo guidati; riflessione e confronto sul sentire; espressione grafica dell'esperienza

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute

REFERENTE

Sandra Bonistalli, Giampiero Montanelli

AMBITO TERRITORIALE

Empoli zone Valdelsa e Valdarno Inferiore

Affettività e sessualità consapevole

Affettivamente: formazione biennale



Life skills e relazioni affettive "formazione di insegnanti per insegnanti"

PREMESSA

Il progetto nasce dalla esigenza di affrontare la tematica della affettività e sessualità in maniera trasversale (dall'infanzia alla secondaria di 1° grado) utilizzando la metodologia delle life skills. E' stato creato un gruppo di lavoro formato da insegnanti e operatori della promozione della salute finalizzato a sviluppare un percorso condiviso a partire dalle indicazioni del documento "Standard per l'educazione sessuale in Europa" definito a livello internazionale L'educazione alla affettività e sessualità fa parte dell'educazione alla persona e, più in generale, contribuisce allo sviluppo dell'identità di genere, migliora la qualità della vita, la salute ed il benessere. Affrontare la tematica impiegando la metodologia delle life skills aiuta a far maturare nei bambini/e e ragazzi/e quelle competenze che li renderanno capaci di determinare autonomamente le proprie relazioni affettive nelle varie fasi della vita.

DESTINATARI

Insegnanti di: scuola dell'Infanzia – Primaria – Secondaria di primo grado

OBIETTIVI GENERALE

Promuovere lo sviluppo delle competenze socio – emotive nell'ambito di un percorso educativo su affettività e sessualità al fine di attuare percorsi rivolti alle classi dei docenti che parteciperanno alla formazione

OBIETTIVO SPECIFICI

1° anno Acquisire conoscenze sulla educazione sentimentale

Acquisire metodologie e strumenti di lavoro per la realizzazione di percorsi nelle classi (infanzia, primaria e secondaria di primo grado)

Realizzare il progetto definito durante la formazione.

Produrre materiale in formato digitale da divulgare a insegnanti e genitori attraverso un canale dedicato.

Coinvolgere i genitori.

2° anno Dare continuità ed approfondire vari aspetti della affettività e sessualità e le tematiche da trattare con gli studenti (dall'infanzia alla secondaria di 1° grado) utilizzando la metodologia delle life skills

Condividere, scambiare esperienze e documentare i percorsi intrapresi

Coinvolgere i genitori

Produrre materiale in formato digitale da divulgare a insegnanti e genitori attraverso piattaforme definite.

CONTENUTI

Le relazioni affettive, sessualità, salute e benessere; emozioni e affetti; relazioni e stili di vita, i cambiamenti del corpo in età evolutiva, essere maschi e essere femmine, il corpo umano e il suo sviluppo, amicizia, amore, innamoramento, stereotipi

Cosa e come affrontare la tematica con le classi e come coinvolgere i genitori

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

1° anno - PERCORSO DI 20 ORE: il percorso sarà attuato solo se ci sarà un numero adeguato di iscrizioni per un massimo di 20 insegnanti. Il corso di formazione, gestito dalle insegnanti del gruppo di coordinamento con il supporto degli operatori della Promozione della salute, è costituito da n. 20 ore totali così articolate:

- 2 intere giornate (campus) ciascuna di 8 ore che si svolgeranno nel mese di gennaio 2021 presso l'Auditorium "La Tinaia" di Parco Corsini a Fucecchio: sabato 16 e sabato 30 Gennaio dalle ore 9.00 alle ore 18.00
- n. 1 incontro di 4 ore in data sabato 20 Febbraio 2021 dalle ore 9.00 alle ore 13.00.

2° anno - PERCORSO DI 20 ORE: è prevista una formazione in aula e una formazione online secondo la seguente modalità:

- n. 1 incontro presso l'Auditorium "La Tinaia" di Parco Corsini a Fucecchio mercoledì 16 sett. 2020 dalle ore 15.00 alle 19.00 (4 ore)
- n. 4 incontri on line di n.2 ore ciascuno di approfondimento, confronto e scambio di esperienze. Le insegnanti dei 3 ordini di scuola (infanzia, primaria e secondaria di 1°grado) si "vedranno" online per condividere e costruire insieme il percorso per un totale di 8 ore
- n. 4 ore per produrre il materiale che documenta l'esperienza al fine di divulgare e socializzare i percorsi ai colleghi e ai genitori
- n.1 incontro finale di 4 ore previsto per Sabato 27 febbraio 2021 dalle ore 9 alle 13 che si svolgerà presso l'Auditorium "La Tinaia" di Parco Corsini a Fucecchio

METODOLOGIA

Life skills e peer education, laboratori esperienziali, lavoro individuale e di gruppo, cooperative learning

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute
Insegnanti del gruppo di lavoro: Patrizia Mazzuoli, Lori Vani, Sandra Vivaldi

REFERENTE

Sandra Bonistalli, Giampiero Montanelli

AMBITO TERRITORIALE

Empoli zone Valdelsa e Valdarno Inferiore

Safe sex, preserva... ti



AIDS: troviamo la chiave per risolvere il problema

PREMESSA

Sebbene la Sindrome da Immunodeficienza Acquisita (AIDS) sia ancora in piena espansione nel mondo l'attenzione da parte dei media è diminuita. L'argomento viene poco trattato se non in occasione della giornata mondiale di lotta all'AIDS (1° dicembre). Grazie ai miglioramenti della medicina l'aspettativa di vita dei soggetti sieropositivi è notevolmente aumentata e nell'opinione pubblica la percezione del rischio è nettamente diminuita. Il progetto, quale intervento informativo, si rivolge ai giovani per accrescere le conoscenze sulla malattia e fornire elementi utili per favorire comportamenti preventivi a salvaguardia della loro e dell'altrui salute

DESTINATARI

Studenti delle scuole secondarie di secondo grado (classi 2° - 3°)

OBIETTIVO GENERALE

Promuovere la conoscenza sulle malattie sessualmente trasmissibili ed in modo particolare sull'infezione da HIV

OBIETTIVI SPECIFICI

Informazione e sensibilizzazione sul comportamento da adottare per evitare il contagio da HIV

Informazione relative al test HIV

Il problema della discriminazione dei soggetti sieropositivi

Il consultorio AIDS, i consultori giovani e la app "I love safe sex"

CONTENUTI

Le vie di trasmissione del virus HIV, diagnosi e prevenzione

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

A seconda della logistica, sarà valutato l'abbinamento di due classi (circa 50 studenti) oppure incontri a singole classi. Ogni incontro ha una durata di 2 ore.

il percorso prevede un lavoro in sottogruppi, lavoro in plenaria e un momento teorico con il supporto e il confronto con gli operatori dell'Azienda USL.

Il progetto è strettamente legato alla situazione sanitaria e quindi alla disponibilità degli operatori.

METODOLOGIA

Incontri di tipo informativo- educativo

Utilizzo come supporto della app "I love safe sex"

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute e Igiene Pubblica e Nutrizione

REFERENTE

Sandra Bonistalli, Giampiero Montanelli

AMBITO TERRITORIALE

Empoli zone Valdelsa e Valdarno Inferiore

Prevenzione dipendenze e comportamenti a rischio

Smart-unplugged

Un programma efficace per la prevenzione dell'uso di tabacco, alcol e droghe



Per questo anno scolastico, a causa delle disposizioni anti Covid-19, non è prevista la formazione di nuovi docenti

PREMESSA

Unplugged è un programma di prevenzione scolastica dell'uso di sostanze che si basa sul modello dell'influenza sociale e integra attività basate sulle life skills con attività focalizzate sul credo normativo. Questo intervento educativo è stato sperimentato e valutato nell'ambito dello studio multicentrico EU-Dap, che ha coinvolto sette paesi europei (Belgio, Germania, Spagna, Grecia, Italia, Austria e Svezia).

Unplugged è un programma europeo di provata efficacia nel prevenire l'inizio e /o ritardare il passaggio dall'uso sperimentale a quello regolare di sostanze tra gli/le adolescenti.

Per questo anno scolastico Unplugged vede una provvisoria e diversa programmazione delle Unità vista la situazione che si è creata a seguito della pandemia da Covid-19.

Anche se buona parte delle attività del programma potranno essere realizzate in sicurezza senza particolari variazioni, per venire incontro alle nuove esigenze di sicurezza con le classi in presenza, l'iter formativo è stato riformulato selezionando e/o riadattando alcune esercitazioni garantendo lo svolgimento nel rispetto delle misure anti Covid-19. Al contrario, in caso di una nuova situazione epidemiologica peggiorativa oppure le direttive di ogni singola scuola impongano la didattica a distanza, presentiamo come alternativa, un piano di attività da svolgere in modalità online.

DESTINATARI

Insegnanti già formati e studenti della Scuola Secondaria di 1° grado del secondo anno o classi terze che non hanno completato il percorso nell'a.s. 2019-20.

OBBIETTIVO GENERALE

Unplugged mira a migliorare il benessere e la salute psicosociale dei ragazzi attraverso il riconoscimento ed il potenziamento delle abilità personali e sociali necessarie per gestire l'emotività e le relazioni sociali, e per prevenire e/o ritardare l'uso di sostanze.

OBBIETTIVI SPECIFICI

Migliorare il benessere e la salute psicosociale dei ragazzi, attraverso il riconoscimento ed il potenziamento delle abilità necessarie per gestire l'emotività e le relazioni sociali, al fine di prevenire e/o ritardare l'uso di sostanze
 Conoscere il modello dell'influenza sociale e le life skills, e il loro ruolo nella prevenzione scolastica dell'uso di sostanze e nella promozione della salute degli studenti
 Apprendere la metodologia necessaria per lavorare in classe con il modello dell'influenza sociale e delle life skills
 Migliorare le conoscenze sui rischi dell'uso di tabacco, alcol e sostanze psicoattive e sviluppare un atteggiamento non favorevole alle sostanze

CONTENUTI

Unplugged in presenza: sono state riviste le attività in una sequenza di 10 Unità

Unplugged in modalità a distanza: alcune Unità dal programma Unplugged riadattate per lo svolgimento online

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

È previsto un incontro di Retrainig di n.2 ore in videoconferenza con insegnanti già formati sia sul nuovo programma di attività Unplugged da svolgere in presenza con la classe, sia nella modalità online.

1-2 Incontri in itinere o entro la fine dell'a.s., sempre in modalità a distanza, come monitoraggio del percorso.

METODOLOGIA

incontri in videoconferenza

MATERIALI E STRUMENTI

Nuovo manuale (provvisorio, in versione digitale) per l'insegnante ad integrazione dell'originale; quaderno per gli studenti, set di carte

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Questionario di soddisfazione degli studenti e degli insegnanti e report delle unità

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro Formatori Accreditati Unplugged: Promozione della Salute

REFERENTE

Sandra Bonistalli, Giampiero Montanelli

AMBITO TERRITORIALE

Empoli zone Valdelsa e Valdarno Inferiore

Sicurezza e mobilità sostenibile: la bicicletta



Prevenzione degli incidenti stradali

PREMESSA

La cultura della sicurezza, che è alla base dell'acquisizione di comportamenti per la tutela di se stessi e degli altri, è un compito complesso di pertinenza dell'intera comunità. La sanità e la scuola nella sua funzione educativa sono chiamate a svolgere un ruolo di primo piano per la formazione di una cittadinanza consapevole e responsabile. E' quindi importante mettere in atto una serie di azioni rivolte ai giovani, target più sensibile per la riduzione degli incidenti stradali.

DESTINATARI

Scuola primaria – alunni 9-10 anni (classi quarta e quinta).

OBIETTIVO GENERALE

Aumentare la consapevolezza del rischio stradale, migliorare il livello di attenzione sulla strada, come pedone e ciclista al fine di ridurre gli incidenti stradali.

OBIETTIVI SPECIFICI

Sviluppare abilità precoci nell'apprendimento di informazioni utili alla gestione della sicurezza personale e degli altri, del rispetto delle regole della circolazione attraverso esperienze in aula e in circuito organizzato – Apprendere i comportamenti corretti da parte del pedone e del ciclista per la sua sicurezza.

CONTENUTI

Sicurezza, rischio e pericolo, conoscenza dei segnali, regole della circolazione, comportamenti corretti del passeggero in auto e in scuolabus con particolare attenzione a:

- compiti e funzioni della Polizia municipale
- cartelli stradali di particolare interessi per pedoni e ciclisti
- sistemi di protezione e loro uso corretto (cinture di sicurezza e casco da bici...)
- comportamento del pedone, del ciclista, del passeggero in auto e nello scuolabus
- utilizzo di indumenti e mezzi per aumentare la visibilità del pedone e del ciclista

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

- Insegnanti, agenti di Polizia Municipale e operatori ASL incontrano le famiglie delle classi partecipanti;
- cooprogettazione delle attività (insegnanti – agenti di Polizia Municipale);
- n. 1 incontro di due ore in aula con gli agenti di Polizia Municipale
- uscite a piedi o con lo scuolabus, con la presenza della Polizia Municipale, alla scoperta dei segnali stradali e delle regole del traffico e del territorio;
- eventuali eventi finali nelle singole scuole

Il numero di adesioni accolte potrà variare in base alla disponibilità degli agenti di Polizia Municipale.

METODOLOGIA

Lezioni frontali, incontri, laboratori, uscite didattiche sul territorio, circuiti specifici per valutare l'apprendimento delle regole alla guida della bicicletta o come pedoni

MATERIALI E STRUMENTI

Cartellonistica stradale, patentino del pedone e del ciclista perfetto

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute
Polizia Municipale dei vari Comuni sedi delle scuole che ne faranno richiesta

REFERENTE

Sandra Bonistalli, Giampiero Montanelli

AMBITO TERRITORIALE

Empoli zone Valdelsa e Valdarno Inferiore

La sicurezza è un tesoro



Alla scoperta dei segnali stradali

PREMESSA

La cultura della sicurezza, che è alla base dell'acquisizione di comportamenti per la tutela di se stessi e degli altri è un compito complesso di pertinenza dell'intera comunità. La sanità e la scuola nella sua funzione educativa sono chiamate a svolgere un ruolo di primo piano per la formazione di una cittadinanza consapevole e responsabile. E' quindi importante mettere in atto una serie di azioni rivolte ai giovani, target più sensibile per la riduzione degli incidenti stradali.

DESTINATARI

Scuola dell'infanzia – bambini di 4/ 5 anni.

OBIETTIVO GENERALE

Aumentare la consapevolezza del rischio stradale, migliorare il livello di attenzione sulla strada, come pedone e ciclista al fine di ridurre gli incidenti stradali.

OBIETTIVI SPECIFICI

Sviluppare abilità precoci nell'apprendimento dei segnali stradali e di informazioni utili alla gestione della sicurezza personale e degli altri. Conoscere i segnali stradali attraverso esperienze in aula e sulla strada - Apprendere i comportamenti corretti da parte del pedone e del ciclista per la sua sicurezza.

CONTENUTI

Sicurezza, rischio e pericolo, conoscenza dei segnali, regole della circolazione, comportamenti corretti del pedone, del passeggero in auto e nello scuolabus con particolare attenzione a:

- funzioni della Polizia Municipale;
- cartelli stradali per particolare interesse per pedoni e ciclisti;
- sistemi di protezione ed il loro uso corretto (cinture, casco da bici);
- utilizzo di indumenti e mezzi per aumentare la visibilità del pedone e del ciclista.

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

- Insegnanti, agenti di Polizia Municipale e operatori ASL incontrano i famiglie delle classi partecipanti;
- co-progettazione delle attività (insegnanti-agenti di Polizia Municipale);
- l'insegnante prepara la classe;
- uscite a piedi o con lo scuolabus, con la presenza della Polizia Municipale, alla scoperta dei segnali stradali e delle regole del traffico e del territorio;
- eventuali eventi finali nelle singole scuole.

Il numero di adesioni accolte potrà variare in base alla disponibilità degli agenti di Polizia Municipale.

METODOLOGIA

Lezioni frontali, laboratori, uscite didattiche sul territorio, circuiti specifici per favorire l'apprendimento delle regole della circolazione stradale

MATERIALI E STRUMENTI

Cartellonistica stradale e patentino del pedone perfetto

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute
Polizia Municipale dei vari Comuni sedi delle scuole che ne faranno richiesta

REFERENTE

Sandra Bonistalli, Giampiero Montanelli

AMBITO TERRITORIALE

Empoli zone Valdelsa e Valdarno Inferiore

Sicurezza su 2 ruote: lo scooter



Prevenzione degli incidenti stradali

PREMESSA

La cultura della sicurezza, che è alla base dell'acquisizione di comportamenti per la tutela di se stessi e degli altri, è un compito complesso di pertinenza dell'intera comunità. La sanità e la scuola nella sua funzione educativa sono chiamate a svolgere un ruolo di primo piano per la formazione di una cittadinanza consapevole e responsabile. E' quindi importante mettere in atto una serie di azioni rivolte ai giovani, target più sensibile per la riduzione degli incidenti stradali.

Il progetto "Sicurezza su 2 ruote" è al 14° anno di edizione. Oltre 14.500 studenti hanno avuto l'opportunità di utilizzare il simulatore di guida per ciclomotori e riflettere sulle tecniche di guida difensiva

DESTINATARI

Scuola secondaria di 1° grado – classi seconde e/o terze

OBIETTIVO GENERALE

Favorire la consapevolezza del rapporto tra comportamento sulla strada e rischio di incidente, accompagnando gli studenti in una riflessione su fattori umani, personali e sociali legati al comportamento a rischio.

OBIETTIVI SPECIFICI

Rafforzare la consapevolezza del rischio alla guida di un ciclomotore, la necessità dell'utilizzo degli elementi di protezione e tenere un comportamento sulla strada corretto e "vigile".

Promuovere la guida difensiva

CONTENUTI

Concetti di sicurezza, rischio e pericolo; cause più frequenti di incidenti stradali e i principali comportamenti che li determinano

Guida difensiva

Regole della sicurezza stradale e tutto quanto necessario per guidare in sicurezza lo scooter

Discussione tra pari sul tema degli incidenti stradali

Effetti dell'alcool e di altre sostanze sulla guida

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Si prevedono 2 incontri di 2 ore ciascuno così articolati:

- lezione in aula condotta dalla Polizia Municipale e una lezione pratica con il simulatore di guida e uso degli "occhiali alcolvista"

Progettazione:

- insegnante ed agente co-progettano l'intervento;
- l'insegnante prepara la classe all'incontro con l'agente di Polizia Municipale;
- intervento in classe da parte della Polizia Municipale;
- utilizzo del "simulatore di guida e degli "occhiali alcolvista".

Il numero di adesioni accolte potrà variare in base alla disponibilità degli agenti di Polizia Municipale.

METODOLOGIA

Lezioni frontali, esperienza sul simulatore di guida e discussione con il gruppo classe, esperienza con gli occhiali alcolvista"

MATERIALI E STRUMENTI

Simulatore di guida ed "occhiali alcolvista", manuale di guida difensiva Reloaded, materiale informativo sull'alcool, manuale d'uso del simulatore e consigli per la didattica, manuale per l'uso degli "occhiali alcolvista", tappeto per esercizio con occhiali alcolici e schede degli esercizi.

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute e Igiene
Polizia Municipale

REFERENTE

Sandra Bonistalli, Giampiero Montanelli

AMBITO TERRITORIALE

Empoli zone Valdelsa e Valdarno Inferiore

Emergenza sanitaria: cosa fare?



SOS Ragazzi: corretto utilizzo dei servizi di Emergenza/Urgenza e nozioni di Primo Soccorso

PREMESSA

Negli ultimi anni è stato osservato un incremento del ricorso ai servizi di emergenza-urgenza. Una delle principali cause di tale situazione è attribuita alla carenza di informazioni a disposizione del cittadino circa la natura e l'utilizzo del sistema di emergenza-urgenza. E' importante pertanto realizzare un intervento informativo/educativo diretto agli alunni/studenti essendo la Scuola uno dei luoghi deputati all'educazione e alla conoscenza relativa anche a comportamenti utili per la propria vita.

Ragazzi più informati saranno cittadini più consapevoli e competenti: promuovere la conoscenza dei servizi sanitari disponibili, le modalità di accesso e il loro corretto utilizzo significa lavorare per incrementare le capacità del cittadino di prendersi cura di sé (empowerment) per favorire, di conseguenza, l'efficacia e l'efficienza dei servizi stessi.

DESTINATARI

Studenti III classe scuola secondaria I grado
Studenti I, II, III classe scuola secondaria II grado

OBIETTIVO GENERALE

Promuovere la conoscenza e l'appropriato utilizzo dei servizi di emergenza/urgenza e contribuire a far acquisire competenze generiche sulle norme di primo soccorso

OBIETTIVI SPECIFICI

Conoscere il sistema di emergenza sanitaria e i professionisti che ci lavorano
Saper attivare in modo corretto il servizio di emergenza
Trasmettere nozioni di primo soccorso
Promuovere comportamenti consapevoli e responsabili in materia di sicurezza sulle strade e abuso di sostanze

CONTENUTI

Il numero per l'emergenza sanitaria
Come effettuare una chiamata di soccorso
Cosa fare in attesa dei soccorsi

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

L'intervento educativo si articola in un incontro della durata di 3 ore, con la possibilità di accorpate due classi. Verranno accolte le prime 20 classi che faranno richiesta garantendo un'equa distribuzione tra i diversi istituti richiedenti. Valuteremo la possibilità di accogliere ulteriori richieste

METODOLOGIA

L'intervento verrà condotto con l'utilizzo di una metodologia interattiva basata sulla trasmissione di conoscenze veicolate attraverso lezione frontale, brainstorming, discussione e condivisione.

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Rapporto conclusivo redatto dai docenti

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: infermieri SOSD infermieristica 118

REFERENTE

Sandra Bonistalli, Giampiero Montanelli

AMBITO TERRITORIALE

Empoli zone Valdelsa e Valdarno Inferiore

Visita in centrale operativa



Conoscere il servizio di emergenza e chi ci lavora

PREMESSA

Negli ultimi anni è stato osservato un incremento del ricorso ai servizi di emergenza-urgenza. Una delle principali cause di tale situazione è attribuita alla carenza di informazioni a disposizione del cittadino circa la natura e l'utilizzo del sistema di emergenza-urgenza. E' importante pertanto realizzare un intervento informativo/educativo diretto agli alunni/studenti essendo la Scuola uno dei luoghi deputati all'educazione e alla conoscenza relativa anche a comportamenti utili per la propria vita.

Ragazzi più informati saranno cittadini più consapevoli e competenti: promuovere la conoscenza dei servizi sanitari disponibili, le modalità di accesso e il loro corretto utilizzo significa lavorare per incrementare le capacità del cittadino di prendersi cura di sé (empowerment) per favorire, di conseguenza, l'efficacia e l'efficienza dei servizi stessi.

DESTINATARI

Studenti delle scuole medie e superiori

OBIETTIVO GENERALE

Conoscere il sistema dell'emergenza sanitaria

OBIETTIVI SPECIFICI

Conoscere il sistema di emergenza sanitaria e i professionisti che ci lavorano

CONTENUTI

Presentazione della centrale e visita alle postazioni di lavoro

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

L'intervento educativo si articola in un incontro della durata di 2 ore da svolgere presso la centrale operativa di Pistoia, Via Matteotti

METODOLOGIA

L'intervento verrà condotto con l'utilizzo di una metodologia interattiva tra infermiere tutor e studenti

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Rapporto conclusivo redatto dai docenti

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: infermieri SOSD infermieristica 118

REFERENTE

Sandra Bonistalli, Giampiero Montanelli

AMBITO TERRITORIALE

Empoli

#IORESTOSICURO



Comportamenti consapevoli e gestione dello stress a scuola al tempo della Covid-19

PREMESSA

L'esperienza collettiva dell'emergenza sanitaria da SARS-COV2 ha creato imprevedibili scenari in continuo cambiamento e ha reso necessario rimodulare le nostre proposte in termini di flessibilità, in particolare riferimento al setting scolastico.

Il progetto nasce dall'esigenza di supportare la scuola in azioni concrete rivolte alla gestione degli aspetti igienico sanitari e relazionali, utilizzando anche la metodologia Life Skills, affinché la comunità scolastica adotti consapevolmente e responsabilmente le norme di comportamento per la prevenzione del contagio.

DESTINATARI

Insegnanti, personale ATA e studenti della Scuola dell'Infanzia, Primaria e Secondaria di 1° e 2° grado

OBIETTIVO GENERALE

Promuovere l'acquisizione consapevole di comportamenti finalizzati alla prevenzione da infezione da SARS-COV2

OBIETTIVI SPECIFICI

Conoscere le modalità di trasmissione e le misure di prevenzione

Organizzare attività, spazi e ambienti comuni in sicurezza

Contribuire alla creazione di un clima rassicurante e sereno favorevole al benessere della comunità scolastica

Promuovere l'acquisizione consapevole nell'adozione di comportamenti corretti

CONTENUTI

Cenni di epidemiologia e modalità di trasmissione dell'infezione da SARS-COV2

Igiene personale e comportamenti (lavaggio delle mani, distanziamento fisico, uso delle mascherine, etc.)

Igiene ambientale e strutturale (sanificazione logistica)

Ascolto e confronto sui bisogni emergenti e sulle criticità

Lavoro sulle Life skills con particolare riferimento alla Gestione delle emozioni e alla gestione dello stress

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

MODULO 1

Autoformazione con interventi tematici registrati: 3 ore

- Consapevolezza e aspetti sociologici; modalità di trasmissione; misure di prevenzione; organizzazione spazi, attività e ambienti comuni; aspetti di igiene del lavoro; alimenti e Covid-19; bisogno di movimento; aspetti psicologici

Webinar in streaming on-line: 2 ore

Esperti del Dipartimento della Prevenzione Azienda USL Toscana centro ed un esperto psicologo rispondono ai quesiti pervenuti dalle scuole

MODULO 2

Webinar in streaming on-line: COVID-19 e Promozione della salute: 2 ore

- Concetto di Promozione della Salute; Life skills- abilità per la vita; autoconsapevolezza; gestione delle emozioni e dello stress; accoglienza e bisogni; la metodologia

MODULO 3

Una edizione per zona in presenza a piccoli gruppi o online

- Coprogettazione; realizzazione degli interventi con gli insegnanti; presentazione e condivisione del lavoro svolto

METODOLOGIA

Interattiva con il coinvolgimento diretto del personale della scuola. Life Skills educations

MATERIALI E STRUMENTI

Piattaforma web comune, Webinar tematici e contenuti online

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Questionario di autovalutazione e di gradimento

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute, Igiene Pubblica e Nutrizione, Prevenzione Igiene Sui Luoghi di Lavoro, Sicurezza Alimentare, Assistenza sanitaria in ambito preventivo
Esperto esterno Psicologo

REFERENTE

Zona Prato: Delia Trotta
Zona Firenze: Monica Rosselli, Patrizia Giannelli
Zona Empoli: Sandra Bonistalli, Giampiero Montanelli
Zona Pistoia: Antonella Nanni, Manuela Marchetti

AMBITO TERRITORIALE

AUSL Toscana centro

La cultura del dono



Stili di vita salutari per un futuro da cittadini più consapevoli

PREMESSA

La Regione Toscana con delibera n. 1367 del 4/12/2017 ha inteso ribadire l'importanza di un percorso finalizzato allo sviluppo di una cultura solidale, promuovendo le progettualità delle Aziende sanitarie per favorire stili di vita sani, prevenire le malattie croniche e promuovere la cultura della donazione organi e tessuti.

Le varie tematiche affrontate nel progetto saranno pertanto trasversali e correlate a diverse materie curriculari (es. scienze, filosofia, diritto, ecc.) delle scuole aderenti oltre che finalizzate allo sviluppo delle competenze sociali e civiche per agire in modo autonomo, responsabile e nel rispetto dei diversi punti di vista. In relazione a questi aspetti sarà tenuto conto delle priorità individuate dalla scuola nell'ambito del RAV (Rapporto di Autovalutazione di Istituto) del piano di miglioramento e, qualora possibile, delle scuole polo di formazione.

Il progetto sarà integrato con incontri e attività a distanza in forma digitale.

DESTINATARI

Insegnanti delle scuole secondarie di II grado

OBBIETTIVO GENERALE

Promuovere la diffusione della cultura di sani stili di vita collegandoli al tema della donazione

OBBIETTIVI SPECIFICI

Sensibilizzare alla cultura della donazione degli organi e dei tessuti, favorendo lo sviluppo di sentimenti di solidarietà
 Promuovere sani stili di vita, potenziando la capacità di prendere decisioni coerenti per la propria salute e il proprio benessere
 Informare sui temi della donazione, compresi aspetti tecnici e legali

CONTENUTI

Life Skills

Sensibilizzazione alla cultura del dono

Promozione di sani stili di vita e scelte consapevoli

Aspetti sanitari: corrette informazioni scientifiche volte anche a chiarire dubbi e paure rispetto alla donazione

Aspetti legali: nozioni e chiarimenti sulla normativa vigente.

Informazioni su programma regionale e Servizi Istituzionali preposti

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Tenendo conto della realtà organizzativa di ciascuna scuola in relazione all'emergenza covid, le azioni del progetto saranno costruite e concordate ad hoc

Incontro di coprogrammazione con la scuola per ricaduta su studenti e famiglie

Il progetto potrà essere sostenuto con i fondi di cui alla DGRT 1367/2017 e successivi atti di riferimento previo vidimazione della progettualità da parte dell'azienda usl toscana centro e rendicontazione finale a firma del dirigente scolastico

METODOLOGIA

Life skills e laboratori interattivi

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute
 Organizzazione locale aziendale Toscana Trapianti (OTI)

REFERENTE

Sandra Bonistalli, Giampiero Montanelli

AMBITO TERRITORIALE

Empoli zone empolesse Valdelsa e Valdarno Inferiore

La donazione del sangue



PREMESSA

Il sangue e i suoi componenti sono dei presidi terapeutici insostituibili, di cui esiste tuttavia, una risorsa limitata. Il sangue impiegato quotidianamente per la cura dei pazienti e per salvare vite umane proviene da donazione volontaria e gratuita. Tutti gli individui di età compresa tra i 18 e i 65 anni possono contribuire alla donazione senza rischi per la propria salute. La frequenza di donazioni non deve essere superiore di 4 volte l'anno per gli uomini e 2 per le donne. Nel caso in cui si doni plasma le donazioni possono essere fatte anche 1 volta al mese per entrambi i sessi.

DESTINATARI

Scuola secondaria di secondo grado – studenti 4° e 5° anno

OBIETTIVO GENERALE

Attivare un processo informativo – educativo rivolto agli studenti al fine di promuovere nella popolazione l'importanza della donazione del sangue.

OBIETTIVI SPECIFICI

Aumentare le conoscenze rispetto al bisogno quotidiano di sangue e le modalità con cui si può diventare donatori. Rendere noto il ruolo del S.S.N nella organizzazione e nel controllo dei donatori di sangue.

CONTENUTI

Ruolo del S.S.N nella donazione del sangue; modalità per diventare donatori; sensibilizzazione alla donazione.

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

In accordo tra insegnanti delle singole classi e il personale del Centro Trasfusionale di Empoli, verranno organizzate visite guidate presso la struttura del Centro Trasfusionale stesso. La visita prevede una durata di 2 ore dove gli operatori sanitari illustreranno, oltre agli strumenti ed ai metodi della donazione, il percorso per poter diventare donatore a tutti gli effetti.

Il progetto è rivolto a 30 classi del territorio .

METODOLOGIA

Visita guidata e incontro informativo presso il Centro Trasfusionale di Empoli. La visita guidata al Centro Trasfusionale prevede la presenza di una classe alla settimana (escluso il venerdì) con orario 11.00-13.00

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Registro del n° studenti donatori dopo l'incontro al Centro Trasfusionale

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute e Imunoematologia e medicina trasfusionale

REFERENTE

Sandra Bonistalli, Giampiero Montanelli

AMBITO TERRITORIALE

Empoli zone Valdelsa e Valdarno Inferiore

Servizio civile: un'opportunità per i giovani di imparare facendo



Il Servizio Civile Nazionale e Regionale: come diventare volontario

PREMESSA

Chi sceglie di impegnarsi nel Servizio Civile volontario, sceglie di aggiungere un'esperienza qualificante al proprio bagaglio di conoscenze, spendibile nel corso della vita lavorativa; il servizio civile volontario ha per i giovani una forte valenza educativa e formativa, è una importante e spesso unica occasione di crescita personale, un'opportunità di educazione alla cittadinanza attiva

DESTINATARI

Studenti delle scuole secondarie di secondo grado, classi quarte e quinte

OBIETTIVO GENERALE

Promuovere la cittadinanza attiva

OBIETTIVI SPECIFICI

Sensibilizzazione e coinvolgimento delle giovani generazioni nella difesa della Patria con mezzi non armati e non violenti, mediante servizi di utilità sociale. I giovani che hanno svolto il Servizio Civile presso questa Azienda sono stati infatti impegnati in progetti di accoglienza ed orientamento dell'utenza nei percorsi sanitari, di inclusione sociale per minori con disagio, di sanità solidale negli Istituti di Pena per adulti e minori, di comunicazione nelle biblioteche, di lavoro di rete nei Ser.D. (Servizi delle Dipendenze)

CONTENUTI

Il Servizio Civile Nazionale opera nel rispetto dei principi della solidarietà, della partecipazione, dell'inclusione e dell'utilità sociale nei servizi resi, anche a vantaggio di un potenziamento dell'occupazione giovanile

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Intervento in plenaria tenendo conto della realtà organizzativa di ciascuna scuola in relazione all'emergenza Covid, le azioni del progetto saranno costruite e concordate ad hoc

Sportello informativo nelle scuole secondarie di II° grado nei mesi di marzo e di novembre attraverso la presenza di operatori e di giovani volontari impegnati in progetti di servizio civile compatibilmente alle disposizioni ministeriali vigenti

Accesso concordato con i docenti nelle classi IV e V

Diffusione materiale informativo

METODOLOGIA

Informativa

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Ufficio Servizio Civile e Promozione della Salute

REFERENTE

Sandra Bonistalli

AMBITO TERRITORIALE

Ausl Toscana centro

Alimentazione e movimento

Istituti alberghieri ed agrari per la salute



Educare i giovani al ciclo della natura e al cibo sano

PREMESSA

Nel Piano Prevenzione Regione Toscana sono stati individuati gli Istituti Alberghieri e Agrari per realizzare efficaci politiche di prevenzione e promozione della salute che incidano sugli stili di consumo alimentare e di consumo dell'alcool al fine di costruire una alleanza strategica tra gli attori dei servizi pubblici che si occupano di salute e il settore produttivo, della ristorazione e della produzione alimentare/agricola.

DESTINATARI

Studenti dell'istituto Alberghiero e Agrario "Enriques" di Castelfiorentino e studenti delle classi seconde della secondaria di 1° grado "Bacci- Ridolfi" dell'I.C. di Castelfiorentino

OBIETTIVO GENERALE

Favorire relazione tra salute, benessere e stili alimentari salutari

OBIETTIVI SPECIFICI

Promuovere consapevolezza in tema di sana alimentazione, sostenibilità ambientale, aspetti sociali ed etici della produzione, trasformazione e consumo del cibo; Favorire collaborazione fra Istituti Scolastici, Istituzioni e territorio per le azioni di progetto
Sviluppare negli studenti competenze cognitive, emotive e relazionali, allenando in particolare l'autostima e la comunicazione efficace

Aumentare le competenze degli studenti circa la sana alimentazione, con particolare attenzione alla prima colazione e alla merenda

Realizzare laboratori didattico/esperienziali e sensoriali ideati e gestiti dagli studenti dell'Istituto Enriques rivolti agli studenti delle classi seconde della secondaria di 1° grado

Cercare ricette e/o ideare delle ricette secondo le regole nutrizionali dettate dal progetto, sperimentarle e redigere menù variegato, equilibrato e sano dal punto di vista nutrizionale per la prima colazione e la merenda

Realizzare un ricettario e/o manifesti per divulgare le buone pratiche alimentari

CONTENUTI

La scuola come promotrice di cultura e relazioni per comunicare e avviare un comportamento alimentare corretto con particolare attenzione alla prima colazione e alla merenda di metà mattina

I nutrienti degli alimenti e la piramide alimentare

Prima colazione: menu' ideale per un pasto vario, equilibrato e piacevole

Gli alimenti per la prima colazione e la merenda: tipologie e trasformazione (la farina: i vari tipi, le caratteristiche e come usarla; frutta: estratti, centrifugati, marmellate; dal latte allo yogurt, omelette)

Laboratori esperienziali per la realizzazione di pane, schiacciate, centrifugati di frutta e verdura, marmellate, dal latte allo yogurt, omelette dolci e salate

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

- Incontri di co-progettazione con i docenti delle varie discipline di cucina, sala-bar, alimentazione, italiano, educazione fisica, agraria, grafica e i docenti della scuola secondaria di 1° grado
- coinvolgimento delle classi e inizio delle attività a cura dei docenti
- incontri peer to peer tra gli studenti dell'alberghiero e agrario e gli studenti della scuola secondaria di 1° grado
- laboratori presso l'istituto alberghiero per la realizzazione di menù per una prima colazione e merenda sana ed equilibrata

METODOLOGIA

Laboratoriale e peer to peer

MATERIALI E STRUMENTI

Materie prime per realizzare i laboratori

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute e Igiene degli alimenti e nutrizione Empoli

REFERENTE

Sandra Bonistalli, Giampiero Montanelli

AMBITO TERRITORIALE

Empoli zone Valdelsa e Valdarno Inferiore

La salute si impara



Alimentazione sana per uno stile di vita attivo nei bambini

PREMESSA

Le basi per una vita sana ed un adeguato rapporto con il cibo devono essere poste già durante gli anni della scuola primaria. Il progetto si propone di favorire fattori protettivi relativi all'alimentazione e al movimento.

In Italia il sistema di sorveglianza "Okkio alla salute" ci dice che all'età di 8-9 anni un bambino su tre è in eccesso ponderale, di questi il 9,3% sono obesi il 21,3% sono sovrappeso. Le cause? Cattive abitudini alimentari, scarsa attività fisica e comportamenti sedentari. Molti alunni non fanno un'adeguata prima colazione, alla ricreazione consumano quantità eccessive di alimenti ipercalorici e bevande zuccherate, mangiano poca frutta e verdura. Inoltre percentuali elevate di bambini non fanno sport, o attività fisica in quantità sufficiente e trascorrono più di 2 ore al giorno davanti alla Tv o videogiochi. Spesso le famiglie non hanno piena consapevolezza dell'importanza per la salute di tali comportamenti.

Dati internazionali dimostrano che il problema di sovrappeso e dell'obesità nei bambini è rilevante ed ha conseguenze immediate, perché compromettendone il suo benessere fisico e psicologico, inoltre rappresenta una condizione che frequentemente continua in età giovanile e adulta rappresentando un fattore di rischio per lo sviluppo futuro di molte malattie croniche tra le quali il diabete e le malattie cardio e cerebrovascolari.

Per l'a.s. 2020/21 il progetto sarà integrato con incontri e attività a distanza in forma digitale.

DESTINATARI

Insegnanti e famiglie Scuola Primaria

OBIETTIVO GENERALE

Migliorare le abitudini alimentari degli alunni, incrementare l'attività fisica, ridurre la sedentarietà.

OBIETTIVI SPECIFICI

Facilitare l'azione degli insegnanti per realizzare percorsi educativi sugli alimenti, sulla nutrizione, sulla sostenibilità ambientale della produzione di cibo.

Promuovere il consumo di frutta e verdura

Valorizzare il progetto "Pranzo sano a scuola" della Regione Toscana.

Valorizzare le ore curricolari di attività fisica

CONTENUTI

Dimensione culturale del cibo.

Il futuro del cibo: cibo sano e sostenibilità

Cibo e benessere

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

L'intervento si articola in 3 incontri di 2 ore ciascuno, tenendo conto della realtà organizzativa delle scuole in relazione all'emergenza Covid-19, saranno previsti webinar tematici con la possibilità di un confronto da svolgere in presenza o in forma digitale.

Realizzazione di percorsi educativi all'interno delle classi

Collaborazione con l'Istituto Alberghiero e Tecnico Agrario del territorio per la realizzazione di laboratori didattico/ esperienziali (vedi progetto "Istituto Alberghieri ed Agrari per la salute" del Piano Regionale della Prevenzione n°3)

Coinvolgimento delle famiglie: incontro in presenza o in forma digitale e distribuzione del materiale informativo

METODOLOGIA

Interattiva partecipativa

MATERIALI E STRUMENTI

Schede per giochi di movimento

Giochi didattici sui temi dell'alimentazione

Materiale informativo per i bambini e per le loro famiglie

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute, Area Funzionale Igiene Pubblica e della Nutrizione e Igiene degli Alimenti e della Nutrizione

REFERENTE

Sandra Bonistalli, Giampiero Montanelli

AMBITO TERRITORIALE

Empoli zone Valdelsa e Valdarno Inferiore



PREMESSA

In Italia ogni anno vengono abbandonati 135.000 animali da compagnia. L'80% muore entro breve tempo; in Italia ci sono circa 600.000 cani randagi e quasi due milioni di gatti senza una casa. Il rapporto uomo-animale è oggetto d'interesse sempre più ampio per la riconosciuta valenza psicologica, pedagogica e terapeutica degli animali da compagnia. Risulta quindi necessario stabilire criteri di gestione e di relazione con questi veri compagni di vita. Il progetto si propone di fornire agli alunni in età scolare migliori strumenti conoscitivi per migliorare il rapporto con animali e ambiente.

DESTINATARI

Alunni della 4 e 5 classe delle scuole primarie e studenti della classe 1° della scuola secondaria di primo grado.

OBIETTIVO GENERALE

Promuovere e rafforzare nella popolazione, a partire dagli alunni, il rispetto e la relazione con gli animali da compagnia

OBIETTIVI SPECIFICI

- Limitare l'abbandono degli animali da compagnia
- Acquisire conoscenza dei comportamenti delle specie domestiche e delle modalità di comunicazione per migliorare la relazione uomo-animale

CONTENUTI

L'animale e l'uomo e la convivenza sul pianeta
 Leggi e regole etiche nel rapporto con gli animali
 Animali selvatici e domestici (cane, gatto, ambiente e comunicazione)
 Salute e rispetto degli animali (abbandono ed adozione)
 Pet therapy

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

- Incontro di "inizio progetto" tra insegnanti coinvolti, operatori della promozione della salute e i medici veterinari della Azienda USL;
- realizzazione di specifici momenti, gestiti dagli insegnanti con i ragazzi, sul tema degli animali con il materiale fornito dalla USL;
- un incontro di due ore per classe da parte del medico veterinario della ASL per chiarire ed approfondire alcuni argomenti e migliorare la qualità della relazione con gli animali;
- progetto è per un numero massimo di 20 classi.

METODOLOGIA

Incontri con insegnanti per organizzare l'attività e distribuire il libretto ad ogni singolo alunno/studente;
 lettura e riflessione sul tema a partire dal libretto condotta dall'insegnante;
 incontro con il medico veterinario ed eventuali referenti di associazioni animaliste per approfondimenti/chiarimenti

MATERIALI E STRUMENTI

Libretto didattico "Un bianconiglio e altri animali" per alunni, studenti ed insegnanti.

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute e Sanità pubblica veterinaria

REFERENTE

Sandra Bonistalli, Giampiero Montanelli

AMBITO TERRITORIALE

Empoli zone Valdelsa e Valdarno Inferiore

Stretching... che favola!



Favorire lo sviluppo psico-motorio nei bambini

PREMESSA

I ritmi e gli stili di vita familiari sono caratterizzati sempre più da sedentarietà e inattività fisica (utilizzo del computer, TV, playstation, mancanza di spazi e tempo per stare all'aperto ecc.), con ridotta possibilità di fare esperienza motoria. Risulta importante quindi promuovere, sin dall'infanzia, lo sviluppo psico-motorio. Lo stretching favorisce non solo un più armonico e consapevole sviluppo psico-motorio ed emotivo ma contribuisce ad acquisire un atteggiamento favorevole nei confronti della conoscenza di sé e dell'attività motoria.

Per l'a.s. 2020/21 il progetto sarà integrato con incontri e attività a distanza in forma digitale.

DESTINATARI

Docenti della scuola dell'Infanzia

Alunni e famiglie della scuola dell'infanzia

OBIETTIVO GENERALE

Promuovere elementi di stretching sotto forma di gioco simbolici

OBIETTIVI SPECIFICI

Prevenire e ridurre la sedentarietà proponendo movimenti divertenti e allo stesso tempo educativi

Stimolare lo sviluppo dello schema motorio in età sensibile

Alfabetizzazione emozionale

CONTENUTI

Attraverso il gioco di imitazione dei personaggi di una favola, inventata appositamente e strutturata sulla base dei principi dello stretching, viene offerta al bambino l'opportunità di scoprire il piacere del gioco di movimento nei momenti di vita scolastica e a casa. Lo stretching abbinato alla favola agisce da stimolo allo sviluppo del pensiero simbolico e del sé corporeo, principali mediatori delle relazioni tra il mondo interno e quello esterno del bambino..

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Incontro di formazione teorico -esperenziale rivolto agli insegnanti di 3 ore che si svolgerà in due edizioni nelle seguenti date:

martedì 3 novembre e/o giovedì 12 novembre 2020 dalle ore 17.00 alle ore 20.00 a Empoli, Via dei Cappuccini 79.

Sarà divulgato materiale illustrativo con le posture corrette in base al racconto della favola scelta o ideata.

È previsto un incontro informativo con le famiglie per una sensibilizzazione delle attività di stretching orientate all'acquisizione di una maggiore consapevolezza del proprio corpo e dei propri stati emotivi.

METODOLOGIA

Incontro di formazione teorico-esperenziale

Sarà dato ampio spazio ad esercitazioni finalizzate all'ascolto di sé sul piano corporeo, emotivo, cognitivo e relazionale.

Gli esercizi di stretching verranno realizzati nelle classi da parte degli insegnanti formati.

Con il tempo saranno i bambini che si alterneranno nel ruolo di peer educator per proporre gli esercizi ormai acquisiti ai compagni di classe.

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute

REFERENTE

Sandra Bonistalli, Giampiero Montanelli

AMBITO TERRITORIALE

Empoli zone Valdelsa e Valdarno Inferiore

Stretching in classe



Favorire lo sviluppo psico-motorio nei bambini

PREMESSA

I ritmi e gli stili di vita familiari sono caratterizzati sempre più da sedentarietà e inattività fisica (utilizzo del computer, TV, playstation mancanza di spazi e tempo per stare all'aperto ecc.), con ridotta possibilità di fare esperienza motoria. Risulta importante quindi promuovere lo sviluppo psico-motorio. Lo stretching favorisce non solo un più armonico e consapevole sviluppo psico-motorio ed emotivo ma contribuisce ad acquisire un atteggiamento favorevole nei confronti della conoscenza di sé e dell'attività motoria. In particolare l'attività di stretching proposta favorisce la riduzione dello stress e innalza l'attenzione a vantaggio del processo di apprendimento.

DESTINATARI

Insegnanti, alunni e famiglie delle scuole primarie.

OBIETTIVO GENERALE

Sviluppare la consapevolezza del sé corporeo e delle emozioni attraverso la pratica quotidiana dello stretching

OBIETTIVI SPECIFICI

Favorire una corretta postura tra i banchi di scuola

Promuovere la conoscenza di sé attraverso il movimento e l'ascolto del corpo

Favorire lo sviluppo dello schema motorio in età evolutiva

Sviluppare alcune abilità di vita: la gestione delle emozioni, consapevolezza corporea e la gestione dello stress

Migliorare le relazioni interpersonali e di gruppo

CONTENUTI

Proposta di alcuni esercizi da svolgere in classe, mirati a favorire una maggiore conoscenza corporea. Percorso educativo finalizzato a favorire la consapevolezza sulle abilità personali e sociali (life skills)

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Incontro di formazione teorico -esperenziale rivolto agli insegnanti di 3 ore che si svolgerà in due edizioni nelle seguenti date: **martedì 3 novembre e/o giovedì 12 novembre 2020 dalle ore 17.00 alle ore 20.00 a Empoli, Via dei Cappuccini 79.**

Durante la formazione verrà fornito il materiale da utilizzare con la classe (poster, musica, brochure).

METODOLOGIA

Incontro teorico- pratico. Sarà dato ampio spazio ad esercitazioni finalizzate all'ascolto di sé sul piano corporeo, emotivo, cognitivo e relazionale.

Gli esercizi di stretching verranno realizzati nelle classi da parte degli insegnanti formati. Successivamente i bambini si alterneranno nel ruolo di peer educator per proporre gli esercizi ormai acquisiti ai compagni di classe.

MATERIALI E STRUMENTI

Poster illustrativo sull'esecuzione corretta degli esercizi di stretching da affiggere in ogni classe; manuale per insegnanti e opuscolo informativo per le famiglie.

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute

REFERENTE

Sandra Bonistalli, Giampiero Montanelli

AMBITO TERRITORIALE

Empoli zone Valdelsa e Valdarno Inferiore



Salute e Benessere a scuola

2020 - 2021

Ambito territoriale

Firenze

Dipartimento della Prevenzione
UFC Promozione della Salute



CONTATTI

Direttore Gianna Ciampi

Email gianna.ciampi@uslcentro.toscana.it

Tel. 055 693 4506

ZONA FIORENTINA

Q1-Q5 *Elena Pierozzi*

E.mail elena.pierozzi@uslcentro.toscana.it

Tel. 055 6934508

Q3- Q4 *Patrizia Giannelli*

E.mail patrizia.giannelli@uslcentro.toscana.it

Tel. 055 6934507

Q2 *Monica Rosselli*

E.mail monicafrancesca.rosselli@uslcentro.toscana.it

Tel. 055 6934505

ZONA FIORENTINA NORD OVEST

Anna Cappelletti

E.mail anna.cappelletti@uslcentro.toscana.it

Tel. 055 6930330

ZONA FIORENTINA SUD EST

Monica Rosselli

E.mail monicafrancesca.rosselli@uslcentro.toscana.it

Tel. 055 6934505

ZONA FIORENTINA MUGELLO

Giulia Banchi

E.mail giulia.banchi@uslcentro.toscana.it

Tel. 055 8451438

Massimo Frilli

E.mail massimo.frilli@uslcentro.toscana.it

Tel. 055 8451600

E.mail promozionesalute.firenze@uslcentro.toscana.it

SALUTE E BENESSERE A SCUOLA - a.s. 2020/21

SCHEDA DI ADESIONE AI PROGETTI PER GLI STUDENTI

Compilare una scheda per ogni singolo progetto scelto

Data _____

TITOLO DEL PROGETTO SCELTO _____

LE SCHEDE DOVRANNO PERVENIRE PER EMAIL A **promozionesalute.firenze@uslcentro.toscana.it** ENTRO IL **15.11.2020**

ISTITUTO SCOLASTICO _____

PLESSO _____

INFANZIA PRIMARIA SEC. I GRADO SEC. II GRADO

INDIRIZZO _____

TELEFONO _____

E.MAIL _____

INSEGNANTE REFERENTE DEL PROGETTO

CELL. _____ E.MAIL _____

CLASSE	SEZIONE	N. ALUNNI	INSEGNANTI COINVOLTI

Indicare la piattaforma di videoconferenza online utilizzata dall'istituto scolastico _____

Insegnante referente Educazione alla Salute
Firma

Il dirigente scolastico
Timbro e firma

SALUTE E BENESSERE A SCUOLA - a.s. 2020/21

SCHEDA DI ISCRIZIONE PER INSEGNANTI

Compilare una scheda per insegnante e per ogni singolo progetto scelto

Data _____

TITOLO DEL PROGETTO SCELTO _____

LE SCHEDE DOVRANNO PERVENIRE PER EMAIL A **promozionesalute.firenze@uslcentro.toscana.it** ENTRO IL **15.11.2020**

NOME E COGNOME _____

MATERIA _____

CLASSE _____ SEZIONE _____ N. ALLIEVI _____

CELLULARE _____

E.MAIL _____

ISTITUTO SCOLASTICO _____

PLESSO _____

INFANZIA PRIMARIA SEC. I GRADO SEC. II GRADO

INDIRIZZO _____

TELEFONO _____

E.MAIL _____

EVENTUALI NOTE

Indicare la piattaforma di videoconferenza online utilizzata dall'istituto scolastico _____

Insegnante referente Educazione alla Salute

Firma

Il dirigente scolastico

Timbro e firma

SALUTE E BENESSERE A SCUOLA - a.s. 2020/21
SCHEDA DI ISCRIZIONE PER INSEGNANTI
Riepilogativa a cura dell'Istituto

Data _____

TITOLO DEL PROGETTO SCELTO _____

LE SCHEDE DOVRANNO PERVENIRE PER EMAIL A **promozionesalute.firenze@uslcentro.toscana.it** ENTRO IL **15.11.2020**

ISTITUTO SCOLASTICO _____

PLESSO _____

INDIRIZZO _____

TELEFONO _____

E.MAIL _____

ELENCO INSEGNANTI ISCRITTI:

NOME E COGNOME	GRADO DI SCUOLA	CLASSE	MATERIA/DISCIPLINA

Indicare la piattaforma di videoconferenza online utilizzata dall'istituto scolastico _____

Insegnante referente Educazione alla Salute
Firma

Il dirigente scolastico
Timbro e firma

Progetti per livello scolastico

indice

LIVELLO SCOLASTICO	PROGETTO	TARGET	PAG.
SCUOLA DELL'INFANZIA	A.L.B.A.	ALUNNI - INSEGNANTI - FAMIGLIE	7
	Affettivamente	ALUNNI - INSEGNANTI - FAMIGLIE	13
	Star bene a scuola - Educare le life skills	INSEGNANTI - FAMIGLIE	10
	Io e gli animali	ALUNNI - INSEGNANTI - FAMIGLIE	26
	#IORESTOSICURO	INSEGNANTI - PERS. ATA	24
	Streching...che favola!	ALUNNI - INSEGNANTI	31
SCUOLA PRIMARIA	A.L.B.A.	ALUNNI - INSEGNANTI - FAMIGLIE	7
	Affettivamente	ALUNNI - INSEGNANTI - FAMIGLIE	13
	Stare bene a scuola - Educare le life skills	INSEGNANTI - FAMIGLIE	10
	Istituti alberghieri e agrari per la salute: : educare i giovani al ciclo della natura e al cibo sano	ALUNNI	29
	Io e gli animali	ALUNNI - INSEGNANTI - FAMIGLIE	26
	Outdoor education	STUDENTI	12
	La salute si impara: alimentazione sana e di uno stile di vita attivo nei bambini delle scuole primarie	ALUNNI - INSEGNANTI - FAMIGLIE	30
	#IORESTOSICURO	INSEGNANTI - PERS. ATA	24
	Streching in classe	ALUNNI - INSEGNANTI - FAMIGLIE	32
SCUOLA SECONDARIA I° GRADO	A.L.B.A.	STUDENTI - INSEGNANTI - FAMIGLIE	7
	Affettivamente	STUDENTI - INSEGNANTI - FAMIGLIE	13
	Con la prudenza, il pericolo... domino	STUDENTI - INSEGNANTI	20
	Stare bene a scuola - Educare le life skills	INSEGNANTI - FAMIGLIE	10
	Uso consapevole dei farmaci	STUDENTI - INSEGNANTI	15
	Prevenzione delle dipendenze	DIRIGENTI - STUDENTI - INSEGNANTI - FAMIGLIE	16
	Io vivo e non fumo	STUDENTI - INSEGNANTI	17
	Sai cosa mangi?	STUDENTI - INSEGNANTI	23
	Outdoor education	STUDENTI	12
	#IORESTOSICURO	INSEGNANTI - PERS. ATA	24
	Emergenza sanitaria	STUDENTI	21
	Visita in centrale operativa	STUDENTI	22
	Smart unplugged	STUDENTI - INSEGNANTI	19
SCUOLA SECONDARIA II° GRADO	A.L.B.A.	STUDENTI - INSEGNANTI - FAMIGLIE	7
	Affettivamente	STUDENTI - INSEGNANTI - FAMIGLIE	13
	AttivaMente	STUDENTI - INSEGNANTI	8
	Outdoor education	STUDENTI	12
	Campus della salute	STUDENTI - INSEGNANTI	9
	Stare bene a scuola - Educare le life skills	STUDENTI - INSEGNANTI	10
	Donare sangue: la scelta giusta	STUDENTI	25
	Istituti alberghieri e agrari per la salute: : educare i giovani al ciclo della natura e al cibo sano	STUDENTI	29
	Uso consapevole dei farmaci	STUDENTI	15
	Emergenza sanitaria	STUDENTI	21
	Visita in centrale operativa	STUDENTI	22
	La cultura del dono: stili di vita salutari per un futuro da cittadini più consapevoli	STUDENTI - INSEGNANTI	27
	Prevenzione delle dipendenze	DIRIGENTI - STUDENTI - INSEGNANTI - FAMIGLIE	16
	Zero in un soffio	STUDENTI	18
	Peer education	STUDENTI - INSEGNANTI	11
	Safe sex preserva... ti	STUDENTI	14
	Sai cosa mangi?	STUDENTI	23
	#IORESTOSICURO	INSEGNANTI - PERS. ATA	24
	Servizio civile: un'opportunità per i giovani di imparare facendo	STUDENTI	28

Stare bene a scuola: relazioni ed emozioni

A.L.B.A



Assistenza al Lutto Bambini e Adolescenti. Affrontare la perdita con gli insegnanti

PREMESSA

La letteratura ritiene fondamentale l'intervento esperto nelle situazioni di lutto. La perdita di una persona importante può creare nell'ambiente scolastico difficoltà comunicative e relazionali che possono essere superate attraverso l'elaborazione e la scelta di strategie condivise con insegnanti, genitori e studenti.

Per l'a.s. 2020/21 il progetto sarà integrato con incontri e attività a distanza in forma digitale

DESTINATARI

Insegnanti delle scuole di ogni ordine e grado dove si sia verificato uno o più eventi luttuosi

OBIETTIVO GENERALE

Sostenere gli insegnanti nell'accoglienza del minore nella comunità scolastica dopo un evento luttuoso

OBIETTIVI SPECIFICI

Prevenire il disagio scolastico relativo al lutto

Sostenere gli insegnanti nel promuovere azioni di empowerment rispetto al dolore dato dagli eventi di perdita

CONTENUTI

Riflessioni sulle prime esperienze di lutto e perdita

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Le azioni del progetto saranno costruite e concordate ad hoc tenendo conto della realtà organizzativa di ciascuna scuola in relazione all'emergenza Covid.

- Sei incontri con gli insegnanti nell'arco di sei mesi (in media 1 al mese);
- incontro di follow up alla ripresa dell'anno scolastico successivo;
- consulenza individuale agli insegnanti sulle modalità di relazione con il bambino e l'adolescente, la sua famiglia e la classe nell'immediato dell'evento luttuoso;
- consulenza agli insegnanti per l'attivazione di un percorso didattico laboratoriale con la classe sui temi della perdita.
- monitoraggio del lavoro svolto;
- eventuale incontro con i genitori per la " restituzione" del lavoro svolto.

METODOLOGIA

Gruppi Balint

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute e team progetto A.L.B.A. Psico-oncologia O.S.M.A

REFERENTE

Monica Rosselli

AMBITO TERRITORIALE

Firenze zone: Firenze, Firenze nord ovest, Firenze sud est, Mugello



Sensibilizzazione attraverso il superamento dello stigma rispetto al disagio psichico

PREMESSA

I fattori che influiscono sul benessere mentale degli adolescenti sono molteplici e vanno dal livello individuale, familiare, di relazione con il gruppo dei pari, fino a raggiungere aspetti sociali più ampi.

Da anni nel settore della prevenzione si lavora per individuare e ridurre quelli che sono i fattori di rischio (esclusione sociale, rifiuto tra pari, isolamento, mancato sostegno familiare) e per potenziare i fattori protettivi (coesione sociale, benessere familiare, buon accesso ai servizi, integrazione delle minoranze). Lo scopo è quello di implementare un concetto della salute come valore di appartenenza alla comunità.

Per l'a.s. 2020/21 il progetto sarà integrato con incontri e attività a distanza in forma digitale.

DESTINATARI

Studenti delle classi quarte Istituti superiori della zona Sud Est
Insegnanti referenti delle stesse classi

OBIETTIVO GENERALE

Promuovere la cultura del benessere e della consapevolezza delle proprie abilità di vita e contemporaneamente sensibilizzare gli studenti al superamento dello stigma.

Migliorare la conoscenza dei servizi territoriali e della rete del territorio che favoriscano l'integrazione e la coesione sociale.

OBIETTIVI SPECIFICI

Saper conoscere e riconoscere le competenze (skill) di consapevolezza delle emozioni e di empatia utili per mettersi in relazione con gli altri.

Poter sperimentare attivamente il superamento del pregiudizio e dello stigma verso le persone affette da disagio mentale, anche attraverso lo sport condiviso.

CONTENUTI

Il progetto prevede attività diversificate a seconda dei gruppi presenti e delle scuole partecipanti.

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Le azioni del progetto saranno costruite e concordate ad hoc tenendo conto della realtà organizzativa di ciascuna scuola in relazione all'emergenza Covid.

Incontri per ogni classe in aula, tenuti dagli operatori del servizio di salute mentale adulti e dai soci delle associazioni incluse nel progetto.

Dove previsto, momenti sportivi condivisi tra studenti e persone affette da disagio mentale.

METODOLOGIA

Attiva, partecipativa

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Area Salute Mentale Adulti e associazioni del territorio

REFERENTE

Monica Rosselli

AMBITO TERRITORIALE

Firenze zona Firenze sud est

Campus della salute

Promuovere le abilità e competenze per la vita



PREMESSA

Il Campus è una esperienza residenziale (2/3 giorni) di educazione e promozione della salute, che ha il fine di far sperimentare agli studenti l'adozione di comportamenti consapevoli e responsabili e di divenire protagonisti del proprio benessere. L'esperienza del Campus prevede il coinvolgimento di tutti nella vita in comune, nella gestione delle attività della casa: la cucina, la preparazione dei pasti, l'ordine, il prendersi cura dell'ambiente che ci ospita.

Sono previste escursioni per conoscere il territorio ed imparare ad osservare con tutti i sensi, come elemento di riflessione sui propri stili di vita. Per ogni campus verrà individuato un tema di salute e un'abilità specifica su cui lavorare.

Questa proposta educativa prevede un contributo economico per la scuola finalizzato alla realizzazione del campus ed è subordinato ad una progettazione coordinata con gli operatori della promozione della salute.

Per l'a.s. 2020/21 il progetto sarà integrato con incontri e attività a distanza in forma digitale.

DESTINATARI

Studenti della scuola secondaria di secondo grado

OBIETTIVO GENERALE

Fare esperienza di stili di vita sani attraverso la vita comunitaria nel campus

OBIETTIVI SPECIFICI

Acquisire conoscenze, capacità e attitudini sui temi della promozione della salute

Riflettere e porre attenzione al consumo di sigarette e all'uso degli smartphone

Migliorare le capacità di lavorare in gruppo

Migliorare le relazioni ed il clima nel gruppo classe

Promuovere il movimento nella natura

CONTENUTI

Competenze personali e sociali, comportamenti e stili di vita, riflessioni con esperti su temi di salute specifici (dipendenze, affettività e sessualità ecc.) scoperta del territorio

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Le azioni del progetto saranno costruite e concordate ad hoc tenendo conto della realtà organizzativa di ciascuna scuola in relazione all'emergenza Covid.

- Incontro di co-progettazione e individuazione delle attività da fare in classe con gli insegnanti
- La scuola è titolare della gestione del campus coadiuvata dalla promozione alla salute
- Gestione organizzativa del campus a carico della scuola coadiuvata dalla promozione della salute (alimenti, turni per le attività, cucina, pulizie, ecc.)
- Gli insegnanti partecipano a tutte le attività e possono utilizzare il campus come momento di approfondimento didattico
- Gli operatori del servizio per le Dipendenze gestiranno le attività dedicate alla Prevenzione Dipendenze
- Gli operatori della promozione salute gestiranno le attività sulle abilità per la vita individuate e saranno presenti in tutte le attività del campus
- Gli studenti sono invitati a documentare con foto o filmati al fine di riportare alla scuola l'esperienza .

METODOLOGIA

Educativa

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Raccolta materiale prodotto

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute, Servizi Dipendenze, U.O di Riabilitazione
Corpo Forestale di Stato, Associazioni del territorio, Istituzioni Scolastiche

REFERENTE

Giulia Banchi

AMBITO TERRITORIALE

Firenze zone: Firenze e Mugello

Stare bene a Scuola – Educare le life skills



Promozione della salute e del benessere attraverso l'educazione delle life skills

PREMESSA

I bambini e gli adolescenti odierni presentano caratteristiche molto diverse dai loro compagni di pochi anni fa. La società, anche a causa della rapida e crescente diffusione delle nuove tecnologie, cambia rapidamente e con essa i bisogni e le caratteristiche delle nuove generazioni. I compiti formativi oggi, quanto mai prima d'ora, sono quelli di fornire ai più giovani competenze e abilità di vita che possano aiutarli nell'affrontare sfide future ad oggi sconosciute.

Con il termine Life Skills si intendono le capacità di assumere comportamenti positivi che consentono alle persone di rispondere efficacemente alle richieste e alle sfide della vita quotidiana.

L'Organizzazione Mondiale della Sanità ha confermato tali abilità psicosociali dell'area personale, sociale, interpersonale, cognitiva e affettiva dell'individuo, quali strategie privilegiate per la promozione della salute a partire dall'ambito scolastico.

La scuola è il contesto privilegiato per la costruzione delle life skills perché permette l'interazione tra pari e tra ragazzi e adulti educanti, sia in situazione sociali e relazionali sia in situazioni di lavoro e di didattica.

Per l'a.s. 2020/21 il progetto sarà integrato con incontri e attività a distanza in forma digitale.

DESTINATARI

Gruppi di insegnanti degli istituti comprensivi e degli istituti di istruzione superiore

OBIETTIVO GENERALE

Promozione della salute e del benessere attraverso l'educazione delle life skills

OBIETTIVI SPECIFICI

Migliorare il benessere scolastico

Migliorare le relazioni fra gli studenti e con gli insegnanti

Realizzare, nelle singole classi, attività specifiche di Life Skills education

Scambiare materiali e metodi nonché condivisione di linguaggi e buone pratiche

Promuovere e valorizzare gli obiettivi del programma "Scuola che promuove salute"

Promuovere le competenze delle famiglie

CONTENUTI

Riflessione sul gruppo classe

Abilità per la vita: emotive, cognitive, relazionali

Metodologia dell'educazione delle life skills così come proposta dall'Organizzazione Mondiale della Sanità

Sperimentazione di alcune attivazioni da riproporre in classe

Metodologia della ricerca azione

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Le azioni del progetto saranno costruite e concordate ad hoc tenendo conto della realtà organizzativa di ciascuna scuola in relazione all'emergenza Covid.

- Incontro degli operatori con il dirigente scolastico e insegnante/i referenti per l'individuazione del bisogno e la definizione degli obiettivi e delle strategie per l'anno scolastico
- Adesione dell'Istituto che partecipa con un gruppo di insegnanti (anche di ordine di scuola diverso)
- 5 incontri pomeridiani di due ore ciascuno rivolti a un gruppo di insegnanti con referenti della promozione della Salute e eventuali insegnanti esperti della scuola (per le scuole del Quartiere 5 di Firenze il progetto è promosso in collaborazione con gli operatori del Laboratorio permanente per la Pace del Comune di Firenze)
- Eventuale incontro con le famiglie per la condivisione degli obiettivi di formazione delle life skills

METODOLOGIA

Ricerca azione; circle time ("Ora di classe"); elaborazione di Diari di bordo

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro Promozione della Salute e S.C Riabilitazione Funzionale

Operatori del Laboratorio Permanente per la pace del Quartiere 5 di Firenze con la collaborazione di insegnanti esperti.

REFERENTE

Elena Pierozzi

AMBITO TERRITORIALE

Firenze zona Firenze

Peer-education



Promozione della salute e educazione tra pari nelle scuole secondarie di secondo grado

PREMESSA

La peer education è la metodologia indicata per la promozione della salute degli adolescenti, che li concepisce non solo come soggetti a rischio, ma come risorse in grado di costruire il loro sviluppo in interazione con il mondo degli adulti.

La peer education nasce in alternativa alla modalità trasmissiva delle tematiche di salute fra un adulto esperto ed un discente inesperto. L'“empowered peer education” vede i giovani come ideatori, progettisti e realizzatori di interventi volti a migliorare il benessere proprio e dei propri compagni a scuola.

Gli insegnanti hanno un ruolo attivo e propositivo nella peer education, collaborano per supportare l'azione dei peer negli interventi con le classi e nell'organizzazione di eventi di promozione della salute per la scuola.

Per le scuole interessate esiste la possibilità che gli studenti realizzino le attività di peer education come attività di “alternanza scuola-lavoro”.

Per l'anno scolastico 2020/2021 la Peer Education sarà integrata da incontri ed attività on –line che potrebbero prevedere anche l'utilizzo di Social network (Instagram, TikToc ecc).

Per l'a.s. 2020/21 il progetto sarà integrato con incontri e attività a distanza in forma digitale.

DESTINATARI

Scuole secondarie di secondo grado

Insegnanti referenti: minimo due per scuola

Studenti: formazione di un gruppo di peer delle terze classi per ogni scuola. Collaborazione con il gruppo dei peer “senior” delle classi quarte. I peer formati svilupperanno progetti di educazione alla salute che avranno ricaduta sulle classi prime e/o seconde dell'Istituto o in attività scolastiche che coinvolgono tutta la scuola (open-day, forum ecc.)

OBIETTIVO GENERALE

Promuovere la salute e il benessere degli studenti delle scuole secondarie di secondo grado

OBIETTIVI SPECIFICI

Formazione degli insegnanti delle scuole superiori sulla peer education e costituzione di un team di insegnanti esperti.

Costituzione di un gruppo di peer educator per ognuna delle scuole coinvolte;

Formazione dei peer;

Realizzazione di interventi nelle classi prime/seconde da parte dei peer formati.

CONTENUTI

Life skills education con particolare riferimento a : gestione delle emozioni, comunicazione efficace, pensiero critico, saper prendere decisioni.

Le tematiche di salute sono individuate insieme ai peer ed orientate allo sviluppo di fattori di protezione

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Le azioni del progetto saranno costruite e concordate ad hoc tenendo conto della realtà organizzativa di ciascuna scuola in relazione all'emergenza Covid.

Nell'eventualità non fossero possibili incontri in presenza, alcune azioni saranno svolte in forma digitale a distanza

- Partecipazione degli insegnanti referenti ad un incontro di formazione
- Incontro organizzativo con i peer senior
- Costituzione di un gruppo di peer
- Campus di due giornate per la formazione dei peer con orario 8.30 – 16.00 e 8.30 – 13.00;
- 5 incontri pomeridiani di due ore per approfondimento e preparazione incontri
- Realizzazione degli interventi di peer education nelle classi prime e/o seconde e/o di eventi che coinvolgono più classi dell'istituto
- Per le scuole interessate c'è la possibilità che gli studenti realizzino le attività di peer education come attività di “alternanza scuola-lavoro”;
- Incontro presso il Cinema Stensen di tutti i peer coinvolti nel progetto per la visione di un film recante una tematica inerente gli obiettivi del progetto
- Evento finale di restituzione dell'esperienza degli istituti coinvolti

METODOLOGIA

Empowered peer education

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute e Servizi Dipendenze, Centro Consulenza Giovani
Partner LILT Firenze

REFERENTE

Elena Pierozzi

AMBITO TERRITORIALE

Firenze zone: Firenze e Firenze sud est

Outdoor education

Escursioni e trekking nella natura



PREMESSA

Le attività proposte sono pensate come percorsi da definire in accordo con gli insegnanti collegate e integrate nei percorsi didattici (es. laboratori dei saperi scientifici) e adattate alle esigenze della classe e dell'età degli studenti. Nel corso della programmazione sarà possibile concordare il numero degli incontri, le mete, gli itinerari e la durata delle uscite didattiche, le metodologie e gli strumenti operativi. La scoperta del territorio che ci ospita e i molteplici legami tra noi e l'ambiente permette di affrontare come contenuto didattico aspetti scientifici, geografici e storico-antropologici. Le escursioni e i percorsi sono pensati nell'ottica di consolidare la relazione tra scuola e territorio e tracciare una linea di approfondimento tra passato-presente-futuro utilizzando le risorse presenti nella comunità.

L'ambiente esterno come luogo di formazione, lo stare insieme camminando favorisce l'assimilazione di regole di buona convivenza, la creatività, il rispetto per l'ambiente e un'interazione attiva ricca di stimoli.

Ogni escursione avrà un tema che e un abilità che verrà approfondita

DESTINATARI

Studenti della scuola primaria, secondaria primo e secondaria di secondo grado

OBIETTIVO GENERALE

Promuovere le competenze emotivo affettive, sociali, espressive, creative e senso-motorie

Favorire le relazioni e il cooperative learning nel gruppo classe,

Favorire la partecipazione e il coinvolgimento dei bambini e degli adolescenti in un'esperienza di scoperta, ricerca nel proprio territorio

OBIETTIVI SPECIFICI

Acquisire gli elementi necessari per imparare a conoscere i contesti naturali, sociali, culturali, antropologici nei quali gli studenti si troveranno a vivere

Avvicinare gli alunni al territorio con escursioni e trekking

Facilitare la conoscenza diretta del territorio e del suo patrimonio ambientale e naturalistico anche attraverso l'incontro con esperti

Promuovere la conoscenza e la frequentazione di percorsi appenninici e dei musei didattici del territorio

Sviluppare lo spirito di osservazione, l'ascolto la contemplazione, il silenzio

Promuovere la salute attraverso la proposta di un sano e corretto stile di vita, camminare, arrampicarsi in ambiente naturale

Potenziare le abilità senso-motorie, la cooperazione e collaborazione tra pari e le relazioni inter-generazionali

CONTENUTI

Le attività da concordare con le insegnanti includono più materie di insegnamento che corrispondono rispettivamente a percorsi, tramite i quali vengono analizzati e raccontati i diversi ecosistemi e le relazioni che ne scaturiscono.

Passeggiate naturalistiche alla scoperta del bosco, come orientarsi, le varie tipologie di piante e gli animali che le abitano. Si esaminano le attività umane e l'impatto sull'ambiente, la lettura del paesaggio e l'approfondimento di argomenti quali l'apicoltura, l'allevamento, la biodiversità, la sostenibilità, ecc.

Passeggiate con le storie e la poesia del bosco, camminiamo nel bosco leggiamo, ascoltiamo, scriviamo da soli e in gruppo

Passeggiate nella storia, si ripercorrono le fasi della seconda guerra mondiale.

La sensibilizzazione al cammino come forma di mobilità alla scoperta di itinerari e strade antiche.

I diversi livelli di lettura del territorio vogliono anche avviare una riflessione sulla condizione dell'ambiente e sul contributo che ognuno può dare attraverso le proprie azioni individuali.

I percorsi sono esperienziali.

I ragazzi delle classi secondarie di secondo grado possono partecipare al progetto anche con il ruolo di peer/tutor gestendo alcuni laboratori tematici

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Incontro di co-progettazione e individuazione con le insegnanti e gli esperti coinvolti sui contenuti e modalità del percorso in modo che siano inseriti nella didattica svolta

incontri preparatori con la classe (da valutare in base al percorso definito)

Passeggiate accompagnata da esperti.

Gli studenti sono invitati a documentare con disegni, scritti, foto o filmati al fine di riportare alla scuola l'esperienza progettuale

Evento finale di restituzione dell'esperienza degli istituti coinvolti

METODOLOGIA

Educativa

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Diario attività; questionario valutazione; raccolta materiale prodotto; report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute U.O di Riabilitazione
Unione dei comuni, Corpo Forestale di Stato, Associazioni del territorio, istituzioni scolastiche, collaboratori esperti esterni.

REFERENTE

Giulia Banchi, Massimo Frilli

AMBITO TERRITORIALE

Firenze zone: Firenze e Firenze sud est

Affettività e sessualità consapevole

Affettivamente



Scuola, famiglia e territorio per la promozione delle life skills sui temi della corporeità, affettività e sessualità e delle relazioni e comunicazioni fra adulti di riferimento, bambini e adolescenti su queste tematiche

PREMESSA

I bisogni-domande espresse dai pre-adolescenti, adolescenti e giovani (ricavati dai dati di attività del Servizio Centri Consulenza Giovani dell'Azienda USL Toscana centro, dalle Indicazioni Linee Guida OMS, dalle Indicazioni Libro Verde Salute Mentale Infanzia della Commissione Europea, dalle Indicazioni della Regione Toscana, e dalla letteratura di riferimento) risultano essere:

- informazioni e rassicurazioni sullo sviluppo puberale e sui processi di crescita e cambiamento del corpo in corso;
- informazioni, rassicurazioni, consulenze sulla sessualità (ruoli, orientamenti, funzioni);
- informazioni sulla contraccezione e sulla prescrizione della stessa;
- informazioni sulla prevenzione delle malattie sessualmente trasmissibili.

Caratteristiche e bisogni per i quali è richiesta una forte integrazione progettuale ed operativa fra servizi aziendali, extra aziendali e risorse del territorio e fra i livelli della promozione della salute, prevenzione del disagio, accoglienza e presa in carico, prevedendo interventi precoci che coinvolgano tutte le fasce di età e gli adulti di riferimento nei loro vari contesti di accudimento, educativi, culturali, sociali e sanitari.

Per l'a.s. 2020/21 il progetto sarà integrato con incontri e attività a distanza in forma digitale.

DESTINATARI

Insegnanti e famiglie degli istituti comprensivi

Per le classi terze delle Secondarie di primo grado sono concordati incontri presso la scuola o la sede dei centri consulenza giovani, previa partecipazione degli Insegnanti ai Corsi di Formazione che si tengono negli ambiti territoriali .

OBIETTIVO GENERALE

Promuovere la riflessione e la condivisione degli adulti sulle skills che favoriscono nei bambini e negli adolescenti lo sviluppo psico-fisico-sessuale e la socializzazione, sostenendo i fattori protettivi individuali, familiari e ambientali.

OBIETTIVI SPECIFICI

Riorganizzare negli adolescenti informazioni corrette sui contenuti tematici del progetto

Facilitare la fruizione dei Centri Consulenza Giovani

CONTENUTI

Corporeità, affettività e sessualità nelle diverse fasi evolutive (infanzia e adolescenza)

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Le azioni del progetto saranno costruite e concordate ad hoc tenendo conto della realtà organizzativa di ciascuna scuola in relazione all'emergenza Covid.

- Incontri di contrattazione, co-progettazione ed accordi di programmazione con insegnanti
- un corso di formazione per gli insegnanti
- condivisione iniziale con genitori
- programmazione e realizzazione da parte degli/delle Insegnanti delle Scuole secondarie di 1° grado di occasioni didattiche che svolgeranno con i ragazzi/e delle Classi coinvolte e Programmazione e realizzazione di Per le classi terze incontro di integrazione/approfondimento tematico/conoscenza del Servizio Centri Consulenza Giovani, con gli operatori ASL presso un Centro Consulenza Giovani ASL

METODOLOGIA

Metodologie attive - partecipative: giochi e attivazioni a coppie, in gruppo, circle time, brainstorming, role play ecc.

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute e Centro consulenza giovani

REFERENTE

Monica Rosselli

AMBITO TERRITORIALE

Firenze zone: Firenze, Firenze nord ovest, Firenze sud est, Mugello

Safe sex, preserva... ti



"Corporeità, affettività, sessualità" promozione del benessere in ambito scolastico

PREMESSA

Un elemento fondamentale per un lavoro più complessivo di promozione della salute e di sani stili di vita è sviluppare negli studenti il pensiero critico sulle tematiche che mettono in connessione l'affettività e i comportamenti a rischio. Per l'a.s. 2020/21 il progetto sarà integrato con incontri e attività a distanza in forma digitale.

DESTINATARI

Insegnanti e studenti scuole secondarie di secondo grado

OBIETTIVO GENERALE

Fornire informazioni relative alle Infezioni Sessualmente Trasmesse (IST) con particolare attenzione ai possibili rischi di trasmissione dei virus HIV e HPV. Il progetto intende favorire la conoscenza delle strategie preventive e incrementare la consapevolezza del rischio, spesso legato a comportamenti sessuali "non protetti", al fine di favorire l'adozione di comportamenti sicuri e la promozione del benessere della persona.

OBIETTIVI SPECIFICI

Conoscere le IST, in particolare l'infezione da HIV, i rischi e le strategie preventive.

Aumentare la consapevolezza e il livello di percezione del rischio in relazione ai rapporti sessuali nei giovani.

Potenziare nei giovani le abilità collegate alla comunicazione efficace di tipo assertivo in relazione alle scelte sessuali.

Promuovere una riflessione sui temi legati alle malattie a trasmissione sessuale, alle scelte in ambito sessuale, agli stereotipi in relazione alla sessualità consapevole e all'utilizzo del preservativo.

Promuovere la conoscenza dei Consultori del territorio.

CONTENUTI

Incontri di progettazione partecipata con gli insegnanti volti a:

- l'ascolto e la raccolta delle loro specifiche esigenze;
- l'approfondimento dei temi inerenti il corpo, l'affettività e la sessualità;
- l'accompagnamento verso la progettazione degli obiettivi e delle azioni formative da realizzare successivamente con il gruppo di studenti peer educators, laddove si preveda di attivare tale percorso.

Il percorso formativo destinato a un gruppo di studenti della scuola (individuati nelle classi terze e/o quarte tramite autocandidatura o altro criterio da concordare con gli insegnanti) disponibili/motivati a diventare opinion leader nei confronti dei loro coetanei. Obiettivo della formazione è metterli in grado di: stimolare discussioni, informare e favorire un confronto su comportamenti, atteggiamenti ed opinioni dei coetanei sui temi dell'affettività e della sessualità.

Partecipazione agli incontri delle classi terze delle scuole secondarie di primo grado presso i consultori

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Le azioni del progetto saranno costruite e concordate ad hoc tenendo conto della realtà organizzativa di ciascuna scuola in relazione all'emergenza Covid.

N. 2-3 incontri di due ore ciascuno in relazione alle necessità delle classi e al n. degli insegnanti partecipanti

Le ore dedicate alla realizzazione del programma in classe variano in relazione al livello di approfondimento che si intende raggiungere e alle metodologie che si intendono avviare

METODOLOGIA

Il percorso formativo in linea con i principi metodologici delle life skills e della co-progettazione, prevede l'acquisizione di informazioni e abilità da parte dei docenti da implementare nelle classi (lavori di gruppo, brainstorming, visione di filmati, discussioni guidate, simulazioni, giochi di ruolo). Tali attività avranno la finalità di attivare skills quali: autoconsapevolezza, pensiero critico, pensiero creativo, prendere decisioni, assertività, comunicazione efficace e gestione delle emozioni.

L'attività degli studenti potrà essere condotta anche attraverso l'avvio di interventi di Peer Education

Utilizzo come supporto della app "I love safe sex"

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute e Centro consulenza giovani L.I.L.A. (Lega Italiana Lotta Aids)

REFERENTE

Monica Rosselli

Prevenzione dipendenze e comportamenti a rischio

Use consapevole dei farmaci



Stili di vita salutari e comportamenti personali

PREMESSA

Sempre più spesso i farmaci sono considerati come beni di consumo e vengono utilizzati con eccessiva leggerezza per problemi superabili anche senza il loro utilizzo. In particolare nei giovani è utile favorire la formazione di una coscienza critica verso i farmaci e l'adozione di comportamenti personali e stili di vita salutari.

Per l'a.s. 2020/21 il progetto sarà integrato con incontri e attività a distanza in forma digitale.

DESTINATARI

Studenti delle Scuole Secondarie di II°(Zone: Firenze, Mugello)

Studenti delle Scuole Secondarie di I° (Zone Mugello)

Insegnanti delle Scuole Secondarie di I°(Zone Mugello)

OBIETTIVO GENERALE

Sviluppare un corretto uso dei farmaci nella popolazione studentesca delle Scuole Secondarie di I° e di II°

OBIETTIVI SPECIFICI

Aumentare le conoscenze sul corretto uso dei farmaci

CONTENUTI

Concetto di salute

Definizione di farmaco

Ruolo sociale del farmaco

Automedicazione

Uso ed abuso di farmaci

Uso di sostanze diverse in funzione terapeutica e farmacologia (medicina alternativa, integratori alimentari, vitaminici e minerali)

Farmaci ed internet

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Le azioni del progetto saranno costruite e concordate ad hoc tenendo conto della realtà organizzativa di ciascuna scuola in relazione all'emergenza Covid.

Scuola Secondaria di I°(Zona Mugello): E' previsto un incontro con gli insegnanti referenti delle classi coinvolte nel progetto in modo da individuare quali aspetti sono o di maggior interesse per gli studenti o da approfondire. Seguirà un incontro di 2 ore in ciascuna classe coinvolta.

Scuola Secondaria di II°(Zone Firenze e Mugello): E' previsto un incontro di due ore in ciascuna classe interessata o, se il numero totale degli allievi lo permette, in due classi accorpate.

METODOLOGIA

Metodologia attiva

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute e farmacisti delle Politiche territoriali del Farmaco

REFERENTE

Patrizia Giannelli

AMBITO TERRITORIALE

Firenze zone: Firenze e Mugello

Prevenzione delle dipendenze



Prevenzione dell'uso di sostanze psicoattive legali (alcol e tabacco) ed illegali e delle dipendenze comportamentali (gioco d'azzardo e iperconnessione) in ambito scolastico.

PREMESSA

Nell'ambito dell'attività di prevenzione delle dipendenze patologiche nel contesto scolastico, negli anni sono stati prodotti negli anni dalla comunità scientifica degli studi di efficacia che ridisegnano e propongono modelli nuovi di intervento. Questi modelli sono nelle scuole più rispondenti alla complessità del fenomeno "dipendenza" fra gli adolescenti e giovani adulti e miranti ad integrare e ottimizzare le risorse e le competenze dei soggetti presenti nella scuola.

Tali studi di valutazione di efficacia dimostrano come in ambito scolastico le proposte di progetti di prevenzione rivolti esclusivamente ad una componente, quella studentesca, da parte di esperti esterni, risultino inefficaci.

Sempre più gli interventi di prevenzione, per essere efficaci, si propongono di ridurre i fattori di rischio che possono portare all'uso di sostanze ed implementare i fattori di protezione, attraverso percorsi articolati che coinvolgono più componenti e che non si limitano alla sola informazione.

Per l'a.s. 2020/21 il progetto sarà integrato con incontri e attività a distanza in forma digitale.

DESTINATARI

Tutte le componenti delle Scuole secondarie di primo e secondo grado: studenti, personale docente e non docente, dirigenti scolastici e famiglie

OBIETTIVO GENERALE

Condividere con tutte le componenti scolastiche gli obiettivi della prevenzione, concorrendo alla costruzione di messaggi coerenti e continuativi come condizione essenziale dell'efficacia degli interventi.

Favorire la promozione della salute e del benessere attraverso il coinvolgimento attivo di tutte le componenti scolastiche, creando una sinergia di azioni per prevenire il rischio di dipendenza da sostanze psicoattive legali ed illegali.

OBIETTIVI SPECIFICI

Creare una cultura e un linguaggio comune con le varie componenti del contesto scolastico e i suoi referenti

Stimolare e potenziare le abilità di vita (life skills)

Stimolare la crescita dei fattori di protezione e ridurre i fattori di rischio

Potenziare l'impegno personale di tutte le componenti scolastiche per promuovere stili di vita sani

CONTENUTI

Life skills, fattori di protezione e di rischio e dipendenze

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Le azioni del progetto saranno costruite e concordate ad hoc tenendo conto della realtà organizzativa di ciascuna scuola in relazione all'emergenza Covid.

- Incontro programmazione con i referenti dell'educazione alla salute della scuola (condivisione degli obiettivi e pianificazione delle azioni da realizzare);
- realizzazione delle azioni programmate (per es. incontri di formazione e aggiornamento insegnanti, incontri di formazione e sensibilizzazione delle famiglie, incontri nei forum organizzati dagli studenti, incontri di formazione con studenti, peer education, ecc.);
- monitoraggio dei progetti in corso;
- incontro di verifica e valutazione finale.

METODOLOGIA

Educativa

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori coinvolti: Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute, Area Dipendenze/SerD e CESDA (Centro Studi e Documentazione su Dipendenze e AIDS).

Possono essere previste e concordate collaborazioni con istituzioni (es. Prefettura, Comuni, ecc.) e associazioni o cooperative che operano nel settore

REFERENTE

Giulia Banchi

AMBITO TERRITORIALE

Firenze zone: Firenze, Firenze nord ovest, Firenze sud est, Mugello

Io vivo e non fumo



Prevenzione dell'uso di sostanze psicoattive legali (tabacco) in ambito scolastico

PREMESSA

I dati delle sorveglianze ci dicono che un adolescente su cinque nella fascia di età tra i 13 e i 15 anni fuma quotidianamente. La partecipazione attiva degli studenti e la collaborazione degli insegnanti sono azioni strategiche per rendere i ragazzi maggiormente consapevoli delle proprie scelte di vita. Il percorso degli studenti si concretizza nella realizzazione di un evento nella giornata mondiale contro il fumo (31 maggio)

Per l'a.s. 2020/21 il progetto sarà integrato con incontri e attività a distanza in forma digitale.

DESTINATARI

Studenti scuola secondaria primo grado, come riportato dai dati dell'Istituto Superiore di Sanità, la fascia di età di inizio al fumo è 10/13 anni

OBIETTIVO GENERALE

Prevenzione del tabagismo

Creare un'alleanza con le scuole per facilitare e sostenere stili di vita sani

OBIETTIVI SPECIFICI

Creare una cultura e un linguaggio comune con le varie componenti del contesto scolastico

Stimolare e potenziare le abilità di vita (life skills)

Stimolare la crescita dei fattori di protezione e ridurre i fattori di rischio per il fumo di tabacco

CONTENUTI

Life skills, fattori di protezione e di rischio e dipendenze

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Le azioni del progetto saranno costruite e concordate ad hoc tenendo conto della realtà organizzativa di ciascuna scuola in relazione all'emergenza Covid.

- Incontro di programmazione con i referenti dell'educazione alla salute, il Ser.D. e gli insegnanti coinvolti per la condivisione degli obiettivi e la pianificazione delle azioni da realizzare;
- due incontri con la classe (informazione, sensibilizzazione, attivazioni su emozioni, pensiero critico, problem solving);
- lavoro degli insegnanti con la classe al fine di realizzare il prodotto da esporre nella giornata mondiale contro il tabacco, con la presentazione da parte degli studenti dei materiali elaborati.

METODOLOGIA

Educativa

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Raccolta materiali, pre-test, post-test

OPERATORI COINVOLTI

Operatori coinvolti: Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute, Ser.D.

REFERENTE

Giulia Banchi

AMBITO TERRITORIALE

Firenze zona Mugello



Zero in un soffio

Progetto di prevenzione dell'uso di alcol per promuovere comportamenti corretti e responsabili alla guida

PREMESSA

L'alcol è oggi uno dei maggiori fattori di rischio per la salute evitabile. L'intervento preventivo ed educativo nelle fasce giovanili si rende necessario, attraverso iniziative implementate e sostenute dalle istituzioni. Un aspetto chiave per aumentare l'efficacia degli interventi di prevenzione è realizzare azioni integrate, multisetoriali e ripetute nel tempo in modo da avere un'azione di rinforzo specifico sul messaggio preventivo da diffondere nella popolazione bersaglio del progetto. "Zero in un soffio" è un'azione di un progetto più ampio che coinvolge la comunità, in particolare scuole guida e DEA.

Per l'a.s. 2020/21 il progetto sarà integrato con incontri e attività a distanza in forma digitale.

DESTINATARI

Studenti delle classi quarte istituti istruzione superiori

OBBIETTIVO GENERALE

Potenziare i fattori di protezione e ridurre i fattori di rischio per alcol e guida

Aumentare la consapevolezza del rischio connesso all'uso di alcol e guida e sull'importanza di comportamenti corretti alla guida.

OBBIETTIVI SPECIFICI

Fornire informazioni sui rischi connessi alla guida di veicoli sotto l'effetto dell'alcol

Fornire informazioni su comportamenti e stili di vita corretti in merito alla sicurezza stradale e all'uso di alcol

Aumentare le abilità del soggetto nel fronteggiare eventi e situazioni in cui si trovano in contatto con l'uso di alcol

CONTENUTI

Informazioni sulla normativa vigente, sui rischi connessi alla guida di veicoli sotto l'effetto dell'alcol (etilometro, occhiali corretti per la visione a diversi livelli di alcolemia etc.). Testimonianze

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Le azioni del progetto saranno costruite e concordate ad hoc tenendo conto della realtà organizzativa di ciascuna scuola in relazione all'emergenza Covid.

- Incontro programmazione con gli insegnanti coinvolti per condivisione degli obiettivi e pianificare le azioni da realizzare;
- un incontro in ogni classe, congiunto tra i professionisti della salute (DEA e dipartimento delle dipendenze), le forze dell'ordine;
- un incontro assembleare con Serd, DEA, Forze dell'ordine e associazioni del volontariato (es: associazione Lorenzo Guarnieri).

METODOLOGIA

Informativa

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Numero di incontri effettuati

Numero di partecipanti agli incontri

OPERATORI COINVOLTI

Operatori coinvolti: Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute, Ser.D, Dea Ospedale del Mugello
Forze dell'ordine
Associazioni

REFERENTE

Giulia Banchi

AMBITO TERRITORIALE

Firenze zona Mugello



Smart unplugged



Programma di prevenzione all'uso delle sostanze inserito nel Piano Regionale della Prevenzione

Per questo anno scolastico, a causa delle disposizioni anti Covid-19, non è prevista la formazione di nuovi docenti.

PREMESSA

Unplugged è un programma di prevenzione scolastica dell'uso di sostanze che si basa sul modello dell'influenza sociale e integra attività basate sulle life skills con attività focalizzate sul credo normativo. Questo intervento educativo è stato sperimentato e valutato nell'ambito dello studio multicentrico EU-Dap, che ha coinvolto sette paesi europei (Belgio, Germania, Spagna, Grecia, Italia, Austria e Svezia). Unplugged è un programma europeo di provata efficacia nel prevenire l'inizio e /o ritardare il passaggio dall'uso sperimentale a quello regolare di sostanze tra gli/leadolescenti.

Per questo anno scolastico Unplugged vede una provvisoria e diversa programmazione delle unità vista la situazione che si è creata a seguito della pandemia da Covid-19. Anche se buona parte delle attività del programma potranno essere realizzate in sicurezza senza particolari variazioni, per venire incontro alle nuove esigenze di sicurezza con le classi in presenza, l'iter formativo è stato riformulato selezionando e/o riadattando alcune esercitazioni garantendo lo svolgimento nel rispetto delle misure anti Covid-19. Al contrario, in caso di una nuova situazione epidemiologica peggiorativa oppure le direttive di ogni singola scuola impongano la didattica a distanza, presentiamo come alternativa, un piano di attività da svolgere in modalità online.

DESTINATARI

Insegnanti già formati e studenti della Scuola Secondaria di 1° grado del secondo anno o classi terze che non hanno completato il percorso nell'a.s. 2019-20

OBIETTIVO GENERALE

Prevenire/ritardare l'uso di sostanze (tabacco, alcol e droghe) negli adolescenti di età compresa tra i 12 e i 14 anni secondo una metodologia basata sul modello dell'Influenza sociale

OBIETTIVI SPECIFICI

Migliorare il benessere e la salute psicosociale dei ragazzi, attraverso il riconoscimento ed il potenziamento delle abilità necessarie per gestire l'emotività e le relazioni sociali, al fine di prevenire e/o ritardare l'uso di sostanze

Conoscere il modello dell'influenza sociale e le life skills, e il loro ruolo nella prevenzione scolastica dell'uso di sostanze e nella promozione della salute degli studenti;

Apprendere la metodologia necessaria per lavorare in classe con il modello dell'influenza sociale e delle life skills; ;

Migliorare le conoscenze sui rischi dell'uso di tabacco, alcol e sostanze psicoattive e sviluppare un atteggiamento non favorevole alle sostanze.

CONTENUTI

Unplugged in presenza: sono state riviste le attività in una sequenza di 10 Unità

Unplugged in modalità a distanza: alcune Unità dal programma Unplugged riadattate per lo svolgimento online

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

È previsto un incontro di Retrainig di n.2 ore in videoconferenza con insegnanti già formati sia sul nuovo programma di attività Unplugged da svolgere in presenza con la classe, sia nella modalità online.

1-2 Incontri in itinere o entro la fine dell'a.s., sempre in modalità a distanza, come monitoraggio del percorso

METODOLOGIA

Incontri in videoconferenza

MATERIALI E STRUMENTI

Nuovo manuale (provvisorio, in versione digitale) per l'insegnante ad integrazione dell'originale; quaderno per gli studenti, set di carte

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Questionario di soddisfazione degli studenti e degli insegnanti e report delle unità

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro formatori accreditati unplugged: Promozione della Salute, Area Dipendenze/SerD,

REFERENTE

Anna Cappelletti

AMBITO TERRITORIALE

AUSL Toscana centro

Con la prudenza il pericolo... domino



Prevenire gli incidenti domestici

PREMESSA

Il periodo pre-adolescenziale è spesso caratterizzato da comportamenti di sfida e d'imprudenza verso se stessi, verso gli altri e verso l'ambiente circostante. Gli studenti in questo periodo iniziano ad acquisire una maggiore autonomia anche nell'ambiente domestico e sono meno controllati dagli adulti. Diviene fondamentale che siano consapevoli dei rischi derivanti da comportamenti non corretti e talvolta apparentemente innocui. Il progetto mira ad aumentare la conoscenza delle fonti di pericolo esistenti fra le mura domestiche (elettricità, sostanze tossiche, fonti di calore, gas, fuoco, ecc.) per ridurre al minimo il rischio di incidenti, e la comprensione del rischio presente in certi comportamenti apparentemente comuni (giocare con accendini, spingersi per le scale, utilizzo dell'elettricità, petardi ecc.). Vengono date informazioni su come tenere, di fronte a un pericolo, un comportamento il più possibile consapevole, responsabile e sicuro.

Per l'a.s. 2020/21 il progetto sarà integrato con incontri e attività a distanza in forma digitale.

DESTINATARI

Alunni ed insegnanti dei primi due anni della scuola secondaria I°

OBIETTIVO GENERALE

Prevenire gli incidenti domestici attraverso l'educazione alla percezione dei pericoli presenti nei diversi ambienti di vita, con particolare riferimento all'ambiente domestico.

OBIETTIVI SPECIFICI

Acquisire conoscenze sulla prevenzione degli incidenti in ambito domestico

Acquisire conoscenze sulle maggiori cause di incidenti in ambito domestico

CONTENUTI

Rischi in ambiente domestico

Misure di prevenzione per eliminare e ridurre il rischio

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Le azioni del progetto saranno costruite e concordate ad hoc tenendo conto della realtà organizzativa di ciascuna scuola in relazione all'emergenza Covid.

Gli incontri hanno una durata complessiva di sei ore e sono suddivisi in tre momenti:

- primo e secondo incontro: partendo dalla somministrazione di un questionario, vengono individuate le varie fonti di pericolo presenti nell'ambiente domestico; attraverso le esperienze e la percezione degli alunni, relativamente al rischio e ai pericoli, vengono evidenziate e analizzate le possibili cause dell'eccessiva sicurezza di sé, ecc. Viene poi consegnata una griglia da compilare a casa, con l'eventuale coinvolgimento della famiglia, per evidenziare i pericoli menzionati. I dati emersi vengono elaborati e discussi in classe;
- terzo incontro: viene chiesto di costruire un gioco (un domino) che riporti gli atteggiamenti corretti da tenere in relazione ai vari eventi potenzialmente a rischio.

Nella fase di costruzione del domino degli studenti devono essere in grado di individuare il tipo di rischio presentato e la relativa fonte; durante il gioco le indicazioni sono commentate dagli studenti stessi in modo da rafforzare quanto appreso negli incontri precedenti.

METODOLOGIA

Informativa: lezioni frontali, attivazioni e discussioni, gioco di gruppo.

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute e Assistenza Sanitaria in Ambito Preventivo

REFERENTE

Giulia Banchi

AMBITO TERRITORIALE

Firenze zone: Firenze e Mugello

Emergenza sanitaria: cosa fare?



SOS Ragazzi: corretto utilizzo dei servizi di Emergenza/Urgenza e nozioni di Primo Soccorso

PREMESSA

Negli ultimi anni è stato osservato un incremento del ricorso ai servizi di emergenza-urgenza. Una delle principali cause di tale situazione è attribuita alla carenza di informazioni a disposizione del cittadino circa la natura e l'utilizzo del sistema di emergenza-urgenza. E' importante pertanto realizzare un intervento informativo/educativo diretto agli alunni/studenti essendo la Scuola uno dei luoghi deputati all'educazione e alla conoscenza relativa anche a comportamenti utili per la propria vita.

Ragazzi più informati saranno cittadini più consapevoli e competenti: promuovere la conoscenza dei servizi sanitari disponibili, le modalità di accesso e il loro corretto utilizzo significa lavorare per incrementare le capacità del cittadino di prendersi cura di sé (empowerment) per favorire, di conseguenza, l'efficacia e l'efficienza dei servizi stessi.

DESTINATARI

Studenti III classe scuola secondaria I grado
Studenti I, II, III classe scuola secondaria II grado

OBIETTIVO GENERALE

Promuovere la conoscenza e l'appropriato utilizzo dei servizi di emergenza/urgenza e contribuire a far acquisire competenze generiche sulle norme di primo soccorso

OBIETTIVI SPECIFICI

Conoscere il sistema di emergenza sanitaria e i professionisti che ci lavorano
Saper attivare in modo corretto il servizio di emergenza
Trasmettere nozioni di primo soccorso
Promuovere comportamenti consapevoli e responsabili in materia di sicurezza sulle strade e abuso di sostanze

CONTENUTI

Il numero per l'emergenza sanitaria
Come effettuare una chiamata di soccorso
Cosa fare in attesa dei soccorsi

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

L'intervento educativo si articola in un incontro della durata di 3 ore, con la possibilità di accorpate due classi. Verranno accolte le prime 20 classi che faranno richiesta garantendo un'equa distribuzione tra i diversi istituti richiedenti. Valuteremo la possibilità di accogliere ulteriori richieste

METODOLOGIA

L'intervento verrà condotto con l'utilizzo di una metodologia interattiva basata sulla trasmissione di conoscenze veicolate attraverso lezione frontale, brainstorming, discussione e condivisione.

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Rapporto conclusivo redatto dai docenti

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: infermieri SOSD infermieristica 118

REFERENTE

Anna Cappelletti

AMBITO TERRITORIALE

Firenze zone: Firenze, Firenze nord ovest, Firenze sud est, Mugello

Visita in centrale operativa



Conoscere il servizio di emergenza e chi ci lavora

PREMESSA

Negli ultimi anni è stato osservato un incremento del ricorso ai servizi di emergenza-urgenza. Una delle principali cause di tale situazione è attribuita alla carenza di informazioni a disposizione del cittadino circa la natura e l'utilizzo del sistema di emergenza-urgenza. E' importante pertanto realizzare un intervento informativo/educativo diretto agli alunni/studenti essendo la Scuola uno dei luoghi deputati all'educazione e alla conoscenza relativa anche a comportamenti utili per la propria vita.

Ragazzi più informati saranno cittadini più consapevoli e competenti: promuovere la conoscenza dei servizi sanitari disponibili, le modalità di accesso e il loro corretto utilizzo significa lavorare per incrementare le capacità del cittadino di prendersi cura di sé (empowerment) per favorire, di conseguenza, l'efficacia e l'efficienza dei servizi stessi.

DESTINATARI

Studenti delle scuole medie e superiori

OBIETTIVO GENERALE

Conoscere il sistema dell'emergenza sanitaria

OBIETTIVI SPECIFICI

Conoscere il sistema di emergenza sanitaria e i professionisti che ci lavorano

CONTENUTI

Presentazione della centrale e visita alle postazioni di lavoro

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

L'intervento educativo si articola in un incontro della durata di 2 ore da svolgere presso la centrale operativa di Firenze in Viale Michelangiolo 41

METODOLOGIA

L'intervento verrà condotto con l'utilizzo di una metodologia interattiva tra infermiere tutor e studenti

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Rapporto conclusivo redatto dai docenti

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: infermieri SOSD infermieristica 118

REFERENTE

AMBITO TERRITORIALE

Firenze - Prato

Sai cosa mangi?



Consumatori consapevoli, in grado di individuare rischi per la salute connessi all'alimentazione

PREMESSA

La Comunità Europea ha emanato, negli ultimi anni, una serie di normative che intendono rispondere compiutamente ai bisogni di salute della società globalizzata, con nuove decisive responsabilità per i produttori di alimenti ma anche per i consumatori, non più passivi fruitori ma protagonisti nel processo di prevenzione delle patologie connesse all'alimentazione. Di qui nasce l'esigenza, per la sanità pubblica, di contribuire a formare consumatori consapevoli dei rischi, delle buone prassi, dei comportamenti individuali virtuosi, a partire dall'età scolare.

Per l'a.s. 2020/21 il progetto sarà integrato con incontri e attività a distanza in forma digitale.

DESTINATARI

Insegnanti e Studenti della scuola Secondaria di Primo e Secondo Grado

OBIETTIVO GENERALE

Contribuire alla formazione di consumatori consapevoli, in grado di individuare rischi per la salute connessi all'alimentazione e capaci di operare scelte volte al miglioramento dello stato di salute della comunità

OBIETTIVI SPECIFICI

Favorire la conoscenza dei concetti e della terminologia specifica della produzione e del controllo ufficiale degli alimenti

Stimolare un atteggiamento attivo nei confronti delle scelte alimentari

Rendere gli studenti capaci di utilizzare gli strumenti a disposizione del consumatore come la lettura e comprensione puntuale dell'etichetta anche al fine di promuovere corrette modalità di trattamento degli alimenti in ambiente casalingo

Riconoscere la corretta comunicazione del rischio (pubblicità, Internet, stampa) in relazione a notizie riguardanti alimenti ed emergenze sanitarie connesse al consumo

CONTENUTI

L'alimentazione come determinante di salute

La definizione del concetto di rischio in relazione alla sicurezza alimentare

La gestione del rischio mediante il controllo di filiera

Le corrette modalità di manipolazione e utilizzo degli alimenti in ambito domestico

La lettura e comprensione l'etichetta dei prodotti alimentari

Il metodo HACCP e il piano di autocontrollo, strumenti per garantire la sicurezza degli alimenti dalla produzione al consumatore novità in campo alimentare (novel food, cibo etnico...), rischi e opportunità

La piramide alimentare toscana (PAT), definizione del concetto di corretta alimentazione nel contesto delle produzioni agro-zootecniche regionali

Il ruolo e le attività dei servizi di Sanità Pubblica deputati al controllo ufficiale degli alimenti e filiera delle responsabilità (produttore - consumatore - controllore)

Riconoscere la corretta comunicazione del rischio (pubblicità internet, stampa) in relazione a notizie riguardanti alimenti ed emergenze sanitarie connesse al loro consumo.

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Le azioni del progetto saranno costruite e concordate ad hoc tenendo conto della realtà organizzativa di ciascuna scuola in relazione all'emergenza Covid.

- Incontri con i docenti per programmazione integrata e condivisione obiettivi generali e specifici;
- distribuzione materiali didattici e questionari;
- supporto tecnico-scientifico alla programmazione;
- incontri con esperto nelle classi

METODOLOGIA

Informativa: lezioni frontali, interattive e partecipate

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute e Sanità pubblica veterinaria e sicurezza alimentare/UFC Igiene Urbana

REFERENTE

Giulia Banchi

AMBITO TERRITORIALE

Firenze zona Mugello

#IORESTOSICURO



Comportamenti consapevoli e gestione dello stress a scuola al tempo della Covid-19

PREMESSA

L'esperienza collettiva dell'emergenza sanitaria da SARS-COV2 ha creato imprevedibili scenari in continuo cambiamento e ha reso necessario rimodulare le nostre proposte in termini di flessibilità, in particolare riferimento al setting scolastico.

Il progetto nasce dall'esigenza di supportare la scuola in azioni concrete rivolte alla gestione degli aspetti igienico sanitari e relazionali, utilizzando anche la metodologia Life Skills, affinché la comunità scolastica adotti consapevolmente e responsabilmente le norme di comportamento per la prevenzione del contagio.

DESTINATARI

Insegnanti, personale ATA e studenti della Scuola dell'Infanzia, Primaria e Secondaria di 1° e 2° grado

OBIETTIVO GENERALE

Promuovere l'acquisizione consapevole di comportamenti finalizzati alla prevenzione da infezione da SARS-COV2

OBIETTIVI SPECIFICI

Conoscere le modalità di trasmissione e le misure di prevenzione

Organizzare attività, spazi e ambienti comuni in sicurezza

Contribuire alla creazione di un clima rassicurante e sereno favorevole al benessere della comunità scolastica

Promuovere l'acquisizione consapevole nell'adozione di comportamenti corretti

CONTENUTI

Cenni di epidemiologia e modalità di trasmissione dell'infezione da SARS-COV2

Igiene personale e comportamenti (lavaggio delle mani, distanziamento fisico, uso delle mascherine, etc.)

Igiene ambientale e strutturale (sanificazione logistica)

Ascolto e confronto sui bisogni emergenti e sulle criticità

Lavoro sulle Life skills con particolare riferimento alla Gestione delle emozioni e alla gestione dello stress

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

MODULO 1

Autoformazione con interventi tematici registrati: 3 ore

- Consapevolezza e aspetti sociologici; modalità di trasmissione; misure di prevenzione; organizzazione spazi, attività e ambienti comuni; aspetti di igiene del lavoro; alimenti e Covid-19; bisogno di movimento; aspetti psicologici

Webinar in streaming on-line: 2 ore

Esperti del Dipartimento della Prevenzione Azienda USL Toscana centro ed un esperto psicologo rispondono ai quesiti pervenuti dalle scuole

MODULO 2

Webinar in streaming on-line: COVID-19 e Promozione della salute: 2 ore

- Concetto di Promozione della Salute; Life skills- abilità per la vita; autoconsapevolezza; gestione delle emozioni e dello stress; accoglienza e bisogni; la metodologia

MODULO 3

Una edizione per zona in presenza a piccoli gruppi o online

- Coprogettazione; realizzazione degli interventi con gli insegnanti; presentazione e condivisione del lavoro svolto

METODOLOGIA

Interattiva con il coinvolgimento diretto del personale della scuola. Life Skills educations

MATERIALI E STRUMENTI

Piattaforma web comune, Webinar tematici e contenuti online

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Questionario di autovalutazione e di gradimento

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute, Igiene Pubblica e Nutrizione, Prevenzione Igiene Sui Luoghi di Lavoro, Sicurezza Alimentare, Assistenza sanitaria in ambito preventivo
Esperto esterno Psicologo

REFERENTE

Zona Prato: Delia Trotta
Zona Firenze: Monica Rosselli, Patrizia Giannelli
Zona Empoli: Sandra Bonistalli, Giampiero Montanelli
Zona Pistoia: Antonella Nanni, Manuela Marchetti

AMBITO TERRITORIALE

AUSL Toscana centro

Donare sangue: la scelta giusta!



Donazione di tessuti sangue, midollo osseo, cordone ombelicale: istruzioni tecniche e supporto all'atto della donazione come momento di solidarietà umana e civile.

PREMESSA

Nella vita potremo tutti aver bisogno di sangue, serve per la cura di molte patologie. Il sangue è indispensabile, non si fabbrica in laboratorio, di sangue ce n'è sempre più bisogno. Andare ad agire in classi di età, in cui la comparsa di patologie che controindicano la donazione è statisticamente poco significativa ed è legalmente consentita per il raggiungimento ex ante e post ante della maggior età, ma soprattutto in una fase della vita in cui la solidarietà ha un forte valore collettivo, consente di moltiplicare il numero dei donatori e in soggetti che per lungo tempo potranno rimanere tali. Inoltre consentirà, ai candidati donatori, di sottoporsi a controlli ematici e visita medica gratuiti, in un momento storico difficile, che, per vari motivi ha allontanato la polazione dai Servizi sanitari.

Per l'a.s. 2020/21 il progetto sarà integrato con incontri e attività a distanza in forma digitale.

DESTINATARI

Studenti delle cl. IV° e V° delle Scuole secondarie di II° grado

OBIETTIVO GENERALE

Incrementare il numero di donatori di sangue

OBIETTIVI SPECIFICI

Migliorare le competenze relative ai temi della donazione dei tessuti, sviluppare la potenziale capacità di dono (atteggiamento)

CONTENUTI

- Istruzioni tecniche e supporto all'atto della donazione
- valore sanitario ed umano per i donatori
- vantaggi per la popolazione sana
- bisogni della popolazione che ne usufruisce.

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Le azioni del progetto saranno costruite e concordate ad hoc tenendo conto della realtà organizzativa di ciascuna scuola in relazione all'emergenza Covid.

Un incontro con i medici dei servizi trasfusionali di 2 ore rivolto a classi singole nel rispetto dei regolamenti anticovid che la scuola avrà messo in atto.

Eventuale partecipazione delle Associazioni di volontariato, laddove ce ne sia la presenza e la disponibilità per azioni di sostegno coordinate dai medici presenti a scuola.

METODOLOGIA

Informativa

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

N candidati donatori / n° candidati donatori informati a scuola

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro dei Servizi di Immunoematologia

REFERENTE

Anna Cappelletti

AMBITO TERRITORIALE

Firenze zone: Firenze, Firenze nord ovest, Firenze sud est, Mugello

Io e gli animali

Vivere in armonia, salute e benessere con gli altri animali



PREMESSA

La crescente presenza di animali da compagnia nelle case degli italiani non è sempre accompagnata dalla consapevolezza delle responsabilità legali e dei risvolti di carattere sanitario che la convivenza stretta uomo-animale può generare (zoonosi, episodi di aggressività, morsicature ...).

Inoltre è inadeguata la consapevolezza rispetto al benessere dell'animale in relazione alla specie e al suo naturale comportamento, tanto che convivono fenomeni di antropomorfizzazione e veri e propri maltrattamenti.

È opportuno promuovere momenti di confronto, informazione ed educazione, già dalla prima infanzia, sul tema della ricerca di un miglior equilibrio nei rapporti uomo-animale-ambiente, sui doveri di legge connessi alla detenzione degli animali, sul concetto di responsabilità che deve accompagnare la decisione familiare di prendere in casa uno o più animali.

Per l'a.s. 2020/21 il progetto sarà integrato con incontri e attività a distanza in forma digitale.

DESTINATARI

Alunni, insegnanti e famiglie delle Scuole per l'infanzia, Scuole Primarie e Secondarie di primo grado

OBIETTIVO GENERALE

Promuovere la conoscenza e il rispetto dell'ecosistema urbano ed agricolo, favorendo al contempo il miglioramento della civile convivenza e la crescita di equilibrio nel rapporto uomo-animale-ambiente. Favorire la diffusione della conoscenza riguardo alle caratteristiche degli animali. Prevenire l'abbandono, il randagismo e ogni categoria di maltrattamento.

Promuovere la conoscenza delle attività del Servizio Sanitario nazionale rivolte alla tutela degli animali

OBIETTIVI SPECIFICI

Riconoscere e valutare comportamenti e abitudini corrette nel rapporto con gli animali d'affezione in ambito familiare e di collettività.

Identificare comportamenti specie-specifici degli animali in relazione all'ambito umano, familiare e collettivo, al fine di favorire il benessere dell'animale.

Indicare i comportamenti civici opportuni e normati per la civile convivenza.

Descrivere norme igieniche di base per la salvaguardia della salute umana e animale.

CONTENUTI

Lo sviluppo di un equilibrato rapporto uomo – animale – ambiente.

Esigenze vitali e dei modelli di comunicazione degli animali

Cenni sulla produzione e gli alimenti di origine animale e i rischi sanitari connessi al loro consumo.

Norme di buone prassi igieniche per prevenire le zoonosi.

Principali regole relative alla detenzione degli animali, alla convivenza civile e il loro benessere.

Osservazione diretta degli animali da parte dei bambini

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Le azioni del progetto saranno costruite e concordate ad hoc tenendo conto della realtà organizzativa di ciascuna scuola in relazione all'emergenza Covid.

- Incontri con i docenti per programmazione integrata e condivisione obiettivi; supporto tecnico scientifico ai docenti;
- incontri nelle classi e/o uscite di istruzione;
- condivisione e/o materiali didattici;
- produzione di materiale didattico e informativo anche attraverso la selezione dei lavori prodotti dagli studenti, al fine di un evento finale aperto alle famiglie e alla comunità.

Le ore dedicate alla realizzazione del progetto variano in relazione al livello di approfondimento che si intende raggiungere e alle metodologie che si intendono avviare, in collaborazione con la scuola

METODOLOGIA

Life skills attraverso incontri interattivi

MATERIALI E STRUMENTI

giochi istruttivi, materiale didattico, produzione materiale

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute e Sanità pubblica veterinaria e sicurezza alimentare/UFC Igiene Urbana

REFERENTE

Giulia Banchi

AMBITO TERRITORIALE

Firenze zone: Firenze, Firenze nord ovest, Firenze sud est, Mugello

La cultura del dono



Stili di vita salutari per un futuro da cittadini più consapevoli

PREMESSA

La Regione Toscana con delibera n. 1367 del 4/12/2017 ha inteso ribadire l'importanza di un percorso finalizzato allo sviluppo di una cultura solidale, promuovendo le progettualità delle Aziende sanitarie per favorire stili di vita sani, prevenire le malattie croniche e promuovere la cultura del dono.

Le varie tematiche affrontate nel progetto saranno pertanto trasversali e correlate a diverse materie curriculari (es. scienze, filosofia, diritto, ecc.) delle scuole aderenti oltre che finalizzate allo sviluppo delle competenze sociali e civiche per agire in modo autonomo, responsabile e nel rispetto dei diversi punti di vista. In relazione a questi aspetti sarà tenuto conto delle priorità individuate dalla scuola nell'ambito del RAV, del piano di miglioramento e, qualora possibile, delle scuole polo di formazione.

Per l'a.s. 2020/21 il progetto sarà integrato con incontri e attività a distanza in forma digitale.

DESTINATARI

Scuola: insegnanti delle scuole secondarie di II grado

OBIETTIVO GENERALE

Promuovere la diffusione della cultura di sani stili di vita collegandoli al tema della donazione

OBIETTIVI SPECIFICI

- Sensibilizzare alla cultura della donazione favorendo lo sviluppo di sentimenti di solidarietà
- Promuovere sani stili di vita, potenziando la capacità di prendere decisioni coerenti per la propria salute e il proprio benessere
- Informare sui temi della donazione, compresi aspetti tecnici e legali

CONTENUTI

Life skills

Sensibilizzazione alla cultura del dono

Promozione di sani stili di vita e scelte consapevoli

Aspetti sanitari: corrette informazioni scientifiche volte anche a chiarire dubbi e paure rispetto alla donazione

Aspetti legali: nozioni e chiarimenti sulla normativa vigente

Informazioni su programma regionale e Servizi Istituzionali preposti

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Le azioni del progetto saranno costruite e concordate ad hoc tenendo conto della realtà organizzativa di ciascuna scuola in relazione all'emergenza Covid.

Incontro di coprogrammazione con la scuola per ricaduta su studenti e famiglie

Il progetto potrà essere sostenuto con i fondi di cui alla DGRT 1367/2017 e successivi atti di riferimento previo vidimazione della progettualità da parte dell'azienda usl toscana centro e rendicontazione finale a firma del dirigente scolastico

METODOLOGIA

Metodologia attiva e partecipativa

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute e coordinamento locale aziendale Organizzazione Toscana Trapianti (OTT)

REFERENTE

Monica Rosselli

AMBITO TERRITORIALE

AUSL Toscana centro

Servizio civile: un'opportunità per i giovani di imparare facendo



Il Servizio Civile Nazionale e Regionale: come diventare volontario

PREMESSA

Chi sceglie di impegnarsi nel Servizio Civile volontario, sceglie di aggiungere un'esperienza qualificante al proprio bagaglio di conoscenze, spendibile nel corso della vita lavorativa; il servizio civile volontario ha per i giovani una forte valenza educativa e formativa, è una importante e spesso unica occasione di crescita personale, un'opportunità di educazione alla cittadinanza attiva. Per l'a.s. 2020/21 il progetto sarà integrato con incontri e attività a distanza in forma digitale.

DESTINATARI

Studenti delle scuole secondarie di secondo grado, classi quarte e quinte

OBIETTIVO GENERALE

Promuovere la cittadinanza attiva

OBIETTIVI SPECIFICI

Sensibilizzazione e coinvolgimento delle giovani generazioni nella difesa della Patria con mezzi non armati e non violenti, mediante servizi di utilità sociale. I giovani che hanno svolto il Servizio Civile presso questa Azienda sono stati infatti impegnati in progetti di accoglienza ed orientamento dell'utenza nei percorsi sanitari, di inclusione sociale per minori con disagio, di sanità solidale negli Istituti di Pena per adulti e minori, di comunicazione nelle biblioteche, di lavoro di rete nei Ser.D. (Servizi delle Dipendenze)

CONTENUTI

Il Servizio Civile Nazionale opera nel rispetto dei principi della solidarietà, della partecipazione, dell'inclusione e dell'utilità sociale nei servizi resi, anche a vantaggio di un potenziamento dell'occupazione giovanile

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Le azioni del progetto saranno costruite e concordate ad hoc tenendo conto della realtà organizzativa di ciascuna scuola in relazione all'emergenza Covid.

Sportello informativo nelle scuole secondarie di II° grado nei mesi di marzo e di novembre attraverso la presenza di operatori e di giovani volontari impegnati in progetti di servizio civile, compatibilmente alle disposizioni ministeriali vigenti.

Accesso concordato con i docenti nelle classi IV e V

Diffusione materiale informativo

METODOLOGIA

Informativa

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Ufficio Servizio Civile e Promozione della Salute

REFERENTE

Elena Pierozzi

AMBITO TERRITORIALE

Ausl Toscana centro

Alimentazione e movimento

Istituti alberghieri ed agrari per la salute



Educare i giovani al ciclo della natura e al cibo sano

PREMESSA

Nel corso degli ultimi anni il progetto n. 3 PRP 2014-2019 " Istituti Alberghieri e Agrari per la salute" ha avuto una naturale evoluzione del percorso educativo che ha interessato anche gli istituti comprensivi. Gli studenti degli istituti alberghieri e agrari hanno coinvolto in qualità di peer educator/tutor un numero notevole di bambini/studenti, avvicinandoli al piacere di esplorare e scoprire i prodotti della natura, proponendo esperienze laboratoriali con un approccio multisensoriale.

Questa esperienza ha creato e rafforzato le reti fra scuole, famiglie e territorio ed ha contribuito a sviluppare abilità e competenze (cognitive, relazionali, emotive) nei ragazzi coinvolti, interpretando in maniera efficace lo spirito delle "Scuole che promuovono salute" e valorizzando le integrazioni fra le varie progettualità presentate nel catalogo e coerenti con la tematica.

La presente proposta educativa prevede un contributo economico agli Istituti Alberghieri e Agrari per la realizzazione delle attività. Il finanziamento è subordinato alla presentazione e validazione di una scheda progettuale.

Per l'a.s. 2020/21 il progetto sarà integrato con incontri e attività a distanza in forma digitale.

DESTINATARI

Istituti Alberghieri ed Agrari
Istituti comprensivi

OBIETTIVO GENERALE

Favorire la relazione tra salute, benessere e stili alimentari salutari

OBIETTIVI SPECIFICI

Promuovere consapevolezza in tema di sana alimentazione, sostenibilità ambientale, aspetti sociali ed etici della produzione, trasformazione e consumo del cibo

Favorire collaborazione fra Istituti Scolastici, Istituzioni e territorio per le azioni di progetto

Sviluppare negli studenti competenze cognitive, emotive e relazionali, allenando in particolare l'autostima e la comunicazione efficace

Promuovere gli orti scolastici che rappresentano un forte strumento educativo, capace di riconnettere i giovani con l'origine del cibo, attraverso un apprendimento esperienziale

Realizzare laboratori didattico/esperienziali e sensoriali con il coinvolgimento dell'Istituto e della comunità attraverso eventi di condivisione del lavoro svolto

CONTENUTI

Stili di vita: salute e benessere

Passato e futuro del cibo: produzione, trasformazione e consumo consapevole degli alimenti

Coltivazione e stagionalità, semina e cura delle piante

Funzione dei sensi nell'alimentazione

Conservazione dell'ambiente e lotta allo spreco

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Le azioni del progetto saranno costruite e concordate ad hoc tenendo conto della realtà organizzativa di ciascuna scuola in relazione all'emergenza Covid.

Incontri con i docenti delle varie discipline delle scuole coinvolte per la stesura di un progetto e di un crono programma di attività ai fini dell'erogazione del finanziamento

Incontri con gli studenti coinvolti

Laboratori esperienziali

Istituti suole primarie

Incontri di feedback tra studenti, insegnanti e operatori dell'Azienda Sanitaria

Giornata conclusiva del progetto

METODOLOGIA

Interattiva, induttiva e laboratoriale

MATERIALI E STRUMENTI

Materie prime per la realizzazione dei laboratori

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori dell'Azienda Toscana centro UFC Promozione della Salute, UFC Igiene Pubblica e Nutrizione, UO Igiene degli Alimenti

REFERENTE

Massimo Frilli - Giulia Banchi

AMBITO TERRITORIALE

Firenze zona Mugello

La salute si impara



Interventi di promozione di un' alimentazione sana e di uno stile di vita attivo nei bambini delle scuole primarie

Le basi per una vita sana ed un adeguato rapporto con il cibo devono essere poste già durante gli anni della scuola primaria. Il progetto si propone di favorire fattori protettivi relativi all'alimentazione e al movimento.

In Italia il sistema di sorveglianza "Okkio alla salute" ci dice che all'età di 8-9 anni un bambino su tre è in eccesso ponderale, di questi il 9,3% sono obesi il 21,3% sono sovrappeso. Le cause? Cattive abitudini alimentari, scarsa attività fisica e comportamenti sedentari. Molti alunni non fanno un'adeguata prima colazione, alla ricreazione consumano quantità eccessive di alimenti ipercalorici e bevande zuccherate, mangiano poca frutta e verdura. Inoltre percentuali elevate di bambini non fanno sport, o attività fisica in quantità sufficiente e trascorrono più di 2 ore al giorno davanti alla Tv o videogiochi. Spesso le famiglie non hanno piena consapevolezza dell'importanza per la salute di tali comportamenti.

Dati internazionali dimostrano che il problema di sovrappeso e dell'obesità nei bambini è rilevante ed ha conseguenze immediate, perché compromettendone il suo benessere fisico e psicologico, inoltre rappresenta una condizione che frequentemente continua in età giovanile e adulta rappresentando un fattore di rischio per lo sviluppo futuro di molte malattie croniche tra le quali il diabete e le malattie cardio e cerebrovascolari.

Per l'a.s. 2020/21 il progetto sarà integrato con incontri e attività a distanza in forma digitale.

DESTINATARI

Insegnanti e famiglie Scuola Primaria

OBBIETTIVO GENERALE

Migliorare le abitudini alimentari degli alunni, incrementare l'attività fisica, ridurre la sedentarietà.

OBBIETTIVI SPECIFICI

Facilitare l'azione degli insegnanti per realizzare percorsi educativi sugli alimenti, sulla nutrizione, sulla sostenibilità ambientale della produzione di cibo.

Promuovere il consumo di frutta e verdura

Valorizzare il progetto "Pranzo sano a scuola" della Regione Toscana.

Valorizzare le ore curricolari di attività fisica

CONTENUTI

Dimensione culturale del cibo.

Il futuro del cibo: cibo sano e sostenibilità

Cibo e benessere

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

L'intervento si articola in 3 incontri di 2 ore ciascuno, tenendo conto della realtà organizzativa delle scuole in relazione all'emergenza Covid-19, saranno previsti webinar tematici con la possibilità di un confronto da svolgere in presenza o in forma digitale.

Realizzazione di percorsi educativi all'interno delle classi

Collaborazione con l'Istituto Alberghiero e Tecnico Agrario del territorio per la realizzazione di laboratori didattico/ esperienziali (vedi progetto "Istituto Alberghieri ed Agrari per la salute" del Piano Regionale della Prevenzione n°3)

Coinvolgimento delle famiglie: incontro in presenza o in forma digitale e distribuzione del materiale informativo

METODOLOGIA

Interattiva partecipativa

MATERIALI E STRUMENTI

Schede per giochi di movimento

Giochi didattici sui temi dell'alimentazione

Materiale informativo per i bambini e per le loro famiglie

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute, Area Funzionale Igiene Pubblica e della Nutrizione e Igiene degli Alimenti e della Nutrizione

REFERENTE

Monica Rosselli

AMBITO TERRITORIALE

Ausl Toscana centro

Stretching... che favola!



Favorire lo sviluppo psico-motorio nei bambini

PREMESSA

I ritmi e gli stili di vita familiari sono caratterizzati sempre più da sedentarietà e inattività fisica (utilizzo del computer, TV, playstation, mancanza di spazi e tempo per stare all'aperto ecc.), con ridotta possibilità di fare esperienza motoria. Risulta importante quindi promuovere, sin dall'infanzia, lo sviluppo di tali capacità. Queste attività non solo favoriscono un più armonico sviluppo psico-motorio ed emotivo ma contribuiscono ad acquisire un atteggiamento positivo nei confronti dell'attività motoria.

Per l'a.s. 2020/21 il progetto sarà integrato con incontri e attività a distanza in forma digitale.

DESTINATARI

Docenti della scuola dell'Infanzia

Alunni e famiglie della scuola dell'infanzia

OBIETTIVO GENERALE

Promuovere elementi di stretching sotto forma di gioco simbolici

OBIETTIVI SPECIFICI

Prevenire e ridurre la sedentarietà proponendo movimenti divertenti e allo stesso tempo educativi

Stimolare lo sviluppo dello schema motorio in età sensibile

Alfabetizzazione emozionale

CONTENUTI

Attraverso il gioco di imitazione dei personaggi di una favola, inventata appositamente e strutturata sulla base dei principi dello stretching, viene offerta al bambino l'opportunità di scoprire il piacere del gioco di movimento nei momenti di vita scolastica e a casa. Lo stretching abbinato alla favola agisce da stimolo allo sviluppo del pensiero simbolico e del sé corporeo, principali mediatori delle relazioni tra il mondo interno e quello esterno del bambino..

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Le azioni del progetto saranno costruite e concordate ad hoc tenendo conto della realtà organizzativa di ciascuna scuola in relazione all'emergenza Covid.

Il programma prevede l'organizzazione di un incontro di formazione teorica-pratica tenuto in una sede scolastica. Dopo la formazione gli insegnanti programmeranno le esperienze motorie acquisite con i bambini delle proprie classi. Sarà divulgato materiale illustrativo con le posture dei movimenti corretti da svolgere e da effettuare in base al racconto della favola scelta o ideata.

È previsto un incontro informativo con le famiglie per una sensibilizzazione delle attività di stretching orientate all'acquisizione di una maggiore consapevolezza del proprio corpo e dei propri stati emotivi. Sarà trasmesso materiale illustrativo alle famiglie e agli insegnanti con la rappresentazione dei movimenti e delle posture corrette da svolgere in base al racconto della favola scelta o ideata

METODOLOGIA

Intervento teorico-pratico basato sui principi della Mindfulness da svolgere in presenza o in forma digitale

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute, Riabilitazione Funzionale VDN, Medicina dello Sport

REFERENTE

Elena Pierozzi

AMBITO TERRITORIALE

Firenze zona Firenze

Stretching in classe



Favorire l'attività fisica e una corretta postura nei bambini

PREMESSA

Nella prospettiva di favorire un cambiamento culturale a sostegno della promozione della salute incentivando nei bambini il movimento anche in ambito scolastico, il progetto è orientato a promuovere momenti di attività motoria non strettamente legata alla pratica sportiva; esistono infatti altre forme di movimento (esercizi anche semplici) che praticati quotidianamente incidono positivamente su alcuni aspetti della salute (scorrette posture, paramorfismi, sindromi algiche, sedentarietà ecc.).

La finalità del progetto è quella di contrastare gli effetti della sedentarietà e vuole trasmettere un forte messaggio teso a favorire il movimento. In particolare l'attività di stretching punta a ridurre i problemi dovuti ad una prolungata posizione, spesso scorretta, tenuta dai bambini sui banchi di scuola.

I benefici dello stretching non si limitano all'aspetto fisico; questa pratica agisce infatti anche sul benessere psichico del soggetto. La riduzione della tensione muscolare favorisce il rilassamento, stimola la concentrazione e riattiva l'attenzione.

Lo stretching si può considerare nel complesso un'attività utile allo sviluppo della consapevolezza del sé corporeo ed emotivo. Per l'a.s. 2020/21 il progetto sarà integrato con incontri e attività a distanza in forma digitale.

DESTINATARI

Insegnanti, alunni e famiglie delle scuole primarie. Sarà data priorità agli insegnanti della classe 3[^].

OBIETTIVO GENERALE

Incoraggiare il movimento come stile di vita sano attraverso il coinvolgimento diretto dei ragazzi da parte dei docenti di qualsiasi disciplina

OBIETTIVI SPECIFICI

Applicazione quotidiana degli esercizi di stretching in classe al di fuori delle lezioni di educazione fisica

Prevenire difetti posturali da eccessiva sedentarietà

Stimolare lo sviluppo della consapevolezza del sé corporeo ed emotivo

CONTENUTI

Proposta di alcuni esercizi da svolgere in classe, mirati alla riduzione dei problemi dovuti a una scorretta posizione sui banchi.

Percorso educativo finalizzato a favorire la consapevolezza sulle abilità personali e competenze sociali (life skills)

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Le azioni del progetto saranno costruite e concordate ad hoc tenendo conto della realtà organizzativa di ciascuna scuola in relazione all'emergenza Covid.

È previsto un incontro formativo rivolto ai docenti della durata di 3 ore, inerente le tecniche dello stretching, articolato in una parte teorica e una parte pratica. Sarà dato ampio spazio ad esercitazioni finalizzate all'ascolto di sé sul piano corporeo, emotivo, cognitivo e relazionale.

Successivamente gli esercizi di stretching verranno realizzati nelle classi da parte degli insegnanti formati i quali potranno avvalersi anche di musiche rilassanti.

Con il tempo saranno i bambini che si alterneranno nel ruolo di peer educator per proporre gli esercizi ormai acquisiti ai compagni di classe.

METODOLOGIA

Intervento teorico-pratico basato sui principi della Mindfulness da svolgere in presenza o in forma digitale

MATERIALI E STRUMENTI

Poster illustrativo sull'esecuzione corretta degli esercizi di stretching da affiggere in ogni classe; opuscolo informativo per le famiglie.

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale. Questionario online

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute, Riabilitazione Funzionale P.O. di Pescia, Medicina dello Sport

REFERENTE

Elena Pierozzi

AMBITO TERRITORIALE

Firenze zone: Firenze, Firenze nord ovest, Firenze sud est, Mugello

Salute e Benessere a scuola

2020 - 2021

Ambito territoriale

Pistoia

CONTATTI

Direttore Gianna Ciampi

Email gianna.ciampi@uslcentro.toscana.it

Tel. 055 693 4506

Antonella Nanni

E.mail antonella.nanni@uslcentro.toscana.it

Tel. 0572 942896

Manuela Marchetti

E.mail manuela.marchetti@uslcentro.toscana.it

Tel. 0572 942832

Sede Massa e Cozzile (PT) 51010 - Via Primo Maggio,154
Villa Ankuri-Pucci (sede del Dipartimento della Prevenzione)

E.mail promozionesalute.pistoia@uslcentro.toscana.it

SALUTE E BENESSERE A SCUOLA - a.s. 2020/21

SCHEDA DI ADESIONE AI PROGETTI PER GLI STUDENTI

Compilare una scheda per ogni singolo progetto scelto

Data _____

TITOLO DEL PROGETTO SCELTO _____

LE SCHEDE DOVRANNO PERVENIRE PER EMAIL A **promozionesalute.pistoia@uslcentro.toscana.it** ENTRO IL **15.11.2020**

ISTITUTO SCOLASTICO _____

PLESSO _____

INFANZIA PRIMARIA SEC. I GRADO SEC. II GRADO

INDIRIZZO _____

TELEFONO _____

E.MAIL _____

INSEGNANTE REFERENTE DEL PROGETTO

CELL. _____ E.MAIL _____

CLASSE	SEZIONE	N. ALUNNI	INSEGNANTI COINVOLTI

Indicare la piattaforma di videoconferenza online utilizzata dall'istituto scolastico _____

Insegnante referente Educazione alla Salute
Firma

Il dirigente scolastico
Timbro e firma

SALUTE E BENESSERE A SCUOLA - a.s. 2020/21

SCHEDA DI ISCRIZIONE PER INSEGNANTI

Compilare una scheda per insegnante e per ogni singolo progetto scelto

Data _____

TITOLO DEL PROGETTO SCELTO _____

LE SCHEDE DOVRANNO PERVENIRE PER EMAIL A **promozionesalute.pistoia@uslcentro.toscana.it** ENTRO IL **15.11.2020**

NOME E COGNOME _____

MATERIA _____

CLASSE _____ SEZIONE _____ N. ALLIEVI _____

CELLULARE _____

E.MAIL _____

ISTITUTO SCOLASTICO _____

PLESSO _____

INFANZIA PRIMARIA SEC. I GRADO SEC. II GRADO

INDIRIZZO _____

TELEFONO _____

E.MAIL _____

EVENTUALI NOTE

Indicare la piattaforma di videoconferenza online utilizzata dall'istituto scolastico _____

Insegnante referente Educazione alla Salute
Firma

Il dirigente scolastico
Timbro e firma

SALUTE E BENESSERE A SCUOLA - a.s. 2020/21
SCHEDA DI ISCRIZIONE PER INSEGNANTI
Riepilogativa a cura dell'Istituto

Data _____

TITOLO DEL PROGETTO SCELTO _____

LE SCHEDE DOVRANNO PERVENIRE PER EMAIL A **promozionesalute.pistoia@uslcentro.toscana.it** ENTRO IL **15.11.2020**

ISTITUTO SCOLASTICO _____

PLESSO _____

INDIRIZZO _____

TELEFONO _____

E.MAIL _____

ELENCO INSEGNANTI ISCRITTI:

NOME E COGNOME	GRADO DI SCUOLA	CLASSE	MATERIA/DISCIPLINA

Indicare la piattaforma di videoconferenza online utilizzata dall'istituto scolastico _____

Insegnante referente Educazione alla Salute
Firma

Il dirigente scolastico
Timbro e firma

Progetti per livello scolastico

indice

LIVELLO SCOLASTICO	PROGETTO	TARGET	PAG.
SCUOLA DELL'INFANZIA	#IORESTOSICURO	INSEGNANTI - PERS. ATA	19
	Gaia: educare alla consapevolezza globale e alla salute psicosomatica	INSEGNANTI	7
	Stare bene a scuola: costruire insieme il benessere in classe con le Life skills	INSEGNANTI	8
	A scuola di emozioni	GENITORI	9
	Help! Imparare a soccorre a scuola e a casa	INSEGNANTI - FAMIGLIE - PERSONALE NON DOCENTE	20
	Stretching... che favola!	ALUNNI - INSEGNANTI - FAMIGLIE	29
SCUOLA PRIMARIA	#IORESTOSICURO	INSEGNANTI - PERS. ATA	19
	Gaia: educare alla consapevolezza globale e alla salute psicosomatica	INSEGNANTI	7
	Stare bene a scuola: costruire insieme il benessere in classe con le Life skills	INSEGNANTI	8
	A scuola di emozioni	GENITORI	9
	Love & Co	ALUNNI - INSEGNANTI - GENITORI 5ª CLASSE	12
	Help! Imparare a soccorre a scuola e a casa	INSEGNANTI - FAMIGLIE - PERSONALE NON DOCENTE	20
	Istituti alberghieri e agrari per la salute	ALUNNI E INSEGNANTI CLASSE IV E V	27
	La salute s'impapa	ALUNNI - INSEGNANTI	28
	Stretching in classe	ALUNNI - INSEGNANTI - FAMIGLIE	30
SCUOLA SECONDARIA I° GRADO	#IORESTOSICURO	INSEGNANTI - PERS. ATA	19
	Gaia	INSEGNANTI	7
	Affettivamente - Andiamo al consultorio	STUDENTI - INSEGNANTI - FAMIGLIE	13
	Smart unplugged	STUDENTI - INSEGNANTI - FAMIGLIE	18
	Usa il cellulare... con la testa	STUDENTI CLASSE II - FAMIGLIE	23
	Emergenza sanitaria: cosa fare	STUDENTI	21
	Visita alla centrale operativa	STUDENTI	22
	SCUOLA SECONDARIA II° GRADO	#IORESTOSICURO	INSEGNANTI - PERS. ATA
Stare bene a scuola: costruire insieme il benessere in classe		INSEGNANTI	10
AttivaMente: dove ti incontro		STUDENTI CLASSE IV	11
Safe sex preserva...ti: occhio ragazzi! HiV: chi lo conosce lo evita		STUDENTI CLASSE III	14
Spazio giovani a scuola		STUDENTI CLASSE E E II	15
Peer education		STUDENTI PEER SENIOR STUDENTI CLASSE I INSEGNANTI	17
Emergenza sanitaria: cosa fare		STUDENTI	21
Visita alla centrale operativa		STUDENTI	22
Istituti alberghieri e agrari per la salute		STUDENTI CLASSE II	27
Donare sangue: la scelta giusta		STUDENTI CLASSE IV E V	24
La cultura del dono: stili di vita salutari per un futuro da cittadini più consapevoli		STUDENTI - INSEGNANTI	25
Servizio civile: un'opportunità per i giovani di imparare facendo		STUDENTI	26

Stare bene a scuola: relazioni ed emozioni

Gaia

Educare alla consapevolezza globale e alla salute psicosomatica



PREMESSA

Il "Progetto Gaia" è un programma di educazione alla consapevolezza globale e alla salute psicofisica ideato e sviluppato da un'equipe di professionisti e dall'associazione di Promozione Sociale "Villaggio Globale" di Bagni di Lucca; approvato e finanziato dal Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali, ai sensi dell'art. 12, legge 7 dicembre 2000, n. 383, e sostenuto dall'UNESCO, l'agenzia delle Nazioni Unite per l'Educazione, la Scienza e la Cultura.

Segue le direttive del MIUR basate sulle linee guida dell'OMS, per la promozione della salute attraverso le 10 competenze o Life Skills: consapevolezza di sé, gestione dello stress e delle emozioni, empatia, comunicazione efficace, relazioni efficaci, creatività, senso critico, prendere buone decisioni, risolvere problemi.

Tale progetto promuove un programma educativo che pone al centro lo sviluppo di una consapevolezza globale di sé stessi e del pianeta, che dia le basi etiche, scientifiche e umane per essere cittadini creativi della società globalizzata in cui viviamo.

DESTINATARI

Insegnanti della Scuola dell'Infanzia, Primaria e Secondaria di I grado

OBBIETTIVO GENERALE

Aumentare la consapevolezza di sé per il benessere dell'insegnante.

OBBIETTIVI SPECIFICI

L'obiettivo trasversale del percorso è quello di permettere agli insegnanti di attivare le risorse individuali attraverso la consapevolezza di sé:

- partire dalla consapevolezza per arrivare a gestire se stessi
- migliorare la conoscenza di cosa sono le emozioni e come possono essere utilizzate come strumenti piuttosto che essere subite come fragilità o ostacoli
- ridurre lo stress e l'ansia
- migliorare il clima e la cooperazione del gruppo.

CONTENUTI

Imparare ad ascoltarsi

prendersi cura di sé

il qui ed ora: cosa penso e cosa provo

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

L'intervento prevede 15 ore complessive così articolate:

1 incontro di 1 ora in plenaria in modalità online a inizio percorso per condividere il programma

2 incontri di sabato mattina di 4 ore ciascuno e 3 incontri pomeridiani di 2 ore ciascuno.

Per lo svolgimento del corso si richiede la disponibilità di una sede scolastica fornita di un'aula con attrezzatura multimediale sufficientemente ampia per eseguire la parte esperienziale e mantenere assicurato il distanziamento.

Possibilità di una diversa organizzazione in base alle disposizioni aggiornate in materia covid e/o alle richieste dei partecipanti: lezioni in modalità a distanza o all'aperto se presenti spazi esterni alla scuola fruibili.

METODOLOGIA

Il Progetto Gaia è basato sull'innovativo Protocollo Mindfulness Psicosomatica (PMP) che applica le conoscenze derivate dalle neuroscienze con un approccio "integrale" e multidimensionale della persona, integrando il livello mentale-cognitivo con quello emozionale-relazionale e corporeo-sensoriale.

Mindfulness come consapevolezza di sé, del respiro, delle emozioni e della propria mente.

Nello specifico lavoro sul corpo e sulla respirazione; esercizi e movimenti del corpo guidati; riflessione e confronto sul sentire; espressione grafica dell'esperienza.

MATERIALI E STRUMENTI

Materiale didattico

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Questionario di gradimento

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute accreditati dall'associazione di promozione sociale "Villaggio Globale" di Bagni di Lucca

REFERENTE

Antonella Nanni

AMBITO TERRITORIALE

Pistoia zone Pistoia e Valdinievole

Stare bene a scuola: costruire insieme il benessere in classe con le life skills



Primo anno del corso di formazione triennale per insegnanti: 1) Life skills emotive

PREMESSA

Il progetto prevede un percorso triennale di formazione sulla metodologia delle Life Skills rivolto agli insegnanti della scuola dell'Infanzia, Primaria.

L'educazione Life Skills è una metodologia educativa raccomandata dall'O.M.S basata sullo sviluppo e il rafforzamento delle abilità di vita, cioè delle competenze socio emotive che consentono alle persone di rispondere alle richieste e alle sfide della vita quotidiana, di governare gli impulsi, di affrontare positivamente le difficoltà, evitando di assumere comportamenti a rischio per la propria salute e quella degli altri.

DESTINATARI

Insegnanti, alunni, famiglie della scuola dell'Infanzia e Primaria

OBIETTIVO GENERALE

Formare gli insegnanti sulle skills emotive al fine di promuovere il benessere in classe

OBIETTIVI SPECIFICI

Sviluppare e allenare le life skills emotive secondo le indicazioni O.M.S: consapevolezza di sé, riconoscimento e gestione delle emozioni, empatia.

CONTENUTI

Il percorso si sviluppa in tre anni, suddiviso in moduli di apprendimento delle skills in: emotive (I°anno), relazionali (II°anno), cognitive (III°anno). I concetti affrontati durante il primo anno di formazione sono: salute, benessere, emozioni, motivazione, comportamento e apprendimento, la percezione di sé.

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Il training formativo si svolgerà sia in modalità online che in presenza, ove possibile anche all'aperto, in base alle disposizioni aggiornate anti Covid-19, e avrà la durata di 20 ore totali così articolate:

- 1 incontro online in plenaria iniziale di 2 ore
- 2 campus di 4 ore ciascuno in presenza (sabato mattina), anche all'aperto
- 5 incontri di 2 ore online o, se richiesto, in presenza a piccoli gruppi, anche all'aperto, per plesso/istituto

Al termine dell'anno scolastico, in base alle disposizioni aggiornate in materia anti Covid-19, possibilità di co-progettare e realizzare un CAMPUS DELLA SALUTE all'aperto assieme alle famiglie e gli operatori come conclusione dell'esperienza

METODOLOGIA

Lavoro teorico-esperienziale, individuale e di gruppo, ricerca-azione, circle time

MATERIALI E STRUMENTI

Elaborazione diari di bordo, schede PEA, esercitazioni in presenza e in modalità a distanza

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Test di valutazione a inizio e termine del percorso triennale; questionario di apprendimento e gradimento

Raccolta materiale prodotto

Numero docenti, alunni e genitori partecipanti

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute

REFERENTE

Manuela Marchetti, Antonella Nanni

AMBITO TERRITORIALE

Pistoia zone Pistoia e Valdinievole

A scuola di emozioni



Un percorso dedicato ai genitori per diventare "ALLENATORI EMOTIVI"

PREMESSA

Nell'ambito del percorso di formazione sulla metodologia delle Life Skills rivolto agli insegnanti, proponiamo un'esperienza didattica da realizzarsi con i genitori dei bambini delle classi che avranno lavorato sulle skills emotive.

DESTINATARI

Genitori degli alunni della scuola dell'Infanzia e Primaria

OBIETTIVO GENERALE

Fornire ai genitori strumenti per potenziare le proprie competenze emotive

OBIETTIVI SPECIFICI

Sviluppare e allenare le life skills emotive secondo le indicazioni O.M.S: consapevolezza di sé, riconoscimento e gestione delle emozioni, empatia. Cenni sulle tappe dello sviluppo cognitivo, emotivo e sociale infantile.

CONTENUTI

Spesso i genitori sono in difficoltà di fronte alle emozioni dei figli, in particolare di fronte a quelle riconosciute come "negative": rabbia, tristezza, gelosia ... ma sono i genitori che rappresentano per i figli una guida nel mondo delle emozioni. L'educazione emozionale si attua principalmente attraverso i modelli che i genitori offrono ai figli, mostrando loro come agiscono di fronte ai propri stati emotivi. Pianti, rabbia e capricci possono essere l'occasione per aiutare il bambino a sviluppare la sua intelligenza emotiva, facoltà fondamentale per accrescere in autostima e autoefficacia.

Il genitore "allenatore" va oltre la semplice accettazione dell'emozione, sa porre dei limiti coerenti nei confronti dei comportamenti inaccettabili dei figli, li aiuta a conoscere e regolare i sentimenti trovando adeguate soluzioni.

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Il training formativo si svolgerà sia in modalità online, e avrà la durata di 10 ore totali così articolate:

- 1 incontro online in plenaria iniziale di 2 ore in orario tardo pomeriggio o serale.
- 4 incontri online di 2 ore per classi plesso/istituto con possibilità in orario tardo pomeriggio o serale.

Al termine dell'anno scolastico, in base alle disposizioni aggiornate in materia anti Covid-19, possibilità di co-progettare e realizzare un CAMPUS DELLA SALUTE all'aperto, assieme ai bambini, insegnanti, operatori come conclusione dell'esperienza.

METODOLOGIA

Lavoro teorico-esperienziale, individuale e di gruppo, circle time, schede didattiche, bibliografia consigliata

MATERIALI E STRUMENTI

Elaborazione diari di bordo, schede PEA, esercitazioni in modalità a distanza

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Questionario di gradimento al termine della formazione

Numero genitori partecipanti

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute

REFERENTE

Manuela Marchetti, Antonella Nanni

AMBITO TERRITORIALE

Pistoia zone Pistoia e Valdinievole

Stare bene a scuola: costruire insieme il benessere in classe



L'educazione socio-affettiva per il benessere nella scuola

PREMESSA

Un progetto di educazione socio-affettiva prevede infatti strategie e attività che possono essere portate all'interno del mondo della scuola per favorire un clima di fiducia con i ragazzi e promuovere il loro protagonismo.

DESTINATARI

Docenti delle scuole secondarie di II grado, in particolare degli istituti scolastici che aderiscono al progetto Peer education

OBIETTIVO GENERALE

Favorire la creazione di un gruppo docenti che valorizzi e metta al centro la relazione tra insegnanti e studenti, e sia di supporto ai ragazzi della Peer education.

OBIETTIVI SPECIFICI

Allenare le Skills emotive (consapevolezza di sé, gestione delle emozioni ed empatia)

Stimolare abilità relazionali (comunicazione efficace e relazioni efficaci)

Individuare delle strategie per creare nel contesto scolastico le condizioni migliori e possibili per sostenere e valorizzare il progetto di educazione tra pari e incentivare la collaborazione tra i docenti.

CONTENUTI

L'educazione si è qualificata come una metodologia in grado di promuovere le cosiddette life skills (abilità della vita quotidiana) necessarie per lo sviluppo sociale ed emotivo dei soggetti in età evolutiva. Sarà presentato l'approccio ripartito descrivendone alcune pratiche.

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Si terranno 5 incontri in videoconferenza con il Dr. Riccardo Romiti nelle seguenti date dalle 15.00 alle 17.00:

- 9 e 23 novembre 2020
- 8 e 22 febbraio 2021
- 12 aprile 2021

Sarà rilasciato un attestato al raggiungimento dell'80% di frequenza

METODOLOGIA

La metodologia è teorica-partecipativa in modalità online, prevede lavori in sottogruppi

MATERIALI E STRUMENTI

Materiale didattico

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

La metodologia è teorica-partecipativa in modalità online, prevede lavori in sottogruppi

OPERATORI COINVOLTI

Dott. Riccardo Romiti

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute

REFERENTE

Manuela Marchetti

AMBITO TERRITORIALE

Pistoia zone Pistoia e Valdinievole

AttivaMente: dove ti incontro?



In presenza o a distanza: modalità relazionali a confronto

PREMESSA

In un lasso di tempo brevissimo il mondo intero ha visto modificarsi per necessità tutti i rapporti interpersonali, restringendo la possibilità di relazioni in presenza solo ai familiari. Per gli adolescenti, che prediligono e necessitano del gruppo dei pari per definire loro stessi e la loro idea del mondo, questa chiusura ha significato orientarsi soltanto su relazioni attraverso supporti telematici. Nonostante questo canale comunicativo sia peculiare di questa fascia di età, l'essere obbligati a doverlo utilizzare, pena l'assoluta solitudine, può avere determinato nuovi punti di vista sulle relazioni umane.

Affinché questo periodo, con tutto quello che ci ha portato, sia occasione di riflessione, riteniamo importante dare uno spazio di lettura di ciò che è avvenuto, provando a prendere consapevolezza di cosa ha significato la RAD (relazione a distanza) per ciascuno, e cosa significa la relazione in presenza.

DESTINATARI

Studenti della classe IV della scuola secondaria superiore. In caso di numero elevato di iscrizioni sarà accettato un numero limitato di adesioni in base all'ordine di arrivo.

OBIETTIVO GENERALE

Significato di sostenere una relazione in presenza e a distanza

OBIETTIVI SPECIFICI

Riflessione sulla relazione, lettura e analisi delle differenze tra una relazione in presenza e a distanza e sull'essere in questi tipi di relazione, esprimere, raccontare, dare un nome a cosa abbia significato vivere "l'era DAD"

CONTENUTI

Lettura degli aspetti della relazione interpersonale mediata dal computer e vis-à-vis. Evitando di porre domande specifiche che rischiano di incanalare le risposte, stimolare i ragazzi alla formulazione di domande aperte, che permettano loro di esplorare la loro "relazione con la relazione"

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

2 incontri di 2 ore ciascuno in modalità online su piattaforma della scuola.

METODOLOGIA

Esercizi dal metodo autobiografico e dalla globalità del linguaggio

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Questionario online

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute; educatori professionali e tecnici della riabilitazione psichiatrica dell'UFSMA zona distretto Pistoia

REFERENTE

Antonella Nanni

AMBITO TERRITORIALE

Pistoia zona Pistoia

Affettività e sessualità consapevole

Love & co.



Progetto informativo-esperienziale di educazione all'affettività e sessualità per favorire maggiore consapevolezza nei pre-adolescenti dei cambiamenti psico-fisici e relazionali legati alla crescita

PREMESSA

Permettere ai pre-adolescenti di prendere parte a un percorso che rappresenti un'occasione di informazione e di educazione alla conoscenza e alla consapevolezza del proprio corpo che cambia, ma anche del proprio mondo affettivo e relazionale in via di trasformazione, significa aiutare i ragazzi ad abbattere tabù ed imbarazzi e promuovere il loro benessere.

Il progetto vuole offrire inoltre un orientamento chiaro e concreto ai docenti, in modo da assicurare agli allievi l'acquisizione di conoscenze e di comportamenti di cui hanno bisogno per prepararsi a vivere la crescita e il cambiamento puberale sotto il profilo psico-emotivo, fisico e relazionale.

DESTINATARI

Alunni della scuola Primaria classe V

Insegnanti della classe V

Genitori degli alunni classe V

OBIETTIVO GENERALE

Favorire un confronto su aspettative, paure e dubbi rispetto allo sviluppo puberale con particolare riguardo alla vita affettiva e sessuale. Fornire conoscenze riguardo ai cambiamenti psico-fisici e relazionali in età adolescenziale.

OBIETTIVI SPECIFICI

Familiarizzare con i temi e il linguaggio della sessualità

Apprendere vari aspetti (biologico, psicologico e sociale) dei cambiamenti dell'età preadolescenziale/adolescenziale

Favorire la collaborazione costruttiva tra genitori, docenti e operatori per contribuire a creare coerenza nel modo di comunicare ai ragazzi un argomento delicato come l'affettività e la sessualità.

CONTENUTI

Love & co. è un progetto educativo che ha per argomento l'ambito della vita affettiva e sessuale in tutti i suoi aspetti con contenuti adatti a bambini della quinta elementare. L'educazione sessuale, infatti, se affrontata con modalità non a carattere esclusivamente scientifico e igienico-sanitario, può dare ai bambini e ai ragazzi maggiori possibilità di esprimere i propri dubbi e le proprie fantasie e facilitare la verbalizzazione di contenuti affettivi ed emotivi. Gli ambiti trattati spazieranno tra vari temi: sviluppo puberale, amore, amicizia, sessualità, adolescenza. Durante l'iter formativo sarà dato ampio spazio ad attività ludiche con finalità didattica (role playing, circle time, brainstorming, giochi a squadre).

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Il progetto si svolgerà in modalità online ma potrà svolgersi in presenza, in piccoli gruppi, in base alle disposizioni in materia prevenzione rischio Covid-19.

Il percorso educativo è così articolato:

GENITORI: 1 incontro informativo con le famiglie di 2 ore al raggiungimento di almeno 10 partecipanti. Possibilità di effettuare l'intervento in modalità online. I genitori interessati ad approfondire il tema dell'affettività e delle relazioni efficaci in adolescenza secondo l'approccio Life skills education, potranno fare richiesta per partecipare a 2 laboratori teorico-esperienziali di almeno 4 ore ciascuno. Questi ultimi saranno organizzati in modalità online per ogni istituto scolastico.

INSEGNANTI: 2 incontri di 3 ore in presenza in piccoli gruppi oppure 3 incontri di 2 ore ciascuno in modalità online

ALUNNI: 2 lezioni di 2 ore ciascuna con la classe condotte dagli operatori

METODOLOGIA

Metodologia interattiva ed esperienziale. Durante l'iter formativo (in presenza) sarà dato ampio spazio ad attività ludiche con finalità didattica (role playing, circle time, brainstorming, giochi a squadre). Anche nelle lezioni online sarà adottato un approccio dinamico e coinvolgente.

MATERIALI E STRUMENTI

Proiezione video/slide; materiale didattico specifico a carattere ludico.

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute
Psicologa, mediatrice familiare libero professionista.

REFERENTE

Antonella Nanni

AMBITO TERRITORIALE

Pistoia zone Pistoia e Valdinievole

Affettivamente “Andiamo al consultorio”



Formazione per insegnanti. Realizzazione percorsi educativi in favore dello sviluppo di competenze affettive e relazionali negli adolescenti

PREMESSA

La promozione dell'affettività e della sessualità consapevole ha come obiettivo la diffusione del benessere e la prevenzione del disagio nella fascia di età di transizione fra preadolescenza e adolescenza.

Il periodo puberale impone difatti all'adolescente una ridefinizione del rapporto con il proprio corpo sessuato, configurandosi di conseguenza come un momento critico per il consolidamento della propria identità.

DESTINATARI

Per favorire un percorso graduale di avvicinamento ai temi dell'affettività e sessualità, il corso è riservato a Insegnanti/studenti della Scuola Secondaria di 1° grado del ciclo completo.

Si suggerisce comunque prioritariamente la partecipazione degli insegnanti e degli studenti della classe terza, in quanto il training formativo permette la partecipazione degli studenti all'incontro presso la sede del consultorio giovani

L'iniziativa prevede anche il coinvolgimento dei genitori.

OBIETTIVO GENERALE

Allenare negli adulti e negli allievi competenze ad abilità affettive che costituiscano le basi per sane scelte di vita e di salute.

OBIETTIVI SPECIFICI

Allenare competenze utili (Linee Guida OMS: Life Skills e Intelligenza Emotiva) per la gestione delle emozioni, delle relazioni sociali ed e i rapporti affettivi, con particolare attenzione verso la conoscenza e l'integrazione dei nuovi alunni classe 1

Favorire la costruzione di relazioni positive del gruppo classe

Fornire supporto ai ragazzi per una presa di coscienza dell'evoluzione fisica-psichica tipica dell'età adolescenziale

Prevenire scorretti stili di vita in relazione alle malattie sessualmente trasmissibili

Invitare a una riflessione sui cambiamenti che la pandemia ha portato nella vita dei ragazzi in relazione alla vita affettiva: paura della malattia, isolamento, rapporto con le norme di sicurezza e vita sentimentale, amicizie ecc.

Rinforzare l'importanza delle indicazioni sanitarie anti covid-19

Facilitare la fruizione dei Consultori Giovani dell'ASL (classi terze)

CONTENUTI

Il progetto vuole promuovere le tematiche della corporeità, affettività e sessualità consapevole dei gruppi classi attraverso la condivisione degli obiettivi formativi con gli insegnanti e gli operatori Asl del territorio per una progettazione didattica multidisciplinare.

Laboratori esperienziali adattati secondo il target (classi I, II o III) su: consapevolezza, gestione delle emozioni, empatia, relazioni efficaci.

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Il progetto potrà svolgersi in modalità online oppure in presenza in piccoli gruppi, anche all'aperto, in base alle richieste pervenute e alle disposizioni in materia per la prevenzione rischio Covid-19.

1) FORMAZIONE DOCENTINUOVI ISCRITTI: corso in modalità online: 4 incontri di 2 ore ciascuno per quadrimestre per un tot. 16 ore; opzione: corso in presenza (piccoli gruppi): 4 incontri di 2 ore ciascuno per quadrimestre per un tot. 16 ore (sede scolastica e periodo da definire in base alle nuove disposizioni)

2) RETRAINING DOCENTI FORMATI: corso in modalità online: 2 incontri di 2 ore ciascuno per quadrimestre per un tot. 8 ore; corso in presenza (piccoli gruppi): 2 incontri di 2 ore ciascuno per quadrimestre per un tot. 16 ore (sede scolastica e periodo da definire in base alle nuove disposizioni). Su richiesta dei partecipanti, per entrambi i percorsi, possibilità di aggiungere il numero degli incontri per approfondimenti specifici.

3) FORMAZIONE GENITORI: corso in modalità online: 2 incontri di 2 ore ciascuno per un tot. 4 ore; corso in presenza (piccoli gruppi): 1 incontro di 4 ore per un tot. 4 ore (sede scolastica e periodo da definire in base alle nuove disposizioni). Su richiesta dei partecipanti, per entrambi i percorsi, possibilità di aggiungere il numero degli incontri per approfondimenti specifici.

4) ANDIAMO AL CONSULTORIO - FORMAZIONE STUDENTICLASSI III: si propongono due articolazioni di progetto: A) un solo incontro in modalità online di 2 ore con gli operatori del Consultorio Giovani se le disposizioni in materia anti Covid-19 non consentiranno le visite in presenza al consultorio; B) ogni classe scuola potrà scegliere la formula di 2 incontri online di 2 ore con l'operatore Asl. Un primo incontro rivolto separatamente ai maschi e uno alle femmine, per favorire maggiore spontaneità nel porre domande e focalizzare la lezione sui temi di interesse per genere, a seguire, 1 incontro a classe unificata come al punto (A)

METODOLOGIA

Metodologia interattiva, brainstorming, life skills, lavoro di gruppo, circle time.

MATERIALI E STRUMENTI

Giochi didattici ed esercitazioni adeguate al target; presentazioni digitali, video, schede operative.

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Questionario online finale per docenti, genitori, studenti

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute e operatori del Consultorio Giovani di Pistoia e Montecatini T.

REFERENTE

Antonella Nanni

AMBITO TERRITORIALE

Pistoia zone Pistoia e Valdinievole

Safe sex, preserva... ti!



Occhio ragazzi! HIV: chi lo conosce lo evita...

PREMESSA

Secondo lo studio dell'Agenzia regionale di sanità (ARS) 2018, in Toscana il 35,9% ha già avuto un rapporto sessuale. I dati sui comportamenti sessuali dei ragazzi tra i 14 e i 19 anni confermano il calo preoccupante nell'utilizzo del profilattico. Molti ragazzi non hanno la percezione del rischio e trascurano di proteggersi. La costante diminuzione dell'uso del profilattico nel corso degli ultimi 10 anni ha visto una riduzione di oltre 10 punti percentuali (nel 2018 soltanto il 58,4% dichiara di farne uso). La maggioranza delle infezioni da Hiv è attribuibile a rapporti sessuali non protetti che costituiscono nell'ultimo triennio il 90,1% di tutte le segnalazioni. I rapporti eterosessuali rappresentano la modalità di trasmissione nettamente più frequente per le donne (91,2%). Nei maschi il contagio è nel 53,8% dei casi omosessuale e nel 35,9% eterosessuale.

DESTINATARI

Studenti della Scuola Secondaria di II grado classe terza. Sarà ammesso un massimo di n. 30 classi in base all'ordinari arrivo

OBIETTIVO GENERALE

Promuovere nei ragazzi la capacità di fare scelte consapevoli e responsabili rispetto alla propria vita sessuale e affettiva, riducendo rischi e disagi.

OBIETTIVI SPECIFICI

Dare informazioni di base sulle principali e più frequenti malattie sessualmente trasmissibili

Informare i giovani sull'importanza di una sessualità sicura, sull'uso corretto del profilattico e sulla necessità di effettuare il test per conoscere il proprio stato sierologico in caso di rapporti a rischio

Promuovere nei giovani l'uso pertinente dei servizi sanitari a disposizione nel loro territorio per i loro bisogni

CONTENUTI

Attualmente l'unica reale protezione dal contagio da virus HIV, responsabile della Sindrome da Immunodeficienza Acquisita (AIDS) è basata su comportamenti individuali e collettivi corretti e responsabili.

L'HIV non rappresenta l'unico rischio nei rapporti sessuali non protetti; adottare un atteggiamento preventivo vale quindi anche per difendersi da molte altre malattie a trasmissione sessuale: epatiti, infezioni da HPV (Papilloma virus), herpes, sifilide, gonorrea, candida.

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Un incontro di 2 ore con la classe in modalità online oppure in presenza in base alle disposizioni anti Covid-19.

Per una migliore efficacia dell'intervento, si consiglia che prima dell'incontro, gli alunni abbiano effettuato con gli insegnanti alcune lezioni propedeutiche su elementi di anatomia e fisiologia dell'apparato riproduttivo.

Alla classe sarà somministrato un questionario 15-20 giorni prima dell'incontro per orientare meglio la lezione.

N.B. Per motivi organizzativi il personale della U.F. Igiene e Sanità Pubblica provvederà a contattare le singole scuole interessate per la programmazione del calendario degli incontri; in caso di nuova emergenza Covid-19, si riserva di interrompere l'attività didattica.

METODOLOGIA

Lezione frontale con approccio interattivo

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: personale infermieristico e assistenti sanitarie della U.F. Igiene e Sanità Pubblica zona Pistoia

REFERENTE

Antonella Nanni

AMBITO TERRITORIALE

Pistoia zone Pistoia e Valdinievole

Spazio giovani a scuola



Un'iniziativa informativa-esperienziale di educazione alla sessualità consapevole gestita dai ragazzi in condivisione con l'operatore Asl

PREMESSA

L'approccio informativo tra i ragazzi, attraverso una forma ludica e di partecipazione aiuta un apprendimento più efficace, uno scambio di informazioni facilitato rispetto ad argomenti di massimo interesse per l'età, e una maggiore apertura a parlare dei comportamenti errati rispetto al tema.

Per questo motivo l'iniziativa didattica è suggerita agli istituti in cui sia possibile il coinvolgimento dei Peer educator.

DESTINATARI

Studenti della scuola secondaria di II grado, classe I e II a discrezione della scuola.

Peer educator delle scuole che aderiscono al progetto in qualità di conduttori coadiuvati dall'operatore sanitario.

OBIETTIVO GENERALE

Fornire un'esperienza informativa sui temi dell'affettività e sessualità consapevole con particolare attenzione alla prevenzione delle malattie sessualmente trasmesse e gravidanze indesiderate.

OBIETTIVI SPECIFICI

Offrire informazioni di base sulla sessualità/affettività

Conoscere l'importanza della contraccezione e della prevenzione delle malattie sessualmente trasmissibili

Incoraggiare l'accesso al consultorio giovani

CONTENUTI

Questa iniziativa, oltre a fornire informazioni di base sull'affettività/ sessualità, viene proposta per far conoscere i servizi consultoriali al fine di responsabilizzare i ragazzi verso comportamenti sicuri.

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Il progetto potrà svolgersi in modalità online oppure in presenza, anche all'aperto, in base alle richieste pervenute e alle disposizioni in materia per la prevenzione rischio Covid-19.

N. 1 incontro online di 2 ore con l'operatore Asl, oppure in presenza, anche all'aperto, in collaborazione con i Peer educator e la supervisione dell'operatore.

METODOLOGIA

Uso di tecniche attive: lavoro in sottogruppi, circle time, brainstorming, schede didattiche, presentazioni ppt.

MATERIALI E STRUMENTI

Giochi didattici tematici, video, schede didattiche, materiale illustrativo

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Questionario finale online alle classi e ai conduttori Peer educator

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute e U.F. Consultori di Pistoia

REFERENTE

Antonella Nanni

AMBITO TERRITORIALE

Pistoia zone Pistoia e Valdinievole

Prevenzione dipendenze e comportamenti a rischio

Peer-education (Scuola secondaria I°)

Progetto di educazione tra pari per la prevenzione dei comportamenti a rischio

PER QUEST'ANNO IL PROGETTO È SOSPESO

Peer education (Scuola secondaria II°)

Progetto di educazione tra pari per la prevenzione dei comportamenti a rischio



Per questo anno scolastico, a causa delle disposizioni anti Covid-19, il progetto non potrà svolgersi in presenza secondo il modello tradizionale. La nuova proposta progettuale prevede pertanto interventi di Media Peer education da effettuarsi prevalentemente in modalità online.

PREMESSA

La Peer Education (educazione tra pari) è una strategia educativa volta ad attivare un naturale passaggio e scambio di conoscenze, emozioni ed esperienze tramite i peer educator che assumono la veste di facilitatori nel processo di comunicazione tra pari. Questa strategia educativa si colloca all'interno dei programmi Life Skills (OMS) che consistono nello sviluppare negli studenti abilità ed atteggiamenti che li mettano in grado di fare scelte di vita e di salute sane. Anche gli insegnanti rivestono un ruolo attivo e propositivo nella Peer education, collaborano per supportare l'azione dei peer negli interventi con le classi e nell'organizzazione di eventi di promozione della salute per la scuola. Il progetto di Peer education può essere riconosciuto come attività di "Alternanza Scuola- lavoro"

DESTINATARI

Studenti Peer Senior classe IV-V delle scuole secondarie di II grado
Studenti classi prime in cui saranno svolte le attività con i Peer
Questa edizione della Peer education non prevede la formazione di nuovi Peer Junior

OBBIETTIVO GENERALE

Stimolare il protagonismo e la responsabilizzazione dei giovani rispetto alla propria salute (benessere) e quella degli altri.

OBBIETTIVI SPECIFICI

Stimolare il protagonismo e la responsabilizzazione dei giovani rispetto alla propria salute e a quella degli altri
Preparare i ragazzi al ruolo di Peer per passare informazione sui principali comportamenti a rischio
Stimolare la riflessione su rapporto emozioni/corpo/ pensiero/comportamento

CONTENUTI

Con questa strategia educativa i ragazzi apprendono con un approccio non formale e imparano a gestire il confronto diretto con i propri coetanei, con la possibilità di diventare portatori di un messaggio positivo promuovendo l'adozione di comportamenti responsabili allenando l'autoconsapevolezza, il senso critico, la comunicazione assertiva. Il percorso didattico servirà ad informare gli studenti su alcune tematiche quali l'abuso di alcol, il fumo di tabacco, le dipendenze, in particolare l'uso di sostanze stupefacenti, la contraccezione e le malattie sessualmente trasmesse.

A seguito dell'esperienza vissuta nei mesi scorsi per la pandemia Covid -19, riteniamo utile con questa edizione di Peer education, aiutare i ragazzi ad una riflessione critica sui cambiamenti che la pandemia ha portato nella vita di tutti, in particolare nei giovani: paura, preoccupazione, stress, isolamento sociale, noia ecc. per valutare eventuali strategie di problem solving anche attraverso l'approccio del Design Thinking, un metodo che fa leva sulla capacità delle persone coinvolte nell'essere creative nella ricerca di una soluzione a un problema o di adattamento al cambiamento..

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Fine settembre/ottobre: Partecipazione degli insegnanti referenti e altri docenti ad un incontro di formazione – programmazione (modalità on line). Il nuovo programma per i Peer Senior prevede 2 percorsi paralleli:

1) ADOTTA UNA CLASSE PRIMA:

Percorso formativo online per i Peer Senior: 4 incontri di 2 ore per la co-progettazione (in base alle disposizioni delle scuole si può ipotizzare anche lo svolgimento in presenza, anche all'aperto, a piccoli gruppi per singolo istituto)
Incontri dei Peer con le classi prime modalità online (o in presenza se fattibile) con utilizzo del materiale prodotto dagli stessi Peer
Incontri periodici di revisione in itinere con i Peer e docenti referenti e operatori

2) GIOVANI GUIDE DIGITALI (preparazione e partecipazione alla Social challenge):

- Collaborazione con un'agenzia di animazione digitale per la formazione dei Peer (o solo di un sotto gruppo scelto tra i Peer) per la co-progettazione di materiale digitale specifico
- Preparazione del materiale per la partecipazione alla Social Challenge su TikTok con i ragazzi delle classi prime e i Peer (con il supporto dell'agenzia esterna)
- Divulgazione del materiale prodotto dai ragazzi per diffondere messaggi specifici da postare su internet (es. su sito/radio scuola, sito Asl, altro)
- Partecipazione dei Peer e delle classi coinvolte alla Social Challenge su TikTok (consentito l'uso di quest'ultima piattaforma da parte di minori di 16 anni), a distanza o in presenza in base alle necessità del momento e alle disposizioni in materia.

I ragazzi si sfideranno, divisi in squadre, in un contest Social, anche con il coinvolgimento di altri studenti e Peer di scuole del territorio (provincia Pistoia o Asl Toscana Centro), per diffondere messaggi positivi ai loro coetanei.

Le squadre che produrranno i contenuti migliori e avranno più visibilità saranno premiate.

Questa fase sarà supportata dagli operatori Asl e dall'agenzia di animazione digitale.

Maggiori dettagli organizzativi saranno forniti durante l'anno scolastico

METODOLOGIA

Interattiva, esperienziale alternata a momenti di didattica frontale, lavori di gruppo, roleplaying.

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Incontri di restituzione con gli studenti. Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute, Consultori Pistoia, Salute Mentale Pistoia, Ser.D

REFERENTE

Manuela Marchetti

AMBITO TERRITORIALE

Pistoia zone Pistoia e Valdinievole

Smart unplugged



Un programma efficace per la prevenzione dell'uso di tabacco, alcol e droghe

Per questo anno scolastico, a causa delle disposizioni anti Covid-19, non è prevista la formazione di nuovi docenti.

PREMESSA

Unplugged è un programma di prevenzione scolastica dell'uso di sostanze che si basa sul modello dell'influenza sociale e integra attività basate sulle life skills con attività focalizzate sul credo normativo. Questo intervento educativo è stato sperimentato e valutato nell'ambito dello studio multicentrico EU-Dap, che ha coinvolto sette paesi europei (Belgio, Germania, Spagna, Grecia, Italia, Austria e Svezia). Unplugged è un programma europeo di provata efficacia nel prevenire l'inizio e /o ritardare il passaggio dall'uso sperimentale a quello regolare di sostanze tra gli/leadolescenti.

Per questo anno scolastico Unplugged vede una provvisoria e diversa programmazione delle unità vista la situazione che si è creata a seguito della pandemia da Covid-19. Anche se buona parte delle attività del programma potranno essere realizzate in sicurezza senza particolari variazioni, per venire incontro alle nuove esigenze di sicurezza con le classi in presenza, l'iter formativo è stato riformulato selezionando e/o riadattando alcune esercitazioni garantendo lo svolgimento nel rispetto delle misure anti Covid-19. Al contrario, in caso di una nuova situazione epidemiologica peggiorativa oppure le direttive di ogni singola scuola impongano la didattica a distanza, presentiamo come alternativa, un piano di attività da svolgere in modalità online.

DESTINATARI

Insegnanti già formati e studenti della Scuola Secondaria di 1° grado del secondo anno o classi terze che non hanno completato il percorso nell'a.s. 2019-20

OBIETTIVO GENERALE

Prevenire/ritardare l'uso di sostanze (tabacco, alcol e droghe) negli adolescenti di età compresa tra i 12 e i 14 anni secondo una metodologia basata sul modello dell'Influenza sociale

OBIETTIVI SPECIFICI

Migliorare il benessere e la salute psicosociale dei ragazzi, attraverso il riconoscimento ed il potenziamento delle abilità necessarie per gestire l'emotività e le relazioni sociali, al fine di prevenire e/o ritardare l'uso di sostanze

Conoscere il modello dell'influenza sociale e le life skills, e il loro ruolo nella prevenzione scolastica dell'uso di sostanze e nella promozione della salute degli studenti;

Apprendere la metodologia necessaria per lavorare in classe con il modello dell'influenza sociale e delle life skills; ;

Migliorare le conoscenze sui rischi dell'uso di tabacco, alcol e sostanze psicoattive e sviluppare un atteggiamento non favorevole alle sostanze.

CONTENUTI

Unplugged in presenza: sono state riviste le attività in una sequenza di 10 Unità

Unplugged in modalità a distanza: alcune Unità dal programma Unplugged riadattate per lo svolgimento online

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

È previsto un incontro di Retrainig di n.2 ore in videoconferenza con insegnanti già formati sia sul nuovo programma di attività Unplugged da svolgere in presenza con la classe, sia nella modalità online.

1-2 Incontri in itinere o entro la fine dell'a.s., sempre in modalità a distanza, come monitoraggio del percorso

METODOLOGIA

Incontri in videoconferenza

MATERIALI E STRUMENTI

Nuovo manuale (provvisorio, in versione digitale) per l'insegnante ad integrazione dell'originale; quaderno per gli studenti, set di carte

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Questionario di soddisfazione degli studenti e degli insegnanti e report delle unità

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro formatori accreditati unplugged:
Promozione della Salute e Ser.D
SdS Valdinievole

REFERENTE

Manuela Marchetti

AMBITO TERRITORIALE

Pistoia zone Pistoia e Valdinievole

#IORESTOSICURO



Comportamenti consapevoli e gestione dello stress a scuola al tempo della Covid-19

PREMESSA

L'esperienza collettiva dell'emergenza sanitaria da SARS-COV2 ha creato imprevedibili scenari in continuo cambiamento e ha reso necessario rimodulare le nostre proposte in termini di flessibilità, in particolare riferimento al setting scolastico.

Il progetto nasce dall'esigenza di supportare la scuola in azioni concrete rivolte alla gestione degli aspetti igienico sanitari e relazionali, utilizzando anche la metodologia Life Skills, affinché la comunità scolastica adotti consapevolmente e responsabilmente le norme di comportamento per la prevenzione del contagio.

DESTINATARI

Insegnanti, personale ATA e studenti della Scuola dell'Infanzia, Primaria e Secondaria di 1° e 2° grado

OBBIETTIVO GENERALE

Promuovere l'acquisizione consapevole di comportamenti finalizzati alla prevenzione da infezione da SARS-COV2

OBBIETTIVI SPECIFICI

Conoscere le modalità di trasmissione e le misure di prevenzione

Organizzare attività, spazi e ambienti comuni in sicurezza

Contribuire alla creazione di un clima rassicurante e sereno favorevole al benessere della comunità scolastica

Promuovere l'acquisizione consapevole nell'adozione di comportamenti corretti

CONTENUTI

Cenni di epidemiologia e modalità di trasmissione dell'infezione da SARS-COV2

Igiene personale e comportamenti (lavaggio delle mani, distanziamento fisico, uso delle mascherine, etc.)

Igiene ambientale e strutturale (sanificazione logistica)

Ascolto e confronto sui bisogni emergenti e sulle criticità

Lavoro sulle Life skills con particolare riferimento alla Gestione delle emozioni e alla gestione dello stress

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

MODULO 1

Autoformazione con interventi tematici registrati: 3 ore

- Consapevolezza e aspetti sociologici; modalità di trasmissione; misure di prevenzione; organizzazione spazi, attività e ambienti comuni; aspetti di igiene del lavoro; alimenti e Covid-19; bisogno di movimento; aspetti psicologici

Webinar in streaming on-line: 2 ore

Esperti del Dipartimento della Prevenzione Azienda USL Toscana centro ed un esperto psicologo rispondono ai quesiti pervenuti dalle scuole

MODULO 2

Webinar in streaming on-line: COVID-19 e Promozione della salute: 2 ore

- Concetto di Promozione della Salute; Life skills- abilità per la vita; autoconsapevolezza; gestione delle emozioni e dello stress; accoglienza e bisogni; la metodologia

MODULO 3

Una edizione per zona in presenza a piccoli gruppi o online

- Coprogettazione; realizzazione degli interventi con gli insegnanti; presentazione e condivisione del lavoro svolto

METODOLOGIA

Interattiva con il coinvolgimento diretto del personale della scuola. Life Skills educations

MATERIALI E STRUMENTI

Piattaforma web comune, Webinar tematici e contenuti online

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Questionario di autovalutazione e di gradimento

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute, Igiene Pubblica e Nutrizione, Prevenzione Igiene Sui Luoghi di Lavoro, Sicurezza Alimentare, Assistenza sanitaria in ambito preventivo
Esperto esterno Psicologo

REFERENTE

Zona Prato: Delia Trotta
Zona Firenze: Monica Rosselli, Patrizia Giannelli
Zona Empoli: Sandra Bonistalli, Giampiero Montanelli
Zona Pistoia: Antonella Nanni, Manuela Marchetti

AMBITO TERRITORIALE

AUSL Toscana centro

Help! Imparare a soccorrere a scuola e a casa



PREMESSA

Prestare soccorso non vuol dire praticare azioni e metodiche particolari, di pertinenza solamente del personale qualificato, ma anche attivare semplicemente e correttamente i soccorsi ed essere in grado di assistere l'infortunato in attesa degli aiuti qualificati. È statisticamente dimostrato infatti che un primo soccorso adeguato e la riduzione dei tempi di intervento migliorano gli esiti e la prognosi. Anche alla luce dell'esperienza Covid-19 pensiamo sia necessario ancor di più educare le persone per diffondere una cultura del corretto soccorso nella comunità.

DESTINATARI

Famiglie, Insegnanti, personale scolastico non docente, scuole Infanzia e Primaria.

OBIETTIVO GENERALE

Saper attivare in modo corretto il 118; conoscere le manovre da effettuare in attesa dei soccorsi qualificati anche in riferimento ad un'eventuale emergenza Covid-19.

OBIETTIVI SPECIFICI

Conoscere la legislazione che norma il primo soccorso in ambito scolastico

Riconoscere situazioni critiche e saper attivare in modo corretto il servizio di soccorso

Conoscere le principali manovre di soccorso (disostruzioni vie aeree, massaggio cardiaco esterno, emostasi emorragie, ecc.)

Conoscere e saper applicare semplici interventi nelle situazioni di incidenti più frequenti (ustioni, ferite, traumi, ecc.)

CONTENUTI

Saper gestire gli incidenti e i malori più frequenti che si verificano a scuola e a casa, può essere un valido strumento di aiuto sia per chi opera in ambito scolastico che in ambito domestico.

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Incontro di 2 ore con lezione frontale e simulazioni in modalità online su piattaforma delle scuole aderenti al progetto.

L'intervento sarà attivato solo se sarà raggiunto un minimo di 15 partecipanti per istituto.

METODOLOGIA

Lezione teorica interattiva esperienziale

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute e medici Centrale operativa 118 Pistoia-Empoli

REFERENTE

Antonella Nanni

AMBITO TERRITORIALE

Pistoia zone Pistoia e Valdinievole

Emergenza sanitaria: cosa fare?



SOS Ragazzi: corretto utilizzo dei servizi di Emergenza/Urgenza e nozioni di Primo Soccorso

PREMESSA

Negli ultimi anni è stato osservato un incremento del ricorso ai servizi di emergenza-urgenza. Una delle principali cause di tale situazione è attribuita alla carenza di informazioni a disposizione del cittadino circa la natura e l'utilizzo del sistema di emergenza-urgenza. E' importante pertanto realizzare un intervento informativo/educativo diretto agli alunni/studenti essendo la Scuola uno dei luoghi deputati all'educazione e alla conoscenza relativa anche a comportamenti utili per la propria vita.

Ragazzi più informati saranno cittadini più consapevoli e competenti: promuovere la conoscenza dei servizi sanitari disponibili, le modalità di accesso e il loro corretto utilizzo significa lavorare per incrementare le capacità del cittadino di prendersi cura di sé (empowerment) per favorire, di conseguenza, l'efficacia e l'efficienza dei servizi stessi.

DESTINATARI

Studenti III classe scuola secondaria I grado
Studenti I, II, III classe scuola secondaria II grado

OBIETTIVO GENERALE

Promuovere la conoscenza e l'appropriato utilizzo dei servizi di emergenza/urgenza e contribuire a far acquisire competenze generiche sulle norme di primo soccorso

OBIETTIVI SPECIFICI

Conoscere il sistema di emergenza sanitaria e i professionisti che ci lavorano
Saper attivare in modo corretto il servizio di emergenza
Trasmettere nozioni di primo soccorso
Promuovere comportamenti consapevoli e responsabili in materia di sicurezza sulle strade e abuso di sostanze

CONTENUTI

Il numero per l'emergenza sanitaria
Come effettuare una chiamata di soccorso
Cosa fare in attesa dei soccorsi

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

L'intervento educativo si articola in un incontro della durata di 3 ore, con la possibilità di accorpate due classi. Verranno accolte le prime 20 classi che faranno richiesta garantendo un'equa distribuzione tra i diversi istituti richiedenti. Valuteremo la possibilità di accogliere ulteriori richieste

METODOLOGIA

L'intervento verrà condotto con l'utilizzo di una metodologia interattiva basata sulla trasmissione di conoscenze veicolate attraverso lezione frontale, brainstorming, discussione e condivisione.

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Rapporto conclusivo redatto dai docenti

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: infermieri SOSD infermieristica 118

REFERENTE

Antonella Nanni

AMBITO TERRITORIALE

Pistoia zone Pistoia e Valdinievole

Visita in centrale operativa



Conoscere il servizio di emergenza e chi ci lavora

PREMESSA

Negli ultimi anni è stato osservato un incremento del ricorso ai servizi di emergenza-urgenza. Una delle principali cause di tale situazione è attribuita alla carenza di informazioni a disposizione del cittadino circa la natura e l'utilizzo del sistema di emergenza-urgenza. E' importante pertanto realizzare un intervento informativo/educativo diretto agli alunni/studenti essendo la Scuola uno dei luoghi deputati all'educazione e alla conoscenza relativa anche a comportamenti utili per la propria vita.

Ragazzi più informati saranno cittadini più consapevoli e competenti: promuovere la conoscenza dei servizi sanitari disponibili, le modalità di accesso e il loro corretto utilizzo significa lavorare per incrementare le capacità del cittadino di prendersi cura di sé (empowerment) per favorire, di conseguenza, l'efficacia e l'efficienza dei servizi stessi.

DESTINATARI

Studenti delle scuole medie e superiori

OBIETTIVO GENERALE

Conoscere il sistema dell'emergenza sanitaria

OBIETTIVI SPECIFICI

Conoscere il sistema di emergenza sanitaria e i professionisti che ci lavorano

CONTENUTI

Presentazione della centrale e visita alle postazioni di lavoro

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

L'intervento educativo si articola in un incontro della durata di 2 ore da svolgere presso la centrale operativa di Pistoia, Via Matteotti

METODOLOGIA

L'intervento verrà condotto con l'utilizzo di una metodologia interattiva tra infermiere tutor e studenti

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Rapporto conclusivo redatto dai docenti

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: infermieri SOSD infermieristica 118

REFERENTE

Antonella Nanni

AMBITO TERRITORIALE

Pistoia - Empoli

Usa il cellulare... con la testa



Progetto di sensibilizzazione al corretto uso del cellulare e conoscere gli effetti dei campi elettromagnetici. Fornire ai genitori informazioni e modalità relazionali per educare i propri figli al corretto utilizzo dei dispositivi digitali

PREMESSA

Come aiutare i ragazzi a riflettere sull'importanza del condurre una vita digitale corretta, specie dopo l'iperconnessione dovuta al lockdown da Covid-19? Esiste una misura educativa nella gestione delle nuove tecnologie? Secondo i dati dell'Osservatorio nazionale sull'adolescenza, più i ragazzi crescono e più la loro dipendenza dal cellulare o al pc/tablet aumenta. E anche nei momenti di pausa restano attaccati al telefono, incapaci di gestire la noia.

Studi epidemiologici stanno spingendo affinché si riveda la classificazione dei rischi legati all'esposizione alle radio frequenze; finora erano ritenute avere solo possibili effetti cancerogeni, oggi, in seguito a specifiche ricerche potrebbero essere rivalutate come probabili cancerogeni (IARCA agenzia internazionale ricerca sul cancro). Ci sembra opportuno pertanto fornire corrette informazioni di sensibilizzazione ai ragazzi che proprio in età preadolescenziale-adolescenziale rappresentano il target che fa maggiormente uso di dispositivi a radiofrequenze.

DESTINATARI

Studenti della Scuola Secondaria di I grado classe seconda
Famiglie

OBIETTIVO GENERALE

Stimolare consapevolezza rispetto al corretto uso di tutti i dispositivi mobile (smartphone, tablet ecc.)

Favorire una riflessione sul ruolo genitoriale rispetto a regole, opportunità e limiti nell'utilizzo dei device digitali in pre adolescenza-adolescenza

OBIETTIVI SPECIFICI

Fornire informazioni di base sul corretto uso dei cellulari

Suscitare consapevolezza attraverso una riflessione critica rispetto all'utilizzo delle nuove tecnologie

Riflessione sugli effetti dei campi elettromagnetici sulla salute

CONTENUTI

Il progetto è finalizzato alla conoscenza e all'uso ottimale del cellulare, tramite suggerimenti pratici finalizzati a limitare i danni dovuti ai campi elettromagnetici da radiofrequenza.

L'obiettivo principale è quello di migliorare la qualità della vita attraverso comportamenti rivolti alla tutela della propria salute e di quella degli altri.

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

FORMAZIONE STUDENTI: l'intervento è articolato in una lezione frontale a carattere interattivo di 1 ora in presenza, in base alle disposizioni anti Covid-19 oppure in modalità online su piattaforma della scuola. In caso di n. elevato di iscrizioni saranno accettate le adesioni di un numero limitato di classi in base all'ordine di arrivo. Nella circostanza di impreviste esigenze organizzative il progetto potrebbe non essere attivato.

FORMAZIONE GENITORI: incontri di 1 ora e 30' in modalità online su piattaforma delle scuole aderenti, in orario tardo pomeriggio o serale (ore 21.00-22.30)

METODOLOGIA

Lezione frontale interattiva

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale eventuale questionario online

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute e tecnici della Prevenzione - Prevenzione, Igiene e Sicurezza sui Luoghi di Lavoro

REFERENTE

Antonella Nanni

AMBITO TERRITORIALE

Pistoia e Valdinievole

Donazione sangue



PREMESSA

Dovendo mantenere ed accrescere la popolazione dei donatori di sangue volontari e periodici, è necessario continuare a divulgare la cultura del dono fra i cittadini, educando e sensibilizzando soprattutto i giovani. Donare sangue volontariamente e con consapevolezza permette di concretizzare la propria disponibilità verso gli altri, ma anche verso se stessi, poiché così facendo si alimenta un patrimonio collettivo di cui ciascuno può usufruire al momento del bisogno. Tutti senza alcuna distinzione possono donare il sangue, anonimamente, volontariamente, responsabilmente, periodicamente e gratuitamente. In Italia attualmente non è stato ancora raggiunto l'obiettivo dell'autosufficienza nazionale. Per raggiungerla, l'unica strada percorribile è quella di sensibilizzare fortemente i cittadini nei confronti della donazione volontaria e periodica del sangue e dei suoi emocomponenti.

DESTINATARI

Studenti scuola secondaria di II grado classe IV e V

OBBIETTIVO GENERALE

Trasmettere il significato e i valori della solidarietà e della donazione.

OBBIETTIVI SPECIFICI

Promuovere un atteggiamento psicologico positivo nei confronti della donazione

Far conoscere la realtà associazionistica del volontariato e del dono

Descrivere il percorso e le caratteristiche della donazione di sangue evidenziando la trasparenza e la sicurezza dei percorsi suddetti

Breve introduzione sul percorso per la donazione di midollo osseo, argomento riservato solo agli alunni della scuola secondaria di II grado.

CONTENUTI

Nella Medicina attuale la trasfusione di sangue, emocomponenti ed emoderivati rappresenta un presidio terapeutico prezioso ed insostituibile. E' perciò estremamente importante diffondere nella popolazione di ogni età, prima fra tutte la popolazione scolare, la cultura della donazione.

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Incontro con un esperto della durata di circa 1 ora.

METODOLOGIA

Lezione frontale con modalità interattiva da svolgere in presenza o in videoconferenza su piattaforma della scuola

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Rreport finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute e medici Immunoematologia e Medicina trasfusionale

REFERENTE

Manuela Marchetti

AMBITO TERRITORIALE

Pistoia zone Pistoia e Valdinievole

La cultura del dono



Stili di vita salutari per un futuro da cittadini più consapevoli

PREMESSA

La Regione Toscana con delibera n. 1367 del 4/12/2017 ha inteso ribadire l'importanza di un percorso finalizzato allo sviluppo di una cultura solidale, promuovendo le progettualità delle Aziende sanitarie per favorire stili di vita sani, prevenire le malattie croniche e promuovere la cultura del dono.

Le varie tematiche affrontate nel progetto saranno pertanto trasversali e correlate a diverse materie curriculari (es. scienze, filosofia, diritto, ecc.) delle scuole aderenti oltre che finalizzate allo sviluppo delle competenze sociali e civiche per agire in modo autonomo, responsabile e nel rispetto dei diversi punti di vista. In relazione a questi aspetti sarà tenuto conto delle priorità individuate dalla scuola nell'ambito del RAV, del piano di miglioramento e, qualora possibile, delle scuole polo di formazione.

Il progetto sarà integrato con incontri e attività a distanza in forma digitale.

DESTINATARI

Insegnanti delle scuole secondarie di II grado

OBBIETTIVO GENERALE

Promuovere la diffusione della cultura

OBBIETTIVI SPECIFICI

Sensibilizzare alla cultura della donazione favorendo lo sviluppo di sentimenti di solidarietà

Promuovere sani stili di vita, potenziando la capacità di prendere decisioni coerenti per la propria salute e il proprio benessere

Informare sui temi della donazione, compresi aspetti tecnici e legali

CONTENUTI

Life skills

Sensibilizzazione alla cultura del dono

Promozione di sani stili di vita e scelte consapevoli

Aspetti sanitari: corrette informazioni scientifiche volte anche a chiarire dubbi e paure rispetto alla donazione.

Aspetti legali: nozioni e chiarimenti sulla normativa vigente.

Informazioni su programma regionale e Servizi Istituzionali preposti

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Tenendo conto della realtà organizzativa di ciascuna scuola in relazione all'emergenza covid, le azioni del progetto saranno costruite e concordate ad hoc

Incontro di coprogrammazione con la scuola per ricaduta su studenti e famiglie

Il progetto potrà essere sostenuto con i fondi di cui alla DGRT 1367/2017 e successivi atti di riferimento previo validazione della progettualità da parte dell'azienda usl toscana centro e rendicontazione finale a firma del dirigente scolastico

METODOLOGIA

Metodologia attiva e partecipativa

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute e Organizzazione locale aziendale Toscana Trapianti (OTT)

REFERENTE

Manuela Marchetti

AMBITO TERRITORIALE

Ausl Toscana centro

Servizio civile: un'opportunità per i giovani di imparare facendo



Il Servizio Civile Nazionale e Regionale: come diventare volontario

PREMESSA

Chi sceglie di impegnarsi nel Servizio Civile volontario, sceglie di aggiungere un'esperienza qualificante al proprio bagaglio di conoscenze, spendibile nel corso della vita lavorativa; il servizio civile volontario ha per i giovani una forte valenza educativa e formativa, è una importante e spesso unica occasione di crescita personale, un'opportunità di educazione alla cittadinanza attiva

DESTINATARI

Studenti delle scuole secondarie di secondo grado, classi IV e V

OBIETTIVO GENERALE

Promuovere la cittadinanza attiva

OBIETTIVI SPECIFICI

Sensibilizzazione e coinvolgimento delle giovani generazioni nella difesa della Patria con mezzi non armati e non violenti, mediante servizi di utilità sociale. I giovani che hanno svolto il Servizio Civile presso questa Azienda sono stati infatti impegnati in progetti di accoglienza ed orientamento dell'utenza nei percorsi sanitari, di inclusione sociale per minori con disagio, di sanità solidale negli Istituti di Pena per adulti e minori, di comunicazione nelle biblioteche, di lavoro di rete nei Ser.D. (Servizi delle Dipendenze)

CONTENUTI

Il Servizio Civile Nazionale opera nel rispetto dei principi della solidarietà, della partecipazione, dell'inclusione e dell'utilità sociale nei servizi resi, anche a vantaggio di un potenziamento dell'occupazione giovanile

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Intervento in plenaria tenendo conto della realtà organizzativa di ciascuna scuola in relazione all'emergenza Covid, le azioni del progetto saranno costruite e concordate ad hoc

Sportello informativo nelle scuole secondarie di II° grado nei mesi di marzo e di novembre attraverso la presenza di operatori e di giovani volontari impegnati in progetti di servizio civile compatibilmente alle disposizioni ministeriali vigenti.

Accesso concordato con i docenti nelle classi IV e V

Diffusione materiale informativo

METODOLOGIA

Informativa

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Ufficio Servizio Civile e Promozione della Salute

REFERENTE

Manuela Marchetti

AMBITO TERRITORIALE

Ausl Toscana centro

Alimentazione e movimento

Istituti alberghieri ed agrari per la salute



Educare i giovani al ciclo della natura e al cibo sano

PREMESSA

Nel corso degli ultimi anni il progetto n. 3 PRP 2014-2019 " Istituti Alberghieri e Agrari per la salute" ha avuto una naturale evoluzione del percorso educativo che ha interessato anche gli istituti comprensivi. Gli studenti degli istituti alberghieri e agrari hanno coinvolto in qualità di peer educator/tutor un numero notevole di bambini/studenti, avvicinandoli al piacere di esplorare e scoprire i prodotti della natura, proponendo esperienze laboratoriali con un approccio multisensoriale.

Questa esperienza ha creato e rafforzato le reti fra scuole, famiglie e territorio ed ha contribuito a sviluppare abilità e competenze (cognitive, relazionali, emotive) nei ragazzi coinvolti, interpretando in maniera efficace lo spirito delle "Scuole che promuovono salute" e valorizzando le integrazioni fra le varie progettualità presentate nel catalogo e coerenti con la tematica.

La presente proposta educativa prevede un contributo economico agli Istituti Alberghieri e Agrari per la realizzazione delle attività. Il finanziamento è subordinato alla presentazione e validazione di una scheda progettuale.

Per l'a.s.2020/21 il progetto potrà essere integrato con incontri e attività a distanza in forma digitale

DESTINATARI

Istituti Alberghieri ed Agrari
Istituti comprensivi scuole primarie

OBBIETTIVO GENERALE

Favorire la relazione tra salute, benessere e stili alimentari salutari

OBBIETTIVI SPECIFICI

Promuovere consapevolezza in tema di sana alimentazione, sostenibilità ambientale, aspetti sociali ed etici della produzione, trasformazione e consumo del cibo

Favorire collaborazione fra Istituti Scolastici, Istituzioni e territorio per le azioni di progetto

Sviluppare negli studenti competenze cognitive, emotive e relazionali, allenando in particolare l'autostima e la comunicazione efficace

Promuovere gli orti scolastici che rappresentano un forte strumento educativo, capace di riconnettere i giovani con l'origine del cibo, attraverso un apprendimento esperienziale

Realizzare laboratori didattico/esperienziali e sensoriali con il coinvolgimento dell' Istituto e della comunità attraverso eventi di condivisione del lavoro svolto

CONTENUTI

Stili di vita: salute e benessere

Passato e futuro del cibo: produzione, trasformazione e consumo consapevole degli alimenti

Coltivazione e stagionalità, semina e cura delle piante

Funzione dei sensi nell'alimentazione

Conservazione dell'ambiente e lotta allo spreco

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Le azioni del progetto saranno costruite e concordate ad hoc tenendo conto della realtà organizzativa di ciascuna scuola in relazione all'emergenza Covid.

Incontri con i docenti delle varie discipline delle scuole coinvolte per la stesura di un progetto e di un crono programma di attività ai fini dell'erogazione del finanziamento

Incontri con gli studenti coinvolti

Laboratori esperienziali

Istituti scuole primarie

Incontri di feedback tra studenti, insegnanti e operatori dell' Azienda Sanitaria

Giornata conclusiva del progetto

METODOLOGIA

Interattiva, induttiva e laboratoriale

MATERIALI E STRUMENTI

Materie prime per la realizzazione dei laboratori

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute, UFC Igiene Pubblica e Nutrizione

REFERENTE

Antonella Nanni

AMBITO TERRITORIALE

Pistoia zone Pistoia e Valdinievole

La salute s'impapa



Interventi di promozione di un' alimentazione sana e di uno stile di vita attivo nei bambini delle scuole primarie

PREMESSA

Le basi per una vita sana ed un adeguato rapporto con il cibo devono essere poste già durante gli anni della scuola primaria. Il progetto si propone di favorire fattori protettivi relativi all'alimentazione e al movimento.

In Italia il sistema di sorveglianza "Okkio alla salute" ci dice che all'età di 8-9 anni un bambino su tre è in eccesso ponderale, di questi il 9,3% sono obesi il 21,3% sono sovrappeso. Le cause? Cattive abitudini alimentari, scarsa attività fisica e comportamenti sedentari. Molti alunni non fanno un'adeguata prima colazione, alla ricreazione consumano quantità eccessive di alimenti ipercalorici e bevande zuccherate, mangiano poca frutta e verdura. Inoltre percentuali elevate di bambini non fanno sport, o attività fisica in quantità sufficiente e trascorrono più di 2 ore al giorno davanti alla Tv o videogiochi. Spesso le famiglie non hanno piena consapevolezza dell'importanza per la salute di tali comportamenti.

Dati internazionali dimostrano che il problema di sovrappeso e dell'obesità nei bambini è rilevante ed ha conseguenze immediate, perché compromettendone il suo benessere fisico e psicologico, inoltre rappresenta una condizione che frequentemente continua in età giovanile e adulta rappresentando un fattore di rischio per lo sviluppo futuro di molte malattie croniche tra le quali il diabete e le malattie cardio e cerebrovascolari.

Per l'a.s. 2020/21 il progetto sarà integrato con incontri e attività a distanza in forma digitale.

DESTINATARI

Insegnanti e famiglie Scuola Primaria

OBIETTIVO GENERALE

Migliorare le abitudini alimentari degli alunni, incrementare l'attività fisica, ridurre la sedentarietà.

OBIETTIVI SPECIFICI

Facilitare l'azione degli insegnanti per realizzare percorsi educativi sugli alimenti, sulla nutrizione, sulla sostenibilità ambientale della produzione di cibo.

Promuovere il consumo di frutta e verdura

Valorizzare il progetto "Pranzo sano a scuola" della Regione Toscana.

Valorizzare le ore curricolari di attività fisica

CONTENUTI

Dimensione culturale del cibo.

Il futuro del cibo: cibo sano e sostenibilità

Cibo e benessere

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

L'intervento si articola in 3 incontri di 2 ore ciascuno, tenendo conto della realtà organizzativa delle scuole in relazione all'emergenza Covid-19, saranno previsti webinar tematici con la possibilità di un confronto da svolgere in presenza o in forma digitale.

Realizzazione di percorsi educativi all'interno delle classi

Collaborazione con l'Istituto Alberghiero e Tecnico Agrario del territorio per la realizzazione di laboratori didattico/ esperienziali (vedi progetto "Istituto Alberghieri ed Agrari per la salute" del Piano Regionale della Prevenzione n°3)

Coinvolgimento delle famiglie: incontro in presenza o in forma digitale e distribuzione del materiale informativo

METODOLOGIA

Interattiva partecipativa

MATERIALI E STRUMENTI

Schede per giochi di movimento

Giochi didattici sui temi dell'alimentazione

Materiale informativo per i bambini e per le loro famiglie

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute, Area Funzionale Igiene Pubblica e della Nutrizione e Igiene degli Alimenti e della Nutrizione

REFERENTE

Manuela Marchetti

AMBITO TERRITORIALE

Ausl Toscana centro

Stretching...- che favola!



Favorire lo sviluppo psico-motorio nei bambini

PREMESSA

I ritmi e gli stili di vita familiari sono caratterizzati sempre più da sedentarietà e inattività fisica (utilizzo del computer, TV, playstation, mancanza di spazi e tempo per stare all'aperto ecc.), con ridotta possibilità di fare esperienza motoria. Risulta importante quindi promuovere, sin dall'infanzia, lo sviluppo di tali capacità. Queste attività non solo favoriscono un più armonico sviluppo psico-motorio ed emotivo ma contribuiscono ad acquisire un atteggiamento positivo nei confronti dell'attività motoria.

Per l'a.s. 2020/21 il progetto sarà integrato con incontri e attività a distanza in forma digitale.

DESTINATARI

Docenti della scuola dell'Infanzia

Alunni e famiglie della scuola dell'infanzia

OBIETTIVO GENERALE

Promuovere elementi di stretching sotto forma di gioco simbolici

OBIETTIVI SPECIFICI

Prevenire e ridurre la sedentarietà proponendo movimenti divertenti e allo stesso tempo educativi

Stimolare lo sviluppo dello schema motorio in età sensibile

Alfabetizzazione emozionale

CONTENUTI

Attraverso il gioco di imitazione dei personaggi di una favola, inventata appositamente e strutturata sulla base dei principi dello stretching, viene offerta al bambino l'opportunità di scoprire il piacere del gioco di movimento nei momenti di vita scolastica e a casa. Lo stretching abbinato alla favola agisce da stimolo allo sviluppo del pensiero simbolico e del sé corporeo, principali mediatori delle relazioni tra il mondo interno e quello esterno del bambino..

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Le azioni del progetto saranno costruite e concordate ad hoc tenendo conto della realtà organizzativa di ciascuna scuola in relazione all'emergenza Covid.

Il programma prevede l'organizzazione di un incontro di formazione teorica-pratica tenuto in una sede scolastica. Dopo la formazione gli insegnanti programmeranno le esperienze motorie acquisite con i bambini delle proprie classi. Sarà divulgato materiale illustrativo con le posture dei movimenti corretti da svolgere e da effettuare in base al racconto della favola scelta o ideata.

È previsto un incontro informativo con le famiglie per una sensibilizzazione delle attività di stretching orientate all'acquisizione di una maggiore consapevolezza del proprio corpo e dei propri stati emotivi. Sarà trasmesso materiale illustrativo alle famiglie e agli insegnanti con la rappresentazione dei movimenti e delle posture corrette da svolgere in base al racconto della favola scelta o ideata

METODOLOGIA

Intervento teorico-pratico basato sui principi della Mindfulness da svolgere in presenza o in forma digitale

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute, Riabilitazione Funzionale VDN, Medicina dello Sport

REFERENTE

Manuela Marchetti

AMBITO TERRITORIALE

Pistoia zone Pistoia e Valdinievole

Stretching in classe



Favorire l'attività fisica e una corretta postura nei bambini

PREMESSA

Nella prospettiva di favorire un cambiamento culturale a sostegno della promozione della salute incentivando nei bambini il movimento anche in ambito scolastico, il progetto è orientato a promuovere momenti di attività motoria non strettamente legata alla pratica sportiva; esistono infatti altre forme di movimento (esercizi anche semplici) che praticati quotidianamente incidono positivamente su alcuni aspetti della salute (scorrette posture, paramorfismi, sindromi algiche, sedentarietà ecc.).

La finalità del progetto è quella di contrastare gli effetti della sedentarietà e vuole trasmettere un forte messaggio teso a favorire il movimento. In particolare l'attività di stretching punta a ridurre i problemi dovuti ad una prolungata posizione, spesso scorretta, tenuta dai bambini sui banchi di scuola.

I benefici dello stretching non si limitano all'aspetto fisico; questa pratica agisce infatti anche sul benessere psichico del soggetto. La riduzione della tensione muscolare favorisce il rilassamento, stimola la concentrazione e riattiva l'attenzione.

Lo stretching si può considerare nel complesso un'attività utile allo sviluppo della consapevolezza del sé corporeo ed emotivo. Per l'a.s. 2020/21 il progetto sarà integrato con incontri e attività a distanza in forma digitale.

DESTINATARI

Insegnanti, alunni e famiglie delle scuole primarie. Sarà data priorità agli insegnanti della classe 3[^].

OBIETTIVO GENERALE

Incoraggiare il movimento come stile di vita sano attraverso il coinvolgimento diretto dei ragazzi da parte dei docenti di qualsiasi disciplina

OBIETTIVI SPECIFICI

Applicazione quotidiana degli esercizi di stretching in classe al di fuori delle lezioni di educazione fisica

Prevenire difetti posturali da eccessiva sedentarietà

Stimolare lo sviluppo della consapevolezza del sé corporeo ed emotivo

CONTENUTI

Proposta di alcuni esercizi da svolgere in classe, mirati alla riduzione dei problemi dovuti a una scorretta posizione sui banchi.

Percorso educativo finalizzato a favorire la consapevolezza sulle abilità personali e competenze sociali (life skills)

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Le azioni del progetto saranno costruite e concordate ad hoc tenendo conto della realtà organizzativa di ciascuna scuola in relazione all'emergenza Covid.

È previsto un incontro formativo rivolto ai docenti della durata di 3 ore, inerente le tecniche dello stretching, articolato in una parte teorica e una parte pratica. Sarà dato ampio spazio ad esercitazioni finalizzate all'ascolto di sé sul piano corporeo, emotivo, cognitivo e relazionale.

Successivamente gli esercizi di stretching verranno realizzati nelle classi da parte degli insegnanti formati i quali potranno avvalersi anche di musiche rilassanti.

Con il tempo saranno i bambini che si alterneranno nel ruolo di peer educator per proporre gli esercizi ormai acquisiti ai compagni di classe.

METODOLOGIA

Intervento teorico-pratico basato sui principi della Mindfulness da svolgere in presenza o in forma digitale

MATERIALI E STRUMENTI

Poster illustrativo sull'esecuzione corretta degli esercizi di stretching da affiggere in ogni classe; opuscolo informativo per le famiglie.

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale. Questionario online

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute, Riabilitazione Funzionale P.O. di Pescia, Medicina dello Sport

REFERENTE

Manuela Marchetti

AMBITO TERRITORIALE

Pistoia zone Pistoia e Valdinievole

Salute e Benessere a scuola

2020 - 2021

Ambito territoriale

Pistoia

Salute e Benessere a scuola

2020 - 2021

Ambito territoriale

Prato

Contatti ambito territoriale PRATO

Direttore Gianna Ciampi

Email gianna.ciampi@uslcentro.toscana.it

Tel. 055 693 4506

Lucia Tronconi

E.mail lucia.tronconi@uslcentro.toscana.it

Tel. 0574 807951

Delia Trotta

E.mail delia.trotta@uslcentro.toscana.it

Tel. 0574 807955

Sabrina Bonechi

E.mail sabrina.bonechi@uslcentro.toscana.it

Tel. 0574 807947

Maria Russo

E.mail maria1.russo@uslcentro.toscana.it

Tel. 0574 807949

Sede Prato 59100 - Via Lavarone, 3/5

E.mail promozionesalute.prato@uslcentro.toscana.it

SALUTE E BENESSERE A SCUOLA - a.s. 2020/21

SCHEDA DI ADESIONE AI PROGETTI PER GLI STUDENTI

Compilare una scheda per ogni singolo progetto scelto

Data _____

TITOLO DEL PROGETTO SCELTO _____

LE SCHEDE DOVRANNO PERVENIRE PER EMAIL A **promozionesalute.prato@uslcentro.toscana.it** ENTRO IL **15.11.2020**

ISTITUTO SCOLASTICO _____

PLESSO _____

INFANZIA PRIMARIA SEC. I GRADO SEC. II GRADO

INDIRIZZO _____

TELEFONO _____

E.MAIL _____

INSEGNANTE REFERENTE DEL PROGETTO

CELL. _____ E.MAIL _____

CLASSE	SEZIONE	N. ALUNNI	INSEGNANTI COINVOLTI

Indicare la piattaforma di videoconferenza online utilizzata dall'istituto scolastico _____

Insegnante referente Educazione alla Salute
Firma

Il dirigente scolastico
Timbro e firma

SALUTE E BENESSERE A SCUOLA - a.s. 2020/21

SCHEDA DI ISCRIZIONE PER INSEGNANTI

Compilare una scheda per insegnante e per ogni singolo progetto scelto

Data _____

TITOLO DEL PROGETTO SCELTO _____

LE SCHEDE DOVRANNO PERVENIRE PER EMAIL A **promozionesalute.prato@uslcentro.toscana.it** ENTRO IL **15.11.2020**

NOME E COGNOME _____

MATERIA _____

CLASSE _____ SEZIONE _____ N. ALLIEVI _____

CELLULARE _____

E.MAIL _____

ISTITUTO SCOLASTICO _____

PLESSO _____

INFANZIA PRIMARIA SEC. I GRADO SEC. II GRADO

INDIRIZZO _____

TELEFONO _____

E.MAIL _____

EVENTUALI NOTE

Indicare la piattaforma di videoconferenza online utilizzata dall'istituto scolastico _____

Insegnante referente Educazione alla Salute
Firma

Il dirigente scolastico
Timbro e firma

SALUTE E BENESSERE A SCUOLA - a.s. 2020/21
SCHEDA DI ISCRIZIONE PER INSEGNANTI
Riepilogativa a cura dell'Istituto

Data _____

TITOLO DEL PROGETTO SCELTO _____

LE SCHEDE DOVRANNO PERVENIRE PER EMAIL A **promozionesalute.prato@uslcentro.toscana.it** ENTRO IL **15.11.2020**

ISTITUTO SCOLASTICO _____

PLESSO _____

INDIRIZZO _____

TELEFONO _____

E.MAIL _____

ELENCO INSEGNANTI ISCRITTI:

NOME E COGNOME	GRADO DI SCUOLA	CLASSE	MATERIA/DISCIPLINA

Indicare la piattaforma di videoconferenza online utilizzata dall'istituto scolastico _____

Insegnante referente Educazione alla Salute
Firma

Il dirigente scolastico
Timbro e firma

Progetti per livello scolastico

indice

LIVELLO SCOLASTICO	PROGETTO	TARGET	PAG.
ASILO NIDO	Le malattie infettive nella comunità scolastica e il ruolo dei vaccini	INSEGNANTI	18
	SOS insegnanti: sensibilizzare al primo soccorso	INSEGNANTI	19
SCUOLA DELL'INFANZIA	Costruiamo l'amicizia: Solidarietà e divertimento creativo	ALUNNI - INSEGNANTI - FAMIGLIE	7
	#IORESTOSICURO	INSEGNANTI - PERS. ATA	17
	Educazione al dono del sangue e del midollo osseo - Educare alla cittadinanza e alla solidarietà	ALUNNI - INSEGNANTI	23
	Gaia: educare alla consapevolezza globale e alla salute psicosomatica	INSEGNANTI	8
	Le malattie infettive nella comunità scolastica e il ruolo dei vaccini	INSEGNANTI	18
	L'orto appeso: storia di un seme... tocco, annuso, sento	ALUNNI	31
	SOS insegnanti: sensibilizzare al primo soccorso	INSEGNANTI	19
	Stretching... che favola!	ALUNNI - INSEGNANTI	33
SCUOLA PRIMARIA	Affettivamente (Scuola Primaria)	ALUNNI - INSEGNANTI - FAMIGLIE	10
	#IORESTOSICURO	INSEGNANTI - PERS. ATA	17
	Educazione al dono del sangue e del midollo osseo - Educare alla cittadinanza e alla solidarietà	ALUNNI - INSEGNANTI	23
	Cucinare senza fuochi: Mani in pasta – Laboratorio esperienziale	ALUNNI	30
	Gaia: educare alla consapevolezza globale e alla salute psicosomatica	INSEGNANTI	8
	La salute s'impara: alimentazione sana per uno stile di vita attivo nei bambini	ALUNNI - INSEGNANTI	29
	L'orto scolastico: "O"... come orto e "M" cosa mangio	ALUNNI	32
	Le malattie infettive nella comunità scolastica e il ruolo dei vaccini	INSEGNANTI	18
	Stare bene a scuola: gestione dello stress	INSEGNANTI	9
	SOS insegnanti: sensibilizzare al primo soccorso	INSEGNANTI	19
	Stretching in classe	ALUNNI - INSEGNANTI	34
SCUOLA SECONDARIA I° GRADO	Affettivamente (Scuola Secondaria 1° grado)	STUDENTI - INSEGNANTI - FAMIGLIE	11
	#IORESTOSICURO	INSEGNANTI - PERS. ATA	17
	Affettivamente: andiamo al consultorio	STUDENTI - INSEGNANTI	12
	Educazione al dono del sangue e del midollo osseo - Educare alla cittadinanza e alla solidarietà	STUDENTI - INSEGNANTI	23
	Cucinare senza fuochi: mani in pasta – Laboratorio esperienziale	STUDENTI	30
	Gaia: educare alla consapevolezza globale e alla salute psicosomatica	INSEGNANTI	8
	Le malattie infettive nella comunità scolastica e il ruolo dei vaccini	INSEGNANTI	18
	L'orto scolastico: "O"... come orto e "M" cosa mangio	STUDENTI	32
	SOS insegnanti: sensibilizzare al primo soccorso	INSEGNANTI	19
	Stare bene a scuola: gestione dello stress	INSEGNANTI	9
	Emergenza sanitaria: cosa fare	STUDENTI	20
	Visita in centrale operativa	STUDENTI	21
	Smart unplugged	STUDENTI - INSEGNANTI	16
SCUOLA SECONDARIA II° GRADO	Ballo, sballo e riballo!	STUDENTI - FAMIGLIE	15
	#IORESTOSICURO	INSEGNANTI - PERS. ATA	17
	Cittadini della salute – Peer Education	STUDENTI - INSEGNANTI	13
	Educazione al dono del sangue e del midollo osseo	STUDENTI	22
	Educazione al dono del sangue e del midollo osseo - Educare alla cittadinanza e alla solidarietà	STUDENTI - INSEGNANTI	23
	Educazione al dono del sangue e del midollo osseo - Essere sani... per chi?	STUDENTI	25
	Educazione al dono del sangue e del midollo osseo - Il dono nello zaino	STUDENTI	24
	Istituti alberghieri e agrari per la salute: educare i giovani al ciclo della natura e del cibo sano	STUDENTI - INSEGNANTI	28
	La cultura del dono: stili di vita salutari per un futuro da cittadini più consapevoli	INSEGNANTI	26
	Le malattie infettive nella comunità scolastica e il ruolo dei vaccini	INSEGNANTI	18
	Safe sex, preserva... ti: salta il rischio	STUDENTI	14
	Emergenza sanitaria: cosa fare	STUDENTI	20
	Visita in centrale operativa	STUDENTI	21
	SOS insegnanti: sensibilizzare al primo soccorso	INSEGNANTI	19
	Servizio civile: un'opportunità per i giovani di imparare facendo	STUDENTI	27
	Stare bene a scuola: gestione dello stress	STUDENTI	9

Stare bene a scuola: relazioni ed emozioni

Costruiamo l'amicizia

Solidarietà e divertimento creativo – Aspettando Prama



PREMESSA

Nella nostra società alcune persone, in particolar modo i bambini con patologie disabilitanti, non possono giovarsi di luoghi "standard" per attività ludiche, ma necessitano di uno spazio specifico adattato.

La Fondazione AMI Prato Onlus, sensibile a questo problema, ha deciso di realizzare uno spazio adattato a tutte le esigenze dei bambini e ragazzi con diverse tipologie di disabilità; il progetto si chiama PRAMA e prevede la realizzazione di un centro ludico-motorio all'interno della sede di AVIS in Sant'Orsola nel centro storico di Prato, aperto a familiari, amici e coetanei, che offra attività multidisciplinari da svolgere sia individualmente che in gruppo in ambiti autogestiti o organizzati.

In attesa della realizzazione di questa struttura, e sulla base di queste premesse la Promozione della salute assieme alla Salute Mentale Infanzia e Adolescenza dell'Azienda USI Toscana Centro del territorio Pratese, con la collaborazione della Fondazione AMI Prato Onlus e la Cooperativa La Ginestra, ha pensato ad un percorso educativo rivolto alle scuole, che attraverso la lettura permetta di confrontarsi su valori quali amicizia, solidarietà, altruismo e collaborazione, che adeguatamente sviluppati, aiutino ad affrontare le sfide della vita quotidiana sia nei bambini che negli adulti.

DESTINATARI

Insegnanti, alunni e genitori della scuola dell'Infanzia

OBIETTIVO GENERALE

Educare i bambini all'amicizia e all'inclusione sociale attraverso attività ludiche con un linguaggio semplice ed efficace.

OBIETTIVI SPECIFICI

Coinvolgimento emotivo sul valore della solidarietà attraverso la lettura ed il gioco creativo

Sensibilizzare alla solidarietà come valore fondamentale della società e delle relazioni umane

Stimolare l'immaginazione e la creatività del bambino attraverso letture di fiabe

Accompagnare gli insegnanti nel processo di cambiamento, per acquisire consapevolezza delle propria modalità comunicativa, relazionale ed emotiva e farle diventare competenze attive nel lavoro quotidiano (life skills)

CONTENUTI

Alfabetizzazione emotiva

Gestione delle emozioni e sviluppo dell'empatia

Creatività, relazioni efficaci e cooperazione

Ricaduta sui bambini che assieme agli insegnanti scopriranno l'importanza di valori quali l'amicizia, la solidarietà e l'altruismo, passando dalle emozioni attraverso il gioco e la creatività.

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Il progetto si articola in 3 incontri per un totale di 5 ore:

- **i primi due incontri** si svolgeranno in classe ed avranno durata di circa 1 ora e mezzo ciascuno; le attività saranno dedicate all'ascolto attivo delle emozioni in classe. I bambini in cerchio, saranno guidati all'ascolto di una fiaba e alla riflessione rispetto ai temi dell'amicizia, del senso del dono, del "buon gesto". Avranno la possibilità di realizzare elaborati sull'emozione provata.
- **il terzo incontro** avrà la durata di due ore e si svolgerà un sabato mattina presso la sede dell'AVIS in Sant'Orsola, è rivolto a bambini e genitori al fine di facilitare la trasmissione di competenze relazionali e affettive. L'obiettivo sarà quello di condividere esperienze e i percorsi che appartengono alla genitorialità.

METODOLOGIA

Si utilizza una metodologia interattiva: teorica, esperienziale ludico-didattica.

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale. Incontri di verifica a fine percorso

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute e Salute Mentale Infanzia e Adolescenza del territorio Pratese

Fondazione AMI Prato Onlus

Cooperativa La Ginestra Prato

REFERENTE

Sabrina Bonechi

AMBITO TERRITORIALE

Prato

**PREMESSA**

Il "Progetto Gaia" promuove un programma educativo che pone al centro lo sviluppo di una consapevolezza globale di sé stessi e del pianeta, offrendo le basi etiche, scientifiche e umane per essere cittadini creativi della società globalizzata in cui viviamo. Si tratta di un programma ideato e sviluppato da un'equipe di professionisti e dall'associazione di Promozione Sociale "Villaggio Globale" di Bagni di Lucca; approvato e finanziato dal Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali, ai sensi dell'art. 12, legge 7 dicembre 2000, n. 383, e sostenuto dall'UNESCO, l'agenzia delle Nazioni Unite per l'Educazione, la Scienza e la Cultura. Il progetto Gaia segue le direttive del MIUR basate sulle linee guida dell'OMS, per la promozione della salute attraverso le 10 competenze (Life Skills) emotive, relazionali e cognitive

DESTINATARI

Insegnanti della Scuola dell'Infanzia, Scuola Primaria e Scuola Secondaria di 1° grado

OBIETTIVO GENERALE

Il benessere dell'insegnante attraverso l'aumento della consapevolezza di sé

OBIETTIVI SPECIFICI

- Accrescere la consapevolezza di sé
- Imparare a riconoscere le emozioni
- Migliorare la gestione delle emozioni e dello stress
- Favorire il clima e la cooperazione del gruppo

CONTENUTI

Il Progetto è basato sull'innovativo "Protocollo Mindfulness Psicosomatica" (PMP) che applica le conoscenze derivate dalle neuroscienze con un approccio "integrale" multidimensionale della persona, integrando il livello mentale-cognitivo con quello emozionale-relazionale e corporeo-sensoriale

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

L'intervento si articola in 8-12 incontri in presenza della durata di un'ora ciascuno a cadenza periodica

METODOLOGIA

La Mindfulness è una pratica meditativa che consiste nel prestare attenzione intenzionalmente, nel momento presente e in modo non giudicante, alla nostra esperienza, così com'è, e non come crediamo o desideriamo che sia in ragione dei nostri condizionamenti mentali appresi come (consapevolezza di sé, del respiro, delle emozioni)

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Questionario valutativo di fine percorso
Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute

REFERENTE

Sabrina Bonechi, Delia Trotta

AMBITO TERRITORIALE

Prato

Stare bene a scuola: gestione dello stress

Formazione insegnanti: life skills emotive per la gestione dello stress e la promozione del ben-essere



PREMESSA

In un'emergenza come quella che stiamo vivendo in seguito alla pandemia del covid-19, l'esposizione allo stress riguarda sia le famiglie e le persone che hanno vissuto il confinamento in casa, sia gli operatori sanitari chiamati a fronteggiare l'impatto dell'epidemia, sia il mondo della scuola, con lo stravolgimento che gli insegnanti si trovano a vivere.

L'esposizione prolungata a stimoli stressanti rappresenta un fattore potenziale di rischio per molte patologie, incluse quelle psichiatriche o cardiovascolari. Per questa ragione è importante mettere in atto azioni strategiche che possano favorire il ripristino di una condizione di equilibrio psicofisico e il benessere nella scuola.

Il progetto, alla sua seconda edizione, prevede la realizzazione di un Laboratorio esperienziale/interattivo con metodologia Life skills rivolto agli insegnanti.

La life skills education è una metodologia educativa che si basa sullo sviluppo e il rafforzamento delle abilità di vita, cioè quelle competenze socio emotive che consentono alle persone di rispondere efficacemente a richieste, pressioni e sfide della vita quotidiana, di governare i rapporti con il resto del mondo, di affrontare positivamente e con resilienza le difficoltà, evitando di assumere comportamenti dannosi per la propria salute e quella degli altri.

DESTINATARI

Il percorso è rivolto agli insegnanti di ogni ordine e grado.

OBIETTIVO GENERALE

Promozione della salute e del benessere degli insegnanti attraverso l'allenamento delle Life Skills

OBIETTIVI SPECIFICI

Sviluppare e allenare le life skills con particolare riferimento alle Skills emotive (consapevolezza di sé, riconoscimento e gestione delle emozioni, gestione dello stress, comunicazione efficace, empatia).

CONTENUTI

Concetto di salute e benessere, alfabetizzazione emotiva, consapevolezza di sé, comunicazione efficace, life skills e Intelligenza emotiva, concetto di stress e strumenti efficaci per la sua gestione.

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Il percorso formativo avrà la seguente articolazione:

- incontro programmatico su piattaforma on line della durata di circa 2 ore in data da definire
- laboratorio esperienziale in presenza se possibile, oppure webinar della durata di 2 ore ciascuno in giorni e durata da definire con gli iscritti
- realizzazione percorso "Affettivamente primaria" e "Affettivamente secondaria di 1° grado": vedi scheda nel presente catalogo
- incontro di valutazione finale in plenaria o tramite video riunioni su piattaforma e in data da definire

METODOLOGIA

Laboratori esperienziali in presenza; webinar tematici interattivi, lavoro individuale e in piccolo gruppo; life skills education; ice breaking e attivazioni.

MATERIALI E STRUMENTI

PEA; diario di bordo; attivazioni sulle skills emotive; strumenti per la gestione dello stress; webinar; video tutorial; bibliografia consigliata; dispense.

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute
Psicologa Psicoterapeuta esperta in metodologia life skills education

REFERENTE

Lucia Tronconi

AMBITO TERRITORIALE

Prato

Affettività e sessualità consapevole

Affettivamente (scuola primaria)



Formazione esperienziale per insegnanti. Realizzazione percorsi educativi con gli alunni per lo sviluppo di competenze socio-emotive e affettive. Insegnanti e alunni per la promozione delle Life skills sui temi della corporeità, affettività e delle buone relazioni

PREMESSA

Il progetto nasce dall'esigenza di sviluppare nei bambini buone competenze socio-emotive ed affettive, abilità che l'OMS indica come presupposto indispensabile per il benessere e la salute delle comunità.

Negli ultimi decenni la comprensione della vita emotiva del bambino (inteso sia il sesso maschile che quello femminile) si è notevolmente ampliata in seguito al diffondersi di nuove conoscenze sul funzionamento della mente e sui meccanismi sottostanti le diverse emozioni. Si è potuto constatare come i bambini abbiano un ruolo attivo nella costruzione della propria identità e quali siano le migliori modalità per favorirne lo sviluppo in modo naturale e funzionale.

Affettivamente propone di migliorare il benessere e la salute psico-sociale di bambini e adolescenti attraverso l'allenamento di abilità utili (life skills) per la gestione dell'emotività, delle relazioni sociali e quindi dei rapporti affettivi.

DESTINATARI

Insegnanti e alunni della scuola primaria che abbiano aderito al percorso Stare bene a scuola

OBIETTIVO GENERALE

Allenare negli adulti e negli alunni competenze ed abilità affettive che costituiscano le basi per sane scelte di vita e di salute.

OBIETTIVI SPECIFICI

Promuovere negli alunni le abilità di vita (life skills) legate alla comunicazione efficace, consapevolezza corporea, emotiva e mentale e alle relazioni interpersonali.

CONTENUTI

Strategie di comunicazione funzionale con i bambini

Alfabetizzazione delle emozioni

Neurobiologia del cervello: come funziona la mente dei bambini

Strumenti, giochi e attivazioni su corporeità, emozioni ed affettività diversificate secondo la classe d'età degli alunni:

- corporeità: percorso centrato sulla consapevolezza di sé e del proprio corpo sviluppata mediante attivazioni che utilizzano i sensi ed il contatto fisico con l'altro;
- emozioni: percorso finalizzato al riconoscimento delle emozioni ed alla loro espressione, con particolare riferimento al mondo interiore del bambino, alla gestione dei vissuti più comuni (paura della separazione, la capacità di affermazione di sé, ecc.), alla valorizzazione delle proprie potenzialità;
- affettività: percorso finalizzato al riconoscimento dei sentimenti che intervengono nelle relazioni sociali influenzandone i modi di sentire e di agire.

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Video riunione programmatica della durata di 2 ore circa, su piattaforma e in data da definire (fine ottobre)

Laboratorio esperienziale/interattivo: durata variabile da 8 a 10 ore realizzato con modalità in presenza e/o utilizzo di piattaforme web per video riunioni, webinar e tutorial da realizzarsi nei primi mesi del 2021

Realizzazione, nelle classi con i bambini, di attivazioni condotte dagli insegnanti e progettate durante il laboratorio;

Incontro di verifica finale con valutazione del percorso.

METODOLOGIA

Life skills - circle time - attivazioni in piccolo e grande gruppo: corporeità, movimento, emozioni

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Questionario e report finale. Incontri di verifica a fine percorso

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute
Psicologo psicoterapeuta esperta in educazione all'affettività e Life Skills Education

REFERENTE

Lucia Tronconi

AMBITO TERRITORIALE

Prato

Affettivamente (Scuola secondaria I°)



Laboratorio esperienziale e progettuale per insegnanti. Realizzazione percorsi educativi con gli studenti per lo sviluppo di competenze socio-emotive e affettive. Incontro con il Consultorio Giovani di Prato

PREMESSA

La promozione dell'affettività e della sessualità consapevole ha come obiettivo la diffusione del benessere e la prevenzione del disagio nella fascia di età di transizione fra preadolescenza e adolescenza.

Il periodo puberale impone difatti all'adolescente una ridefinizione del rapporto con il proprio corpo sessuato, configurandosi di conseguenza come un momento critico per il consolidamento dell'identità di genere.

"La mancanza di competenze socio-emotive può causare, in particolare nei giovani, l'instaurarsi di comportamenti negativi e a rischio in risposta agli stress: tentativi di suicidio, tossicodipendenza, fumo di sigaretta, alcolismo ecc. Per insegnare ai giovani le competenze socio-emotive è necessario introdurre specifici programmi nelle scuole o in altri luoghi deputati all'apprendimento". (Bollettino OMS "Skills for life", n.1, 1992).

DESTINATARI

Insegnanti, studenti e famiglie della Scuola Secondaria di 1° grado che abbiano aderito al percorso Stare bene a scuola

OBIETTIVO GENERALE

Allenare negli adulti e negli allievi competenze ed abilità affettive che costituiscano le basi per sane scelte di vita e di salute. Fornire informazioni sul funzionamento del Consultorio Giovani.

OBIETTIVI SPECIFICI

Allenamento delle competenze utili (Life Skills e Intelligenza Emotiva) per la gestione delle emozioni, delle relazioni sociali e dei rapporti affettivi.

Sviluppo di un clima d'aula sereno favorente l'apprendimento e relazioni equilibrate.

Fornire supporto ai ragazzi per una presa di coscienza dell'evoluzione fisica tipica dell'età preadolescenziale e adolescenziale, sviluppando nei partecipanti maggiore confidenza con il proprio corpo e conoscenza di sé stessi, e una maggiore consapevolezza della propria identità.

CONTENUTI

Strategie di comunicazione funzionale con i bambini

Alfabetizzazione delle emozioni

Neurobiologia del cervello: come funziona la mente dei bambini;

Strumenti, giochi e attivazioni su corporeità, emozioni ed affettività diversificate secondo la classe d'età degli alunni:

- corporeità: percorso centrato sulla consapevolezza di sé e del proprio corpo sviluppata mediante attivazioni che utilizzano i sensi ed il contatto fisico con l'altro;
- emozioni: percorso finalizzato al riconoscimento delle emozioni ed alla loro espressione, con particolare riferimento al mondo interiore del bambino, alla gestione dei vissuti più comuni (paura della separazione, la capacità di affermazione di sé, ecc.), alla valorizzazione delle proprie potenzialità;
- affettività: percorso finalizzato al riconoscimento dei sentimenti che intervengono nelle relazioni sociali influenzandone i modi di sentire e di agire.

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

- Video riunione programmatica della durata di 2 ore circa, su piattaforma e in data da definire (fine ottobre)
- Laboratorio esperienziale/interattivo: durata variabile da 8 a 10 ore realizzato con modalità in presenza e/o utilizzo di piattaforme web per video riunioni, webinar e tutorial da realizzarsi nei primi mesi del 2021
- Realizzazione, nelle classi con i bambini, di attivazioni condotte dagli insegnanti e progettate durante il laboratorio;
- Incontro di verifica finale con valutazione del percorso
- Collegamento con il progetto andiamo al Consultorio Giovani di Prato per gli studenti delle classi terze

METODOLOGIA

Life skills - Circle time - Attivazioni in piccolo e grande gruppo - Life skills education

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute, Consultorio giovani/ Consultorio Giovani di Prato

REFERENTE

Maria Russo, Lucia Tronconi

AMBITO TERRITORIALE

Prato

Andiamo al consultorio

Incontri con gli studenti



Il progetto potrà svolgersi in modalità online oppure in presenza in piccoli gruppi, anche all'aperto, in base alle richieste pervenute e alle disposizioni in materia per la prevenzione rischio Covid-19 aggiornate.

PREMESSA

Per le classi terze il percorso Affettivamente si completa partecipando al progetto "Andiamo al consultorio" che prevede una visita presso il Consultorio Giovani di Prato per le scuole della zona pratese.

A causa delle disposizioni per la prevenzione del rischio Covid-19 questo anno non sarà possibile probabilmente mantenere il tradizionale appuntamento in presenza, Questa esperienza potrà essere riconvertita con lezioni interattive in modalità online su piattaforma delle scuole, già realizzate con successo durante i mesi di lockdown.

L'incontro, anche se a distanza, permetterà ai ragazzi di conoscere la struttura e offrire un confronto diretto con gli operatori con la possibilità di rivolgere domande sui temi del progetto.

DESTINATARI

Studenti classe III scuola secondaria I grado

OBIETTIVO GENERALE

Prevenire scorretti stili di vita in relazione alla sfera sessuale: gravidanze indesiderate, malattie sessualmente trasmissibili Invitare a una riflessione sui cambiamenti psico- fisici e relazionali che caratterizzano la fase adolescenziale in relazione alla vita affettiva

OBIETTIVI SPECIFICI

Fornire supporto ai ragazzi per una presa di coscienza dell'evoluzione psico-fisica tipica dell'età adolescenziale

Passare informazioni aggiornate sui principali metodi contraccettivi

Facilitare la fruizione dei Consultori Giovani dell'ASL (classi terze)

CONTENUTI

Il progetto vuole promuovere le tematiche della corporeità, affettività e sessualità consapevole dei gruppi classe

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

È previsto un incontro in presenza della durata di due ore con visita al consultorio, secondo le disposizioni in materia anti covid-19 vigenti. In alternativa, qualora non fosse possibile, è previsto un incontro online di due ore o all'aperto in base alle indicazioni delle singole scuole.

METODOLOGIA

Metodologia interattiva, brainstorming, lavoro di gruppo

MATERIALI E STRUMENTI

Giochi didattici ed esercitazioni adeguate al target; presentazioni ppt, video, schede operative

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Questionario online finale per docenti, studenti

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute, Consultorio giovani di Prato

REFERENTE

Maria Russo, Antonella Nanni

AMBITO TERRITORIALE

Prato

Cittadini della salute



Peer Education per la promozione del benessere, dell'affettività e sessualità consapevole. Prog. n. 53 App I LOVE SAFE SEX Regione Toscana.

PREMESSA

La Peer Education è la metodologia indicata dall'OMS per la promozione della salute degli adolescenti, che li vede non solo come soggetti a rischio ma anche come risorse nei processi di cambiamento per stili di vita salutari. E' un metodo educativo di comprovata efficacia, basato sulla condivisione fra pari di esperienze, emozioni e conoscenze in cui gli studenti - facilitatori del confronto fra pari e supportati dai professionisti esperti - progettano e realizzano interventi volti a migliorare il benessere proprio e dei compagni di scuola. Gli insegnanti hanno un ruolo attivo e propositivo nella conduzione della metodologia all'interno della scuola. Argomento privilegiato degli interventi è il tema 'Affettività e sessualità consapevole'. Sarà comunque possibile valutare ulteriori ambiti di approfondimento se richiesti.

DESTINATARI

Insegnanti e studenti della Scuola Secondaria di 2° grado

OBIETTIVO GENERALE

Promuovere negli studenti comportamenti corretti per una piena e sana vita sessuale e affettiva; stimolare le competenze e la riflessione per la gestione dello stress nella scuola ai tempi della Covid-19

OBIETTIVI SPECIFICI

Costituire il 'gruppo di progetto', con la partecipazione di insegnanti, peer educator senior, formatori e personale sanitario, con il quale progettare il nuovo percorso individuando gli strumenti elettronici più idonei e stabilendo, scuola per scuola, le azioni da realizzare in presenza o tramite web.

Formare un gruppo di studenti Peer Educators per favorire una progettualità nell'ambito di una sessualità ed affettività consapevole e capaci di trasmettere messaggi di salute alla popolazione scolastica.

Attivare interventi digitali di informazione e sensibilizzazione inerenti i temi scelti attraverso la 'social challenge' (trailer, meme, challenge, e altro individuato dagli studenti peer educator).

Allenare negli studenti le abilità di vita (life skills) legate al pensiero critico, capacità di prendere decisioni e di risolvere i problemi, gestione delle emozioni e dello stress, comunicazione efficace e relazioni interpersonali.

Promuovere il Consultorio Giovani.

CONTENUTI

Uso di social Challenge, meme, videocall, Comunicazione efficace, capacità di risoluzione dei problemi, pensiero critico, gestione dello stress. Tecniche e strategie per la gestione del gruppo classe e la facilitazione del confronto fra coetanei.

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

- Video riunione, della durata di 2 ore circa su piattaforma da definire, con gli insegnanti delle scuole iscritte al percorso: presumibilmente nel mese di ottobre;
- Laboratorio di progettazione condivisa : 1 o 2 incontri laboratoriali di 4 ore ciascuno, non necessariamente consecutivi, rivolti a insegnanti e studenti peer educator senior in data da definire;
- Formazione dei Peer Educator: condotta e progettata dagli insegnanti formati di ciascuna scuola in collaborazione con i formatori incaricati e gli operatori dell'Azienda Usl Toscana Centro. Sarà da valutare sia formazioni in presenza che video conferenze, tutorial, webinar...;
- Gli interventi di peer education nelle scuole saranno declinati secondo le modalità stabilite in fase di programmazione con i singoli Istituti.
- I peer educator utilizzeranno e promuoveranno la App I LOVE SAFE SEX della Regione Toscana;
- Incontro di 2 ore, in presenza o tramite piattaforme web, con il team di professionisti del Consultorio Giovani in date da definire.

METODOLOGIA

Empowered Peer education basata sul modello dell'influenza sociale - Life skills - Circle time - Brainstorming - Ice breaking - Name games, social challenge

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report e questionario finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute, Consultorio Giovani, Dipartimento Assistenza Infermieristica e Ostetrica
Psicologo psicoterapeuta con certificata esperienza in peer education

REFERENTE

Lucia Tronconi

AMBITO TERRITORIALE

Prato

Safe sex, preserva... ti! Salta il rischio



Promozione e protezione della salute della popolazione scolastica

PREMESSA

Le infezioni sessualmente trasmesse (IST) costituiscono un gruppo di malattie infettive molto diffuso.

In particolare per l'infezione da HIV la disponibilità di farmaci che possono almeno in parte controllare la malattia, ma non guarirla, ed il fatto che questa malattia è ormai nota da tempo e non fa più notizia, ha creato una certa assuefazione e forse anche disinteresse nell'opinione pubblica con conseguente calo dell'attenzione.

Quest'ultimo fenomeno è estremamente preoccupante e richiede un impegno di informazione e prevenzione ancora più capillare e costante, che interessi fasce di età e di popolazione giovanile sempre più ampia, e che ponga l'accento sui rischi che si corrono per la trasmissione del virus: le problematiche inerenti HIV e AIDS devono essere viste come un potenziale problema per tutti.

DESTINATARI

Studenti del secondo anno della Scuola Secondaria di 2° grado

OBIETTIVO GENERALE

Aumentare le conoscenze sulla salute sessuale e favorire scelte consapevoli

OBIETTIVI SPECIFICI

Sviluppare maggiore consapevolezza circa le malattie a trasmissione sessuale con particolare riferimento a HIV e AIDS

Stimolare il pensiero critico

Favorire le relazioni efficaci

Promuovere la gestione delle emozioni

CONTENUTI

L'importanza delle emozioni e degli affetti nelle relazioni

La prevenzione delle malattie sessualmente trasmesse con particolare riferimento all'infezione da HIV

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

L'intervento si articola in un incontro per ciascuna classe della durata di due ore da svolgere in presenza. Se non possibile in forma digitale

METODOLOGIA

Incontri interattivi con brain storming, circle time

Utilizzo della app "I love safe sex"

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute

REFERENTE

Maria Russo

AMBITO TERRITORIALE

Prato

Prevenzione dipendenze e comportamenti a rischio

Ballo, sballo e riballo!



Intervento di sensibilizzazione sui comportamenti temerari e di sottovalutazione del rischio di compromissione della salute in adolescenza

PREMESSA

Fra gli adolescenti e i giovani stanno prendendo sempre più campo "comportamenti a rischio" con la comparsa di stili di vita che tendono ad amplificare vissuti di onnipotenza, che si esprimono attraverso comportamenti "temerari" o "trasgressivi", tesi a sottovalutare o minimizzare i dati di realtà, oppure a considerare la realtà come una condizione virtuale. All'interno di situazioni di svago e di divertimento collettivo si sta amplificando sempre di più la cultura dello "sballo", intesa come cultura di superamento e addirittura cancellazione del limite. La finalità dell'intervento è quella di mettere in discussione questi nuovi stili di vita, con le relative rappresentazioni sociali (S. Moscovici), favorendo momenti di riflessione e auto riflessione condivisa.

DESTINATARI

Studenti della Scuola Secondaria di 2° grado: studenti frequentanti il IV o V anno e famiglie
Saranno accolte le richieste di 2 classi per scuola, con un massimo di 8 classi totali

OBIETTIVO GENERALE

Sensibilizzare la popolazione scolastica rispetto a comportamenti a rischio come: guida in stato di ebbrezza, guida senza casco o cintura di sicurezza, consumo di tabacco, "sballo" per uso di sostanze, uso improprio di farmaci e uso di sostanze dopanti

OBIETTIVI SPECIFICI

Amplificare le conoscenze rispetto all'uso di sostanze psicoattive e a stili di vita orientati all'onnipotenza.
Far emergere le conoscenze e le abitudini dei ragazzi rispetto alla cultura dello "sballo".
Mettere in discussione gli stili di vita attuali e inadeguati, con le relative rappresentazioni sociali, favorendo momenti di auto riflessione e riflessione condivisa.

CONTENUTI

Primo incontro: cultura dello "sballo". Criteri di promozione e salvaguardia della salute rispetto agli stili di vita ed ai comportamenti evidenziati. Concetto di "salute" secondo le direttive dell'O.M.S..

Secondo incontro: rappresentazioni sociali legate ai concetti di alimento, farmaco, sostanze psicoattive e comportamenti a rischio. Criteri di salvaguardia della salute.

Terzo incontro: approfondimento del concetto di prevenzione primaria, secondaria e terziaria. Testimonianze delle famiglie dei CLUB degli alcolisti in trattamento. Nuovi orientamenti dell'OMS rispetto alla promozione della salute. Rischi dovuti all'infortunistica. Distribuzione materiale informativo per gli studenti.

SVILUPPO DELL'INTERVENTO

Su richiesta è possibile organizzare due incontri ulteriori di approfondimento da effettuarsi con coetanei o con genitori, fuori dall'ambiente scolastico con orario 21.00/22.30.

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Ciclo di 3 incontri di due ore ciascuno a cadenza settimanale con la possibilità di accorpamento di due classi

METODOLOGIA

Modalità interattive di tipo paradossale e contro paradossale con discussione e confronto in circle time

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute, Dipartimento Salute Mentale Adulti, Dipartimento dei Servizi Tecnico Sanitari – SOS Attività di riabilitazione funzionale
Volontari Associazione A.C.A.T. (Associazione Club Alcolisti in Trattamento)

REFERENTE

Lucia Tronconi

AMBITO TERRITORIALE

Prato

Smart unplugged



Un programma efficace per la prevenzione dell'uso di tabacco, alcol e droghe

Per questo anno scolastico, a causa delle disposizioni anti Covid-19, non è prevista la formazione di nuovi docenti.

PREMESSA

Unplugged è un programma di prevenzione scolastica dell'uso di sostanze che si basa sul modello dell'influenza sociale e integra attività basate sulle life skills con attività focalizzate sul credo normativo. Questo intervento educativo è stato sperimentato e valutato nell'ambito dello studio multicentrico EU-Dap, che ha coinvolto sette paesi europei (Belgio, Germania, Spagna, Grecia, Italia, Austria e Svezia). Unplugged è un programma europeo di provata efficacia nel prevenire l'inizio e /o ritardare il passaggio dall'uso sperimentale a quello regolare di sostanze tra gli/leadolescenti.

Per questo anno scolastico Unplugged vede una provvisoria e diversa programmazione delle unità vista la situazione che si è creata a seguito della pandemia da Covid-19. Anche se buona parte delle attività del programma potranno essere realizzate in sicurezza senza particolari variazioni, per venire incontro alle nuove esigenze di sicurezza con le classi in presenza, l'iter formativo è stato riformulato selezionando e/o riadattando alcune esercitazioni garantendo lo svolgimento nel rispetto delle misure anti Covid-19. Al contrario, in caso di una nuova situazione epidemiologica peggiorativa oppure le direttive di ogni singola scuola impongano la didattica a distanza, presentiamo come alternativa, un piano di attività da svolgere in modalità online.

DESTINATARI

Insegnanti già formati e studenti della Scuola Secondaria di 1° grado del secondo anno o classi terze che non hanno completato il percorso nell'a.s. 2019-20

OBIETTIVO GENERALE

Prevenire/ritardare l'uso di sostanze (tabacco, alcol e droghe) negli adolescenti di età compresa tra i 12 e i 14 anni secondo una metodologia basata sul modello dell'Influenza sociale

OBIETTIVI SPECIFICI

Migliorare il benessere e la salute psicosociale dei ragazzi, attraverso il riconoscimento ed il potenziamento delle abilità necessarie per gestire l'emotività e le relazioni sociali, al fine di prevenire e/o ritardare l'uso di sostanze

Conoscere il modello dell'influenza sociale e le life skills, e il loro ruolo nella prevenzione scolastica dell'uso di sostanze e nella promozione della salute degli studenti;

Apprendere la metodologia necessaria per lavorare in classe con il modello dell'influenza sociale e delle life skills; ;

Migliorare le conoscenze sui rischi dell'uso di tabacco, alcol e sostanze psicoattive e sviluppare un atteggiamento non favorevole alle sostanze.

CONTENUTI

Unplugged in presenza: sono state riviste le attività in un'sequenza di 10 Unità.

Unplugged in modalità a distanza: alcune Unità dal programma Unplugged riadattate per lo svolgimento online

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

È previsto un incontro di Retrainig di n.2 ore in videoconferenza con insegnanti già formati sia sul nuovo programma di attività Unplugged da svolgere in presenza con la classe, sia nella modalità online.

1-2 Incontri in itinere o entro la fine dell'a.s., sempre in modalità a distanza, come monitoraggio del percorso

METODOLOGIA

Incontri in videoconferenza

MATERIALI E STRUMENTI

Nuovo manuale (provvisorio, in versione digitale) per l'insegnante ad integrazione dell'originale; quaderno per gli studenti, set di carte

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Questionario di soddisfazione degli studenti e degli insegnanti e report delle unità

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro formatori accreditati unplugged:
Promozione della Salute e Ser.D
SdS Valdinevole

REFERENTE

Delia Trotta

AMBITO TERRITORIALE

Prato

#IORESTOSICURO



Comportamenti consapevoli e gestione dello stress a scuola al tempo della Covid-19

PREMESSA

L'esperienza collettiva dell'emergenza sanitaria da SARS-COV2 ha creato imprevedibili scenari in continuo cambiamento e ha reso necessario rimodulare le nostre proposte in termini di flessibilità, in particolare riferimento al setting scolastico.

Il progetto nasce dall'esigenza di supportare la scuola in azioni concrete rivolte alla gestione degli aspetti igienico sanitari e relazionali, utilizzando anche la metodologia Life Skills, affinché la comunità scolastica adotti consapevolmente e responsabilmente le norme di comportamento per la prevenzione del contagio.

DESTINATARI

Insegnanti, personale ATA e studenti della Scuola dell'Infanzia, Primaria e Secondaria di 1° e 2° grado

OBBIETTIVO GENERALE

Promuovere l'acquisizione consapevole di comportamenti finalizzati alla prevenzione da infezione da SARS-COV2

OBBIETTIVI SPECIFICI

Conoscere le modalità di trasmissione e le misure di prevenzione

Organizzare attività, spazi e ambienti comuni in sicurezza

Contribuire alla creazione di un clima rassicurante e sereno favorevole al benessere della comunità scolastica

Promuovere l'acquisizione consapevole nell'adozione di comportamenti corretti

CONTENUTI

Cenni di epidemiologia e modalità di trasmissione dell'infezione da SARS-COV2

Igiene personale e comportamenti (lavaggio delle mani, distanziamento fisico, uso delle mascherine, etc.)

Igiene ambientale e strutturale (sanificazione logistica)

Ascolto e confronto sui bisogni emergenti e sulle criticità

Lavoro sulle Life skills con particolare riferimento alla Gestione delle emozioni e alla gestione dello stress

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

MODULO 1

Autoformazione con interventi tematici registrati: 3 ore

- Consapevolezza e aspetti sociologici; modalità di trasmissione; misure di prevenzione; organizzazione spazi, attività e ambienti comuni; aspetti di igiene del lavoro; alimenti e Covid-19; bisogno di movimento; aspetti psicologici

Webinar in streaming on-line: 2 ore

Esperti del Dipartimento della Prevenzione Azienda USL Toscana centro ed un esperto psicologo rispondono ai quesiti pervenuti dalle scuole

MODULO 2

Webinar in streaming on-line: COVID-19 e Promozione della salute: 2 ore

- Concetto di Promozione della Salute; Life skills- abilità per la vita; autoconsapevolezza; gestione delle emozioni e dello stress; accoglienza e bisogni; la metodologia

MODULO 3

Una edizione per zona in presenza a piccoli gruppi o online

- Coprogettazione; realizzazione degli interventi con gli insegnanti; presentazione e condivisione del lavoro svolto

METODOLOGIA

Interattiva con il coinvolgimento diretto del personale della scuola. Life Skills educations

MATERIALI E STRUMENTI

Piattaforma web comune, Webinar tematici e contenuti online

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Questionario di autovalutazione e di gradimento

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute, Igiene Pubblica e Nutrizione, Prevenzione Igiene Sui Luoghi di Lavoro, Sicurezza Alimentare, Assistenza sanitaria in ambito preventivo
Esperto esterno Psicologo

REFERENTE

Zona Prato: Delia Trotta
Zona Firenze: Monica Rosselli, Patrizia Giannelli
Zona Empoli: Sandra Bonistalli, Giampiero Montanelli
Zona Pistoia: Antonella Nanni, Manuela Marchetti

AMBITO TERRITORIALE

AUSL Toscana centro



Le malattie infettive nella comunità scolastica e il ruolo dei vaccini

Promozione e protezione della salute della popolazione scolastica

PREMESSA

L'intervento si propone di fornire informazioni relative alle malattie infettive soffermandosi sull'emergenza che stiamo vivendo relativa al COVID-19, alla prevenzione.

A tale proposito è importante riflettere sul ruolo della prevenzione delle malattie infettive che si fonda:

- sul controllo dei casi e sorveglianza dei contatti
- sull'adozione di corretti comportamenti individuali e collettivi per evitare la comparsa di malattie infettive e la loro trasmissione
- sulle vaccinazioni.

DESTINATARI

Insegnanti delle scuole di ogni ordine e grado

OBIETTIVO GENERALE

Sensibilizzare e responsabilizzare insegnanti e genitori sulla conoscenza delle malattie infettive nella comunità scolastica

OBIETTIVI SPECIFICI

Condividere un linguaggio comune con la comunità scolastica

Conoscere e saper percorrere le fasi per l'attivazione della rete di sorveglianza

Collaborare alla definizione e attuazione delle azioni da intraprendere per la profilassi delle malattie infettive

Comprendere il ruolo dei vaccini e la scelta di ricorrere all'obbligo vaccinale

CONTENUTI

Trasmissione e sorveglianza delle e principali malattie infettive che coinvolgono la comunità scolastica: modalità di trasmissione e misure precauzionali.

Emergenza COVID-19 alla luce dell'ultimo decreto

Procedura sulla notifica/segnalazione di malattia infettiva

Integrazione tra Scuola e Sanità Pubblica

Ruolo dei vaccini e necessità di una copertura definita per evitare epidemie

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

L'intervento si articola in un incontro della durata di due ore

Tenendo conto della realtà organizzativa delle scuole in relazione all'emergenza Covid-19, sarà previsto un webinar con la possibilità di un confronto da svolgere in presenza o in forma digitale.

METODOLOGIA

Metodologia interattiva in presenza o in forma digitale

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute, Igiene Pubblica e della Nutrizione e Dipartimento dei Servizi Tecnico Sanitari – SOS Attività di Assistenza Sanitaria

REFERENTE

Delia Trotta

AMBITO TERRITORIALE

Prato

**PREMESSA**

All'interno delle Scuole possono verificarsi piccoli e grandi traumi, reazioni allergiche, complicanze causate dalla presenza di patologie (diabete, reazioni allergiche, malattie neurologiche ecc..). Per tale motivo può essere utile conoscere le possibili manovre da effettuare in attesa dei soccorsi.

L'emergenza è un insieme di attività complesse che si esplicano sia sul territorio che all'interno del pronto soccorso.

Il primo soccorso, effettuato da personale laico non esperto in materia, può essere comunque determinante per la sopravvivenza o le conseguenze dannose che si possono verificare, esso è comunque un atto da compiere obbligatoriamente per non essere perseguibili di "omissione di soccorso".

Intervenire precocemente può voler dire, laddove non si sia in grado di compiere manovre specifiche, attivare immediatamente la catena del soccorso.

Per l'a.s. 2020/21 il progetto sarà integrato con incontri e attività a distanza in forma digitale

DESTINATARI

Intervento rivolto agli Insegnanti delle scuole di ogni ordine e grado.

OBIETTIVO GENERALE

Promuovere comportamenti consapevoli e far acquisire competenze generiche per riconoscere situazioni critiche e allertare i soccorsi, azioni che possono essere determinanti per la sopravvivenza.

OBIETTIVI SPECIFICI

Riconoscere situazioni critiche e allerta del soccorso

Eeguire elementari manovre in attesa del soccorso di emergenza

Promuovere comportamenti consapevoli e responsabili.

Conoscere le azioni di primo soccorso

CONTENUTI

Eventi traumatici o patologici più frequenti durante le attività scolastiche.

Elementi conoscitivi per valutare lo stato di coscienza e gli altri parametri vitali e manovre base di un primo soccorso.

Indicazioni per un corretto comportamento in caso di perdita di coscienza: ad esempio l'ipoglicemia, reazioni allergiche, convulsioni, e di altre forme patologiche che possono manifestarsi.

Disostruzione delle vie aeree: Manovra di Heimlich.

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Tenendo conto della realtà organizzativa delle scuole in relazione all'emergenza Covid-19, saranno previsti webinar tematici con la possibilità di un confronto da svolgere in presenza o in forma digitale.

METODOLOGIA

Interventi webinar con la possibilità di confronto in presenza o forma digitale

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute, Allergologia e Immunologia, Diabetologia, Pediatria e Neonatologia

REFERENTE

Sabrina Bonechi

AMBITO TERRITORIALE

Prato

Emergenza sanitaria: cosa fare?



SOS Ragazzi: corretto utilizzo dei servizi di Emergenza/Urgenza e nozioni di Primo Soccorso

PREMESSA

Negli ultimi anni è stato osservato un incremento del ricorso ai servizi di emergenza-urgenza. Una delle principali cause di tale situazione è attribuita alla carenza di informazioni a disposizione del cittadino circa la natura e l'utilizzo del sistema di emergenza-urgenza. E' importante pertanto realizzare un intervento informativo/educativo diretto agli alunni/studenti essendo la Scuola uno dei luoghi deputati all'educazione e alla conoscenza relativa anche a comportamenti utili per la propria vita.

Ragazzi più informati saranno cittadini più consapevoli e competenti: promuovere la conoscenza dei servizi sanitari disponibili, le modalità di accesso e il loro corretto utilizzo significa lavorare per incrementare le capacità del cittadino di prendersi cura di sé (empowerment) per favorire, di conseguenza, l'efficacia e l'efficienza dei servizi stessi.

DESTINATARI

Studenti III classe scuola secondaria I grado
Studenti I, II, III classe scuola secondaria II grado

OBIETTIVO GENERALE

Promuovere la conoscenza e l'appropriato utilizzo dei servizi di emergenza/urgenza e contribuire a far acquisire competenze generiche sulle norme di primo soccorso

OBIETTIVI SPECIFICI

Conoscere il sistema di emergenza sanitaria e i professionisti che ci lavorano
Saper attivare in modo corretto il servizio di emergenza
Trasmettere nozioni di primo soccorso
Promuovere comportamenti consapevoli e responsabili in materia di sicurezza sulle strade e abuso di sostanze

CONTENUTI

Il numero per l'emergenza sanitaria
Come effettuare una chiamata di soccorso
Cosa fare in attesa dei soccorsi

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

L'intervento educativo si articola in un incontro della durata di 3 ore, con la possibilità di accorpate due classi. Verranno accolte le prime 20 classi che faranno richiesta garantendo un'equa distribuzione tra i diversi istituti richiedenti. Valuteremo la possibilità di accogliere ulteriori richieste

METODOLOGIA

L'intervento verrà condotto con l'utilizzo di una metodologia interattiva basata sulla trasmissione di conoscenze veicolate attraverso lezione frontale, brainstorming, discussione e condivisione.

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Rapporto conclusivo redatto dai docenti

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: infermieri SOSD infermieristica 118

REFERENTE

Delia Trotta

AMBITO TERRITORIALE

Prato

Visita in centrale operativa



Conoscere il servizio di emergenza e chi ci lavora

PREMESSA

Negli ultimi anni è stato osservato un incremento del ricorso ai servizi di emergenza-urgenza. Una delle principali cause di tale situazione è attribuita alla carenza di informazioni a disposizione del cittadino circa la natura e l'utilizzo del sistema di emergenza-urgenza. E' importante pertanto realizzare un intervento informativo/educativo diretto agli alunni/studenti essendo la Scuola uno dei luoghi deputati all'educazione e alla conoscenza relativa anche a comportamenti utili per la propria vita.

Ragazzi più informati saranno cittadini più consapevoli e competenti: promuovere la conoscenza dei servizi sanitari disponibili, le modalità di accesso e il loro corretto utilizzo significa lavorare per incrementare le capacità del cittadino di prendersi cura di sé (empowerment) per favorire, di conseguenza, l'efficacia e l'efficienza dei servizi stessi.

DESTINATARI

Studenti delle scuole medie e superiori

OBIETTIVO GENERALE

Conoscere il sistema dell'emergenza sanitaria

OBIETTIVI SPECIFICI

Conoscere il sistema di emergenza sanitaria e i professionisti che ci lavorano

CONTENUTI

Presentazione della centrale e visita alle postazioni di lavoro

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

L'intervento educativo si articola in un incontro della durata di 2 ore da svolgere presso la centrale operativa di Firenze in Viale Michelangiolo 41

METODOLOGIA

L'intervento verrà condotto con l'utilizzo di una metodologia interattiva tra infermiere tutor e studenti

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Rapporto conclusivo redatto dai docenti

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: infermieri SOSD infermieristica 118

REFERENTE

Delia Trotta

AMBITO TERRITORIALE

Prato



PREMESSA

Donare sangue volontariamente e con consapevolezza permette di concretizzare la propria disponibilità verso gli altri, ma anche verso se stessi, poiché così facendo si alimenta un patrimonio collettivo di cui ciascuno può usufruire dello sviluppo di questo nuovo progetto formativo, basato sull'orientamento e destinato alle scuole, allo scopo di far assumere agli Istituti, attraverso la definizione del Piano di Offerta Formativa (POF), contenuti e istanze provenienti dalla società, secondo una visione che vede al centro delle funzioni pedagogiche la formazione del cittadino. Tutti, senza alcuna distinzione, possono donare il sangue, anonimamente, volontariamente, responsabilmente, periodicamente e gratuitamente, grazie ai servizi previsti dalle AUSL e dalle Associazioni di volontariato che svolgono una funzione fondamentale.

Il fabbisogno di sangue aumenta continuamente per sostenere la crescente qualità e specializzazione dell'attività sanitaria: dagli interventi chirurgici complessi ai servizi di emergenza, all'assistenza agli ammalati oncologici, per questo motivo è importante promuovere la partecipazione attiva alla vita sociale attraverso il gesto della donazione di sangue.

L'espressione di questo progetto si articola nelle tre pagine seguenti differenziandosi nel sottotitolo.

Per l'a.s. 2020/21 il progetto sarà integrato con incontri e attività a distanza in forma digitale.

DESTINATARI

Studenti del IV e V anno della Scuola Secondaria di 2° grado.

OBBIETTIVO GENERALE

Promuovere una educazione alla solidarietà negli studenti accrescendo in loro la conoscenza del valore sociale che la donazione del sangue e del midollo rivestono per la popolazione

OBBIETTIVI SPECIFICI

Sensibilizzare all'importanza della disponibilità di sangue.

Trasferire la cultura della donazione alle nuove generazioni.

Includere i nuovi cittadini nel processo di raccolta sangue.

Fornire una corretta informazione scientifica opportunamente strutturata in funzione dell'età e delle capacità degli alunni.

Far conoscere la situazione attuale della donazione del sangue e del midollo sul territorio nazionale.

CONTENUTI

Cenni di anatomia, fisiologia e patologia del sangue.

Principali riferimenti legislativi che regolano la donazione nelle sue varie forme.

Importanza degli stili di vita del donatore al fine di tutelare la propria salute e quella del ricevente.

Attività delle Associazioni del Volontariato del sangue

Buon uso del sangue, emocomponenti e plasma derivati

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

L'intervento è articolato in un incontro della durata di un'ora con possibilità di accorpate due classi. L'incontro sarà condotto con metodologia interattiva con discussione e confronto oppure in forma digitale.

In accordo con il Responsabile e compatibilmente alle attività in corso, viene offerta la possibilità di visitare il Centro Trasfusionale attraverso un percorso guidato al Servizio di Immunoematologia.

Gli operatori sono disponibili ad intervenire nel corso di eventi o forum finali gestiti dall'Istituto.

Gli insegnanti che adotteranno il progetto nell'ambito della loro programmazione sono pregati di inviare la mail con la richiesta di adesione completa in tutte le sue parti a promozionesalute.prato@uslcentro.toscana.it

METODOLOGIA

Frontale ed interattiva

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute e Immunoematologia e Medicina Trasfusionale

REFERENTE

Delia Trotta

AMBITO TERRITORIALE

Prato

Educazione al dono del sangue e del midollo osseo



Educare alla cittadinanza e alla solidarietà

PREMESSA

In un contesto così delicato come quello trasfusionale, ed in relazione al tipo di organizzazione socio – sanitaria così diversificata come quella Italiana, il volontariato organizzato sembra essere in grado di dare risposte adeguate per facilitare il raggiungimento dell'autosufficienza di sangue e plasma, ma anche promuovere responsabilità, consapevolezza e autonomia nelle persone rispetto ai problemi che toccano tanti da vicino. AVIS sta investendo grandi energie, soprattutto verso i giovani, e tra le iniziative in atto vi è lo sviluppo di questo nuovo progetto formativo, basato sull'orientamento e destinato alle scuole, allo scopo di far assumere agli Istituti, attraverso la definizione del Piano di Offerta Formativa (POF), contenuti e istanze provenienti dalla società, secondo una visione che vede al centro delle funzioni pedagogiche la formazione del cittadino. Uno dei campi di intervento privilegiati dal progetto per diffondere la cultura della solidarietà è rappresentato dal dono, nel senso più ampio del suo termine, che deve avvenire ampliando la consapevolezza e mostrando la libertà e quindi la meritorietà dell'atto.

DESTINATARI

Alunni, studenti ed insegnanti della Scuola dell'Infanzia, Primaria, Secondaria di 1° e 2° grado.

OBIETTIVO GENERALE

Promuovere la cultura della solidarietà e la donazione volontaria.

OBIETTIVI SPECIFICI

Promuovere un lavoro in sinergia e in coprogettazione con gli insegnanti delle scuole coinvolte al fine di orientare gli studenti ad un approccio mirato alla solidarietà.

Promuovere la salute e uno stile di vita positivo e sano.

Stimolare la propositività degli studenti, le loro idee e la loro voglia di fare, il problem solving e la presa di decisioni.

CONTENUTI

Gli argomenti verranno individuati ed elaborati in co-progettazione con gli insegnanti stessi che decideranno di adottare il progetto.

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Gli interventi coprogettati volti a sensibilizzare i giovani verso i temi della solidarietà saranno di volta in volta articolati con gli insegnanti. **Per le tematiche della donazione del sangue il personale AVIS sarà a disposizione per concordare interventi di supporto nelle classi.**

Gli operatori sono disponibili ad intervenire nel corso di eventi o forum finali gestiti dall'Istituto.

METODOLOGIA

Gli interventi nelle classi verranno condotti con metodologia interattiva (brainstorming) e attraverso l'uso del Manuale "Orientare alla cittadinanza e alla solidarietà", realizzato da AVIS e destinato agli insegnanti, una fonte ricca non solo di informazioni ma vero e proprio repertorio di varie situazioni formative che può rappresentare un valido strumento didattico per la discussione e lo sviluppo di interessanti tematiche legate al termine "solidarietà". Su richiesta potrà essere utilizzato materiale informativo sulla donazione del sangue ed emocomponenti (opuscoli/videocassette, ecc.) da destinare agli studenti. Gli insegnanti che adotteranno il progetto nell'ambito della loro programmazione sono pregati di inviare la mail con la richiesta di adesione completa in tutte le sue parti a promozionesalute.prato@uslcentro.toscana.it e volere contattare la sede AVIS di Prato (Via S. Orsola 19/a - tel 0574 23793 - fax 0574 611039 - e.mail: prato.provinciale@avis.it) tutti i giorni dal lunedì al sabato dalle ore 8 alle ore 12 per concordare e programmare l'intervento di sensibilizzazione.

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute, Servizio Immunematologia e Medicina Trasfusionale
Volontari AVIS di Prato

REFERENTE

Maria Russo

AMBITO TERRITORIALE

Prato

Educazione al dono del sangue e del midollo osseo



Il dono nello zaino

PREMESSA

Il progetto, patrocinato dall'AICS (Associazione Italiana Cultura e Sport) e dall'Ufficio Scolastico Regionale della Toscana, opererà negli Istituti Scolastici Superiori e nelle Associazioni Sportive. Collegando la cultura della solidarietà e del rispetto di sé e degli altri al concetto di benessere, il progetto è finalizzato a promuovere la partecipazione attiva dei giovani alla vita sociale attraverso la donazione del sangue. L'intervento proporrà la donazione come modello di vita sana e monitorata, anche in relazione alle pratiche sportive pulite e leali. Partendo dal presupposto che la sensibilità giovanile può essere particolarmente recettiva se adeguatamente stimolata ai temi sociali e di responsabilità individuale, AVIS intende, con questo progetto, farsi promotrice della crescita individuale dei giovani, cercando di indirizzarli verso comportamenti solidali, di senso civico e condivisione della comunità.

DESTINATARI

Studenti della Scuola Secondaria di 2° grado.

OBIETTIVO GENERALE

Promuovere la cultura della solidarietà e la donazione volontaria

OBIETTIVI SPECIFICI

Diffondere corretti stili di vita.

Proporre la donazione come modello di vita sana e monitorata anche in relazione alle pratiche sportive pulite e leali.

Favorire la partecipazione attiva alla vita sociale attraverso la donazione del sangue.

Formare cittadini consapevoli del proprio ruolo nella tutela della salute propria e altrui, in quanto i criteri di selezione alla donazione richiedono l'esclusione di comportamenti a rischio e non corretti dal punto di vista della salute

CONTENUTI

In linea con quanto stabilito dal Piano Sanitario Nazionale in tema di promozione della salute, il progetto intende fornire ai giovani un'adeguata consapevolezza rispetto ai rischi di un'alimentazione scorretta, l'uso di droghe, il consumo eccessivo di alcolici e rapporti sessuali non protetti, oltre a fornire informazioni sulle metodiche della donazione nelle sue varie forme.

Il progetto proporrà la donazione come modello di vita sana e monitorata, anche in relazione alle pratiche sportive pulite e leali.

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Le varie fasi del percorso verranno definite e concordate con gli insegnanti delle scuole coinvolte.

Gli insegnanti che adotteranno il progetto nell'ambito della loro programmazione sono pregati di voler inviare la mail con la richiesta di adesione completa in tutte le sue parti a promozione salute.prato@uslcentro.toscana.it e voler contattare la sede AVIS di Prato (Via S. Orsola 19/a – tel. 0574 23793 - fax 0574 611039 - e.mail: prato.provinciale@avis.it) tutti i giorni dal lunedì al sabato dalle ore 8 alle ore 12 per concordare e programmare l'intervento di sensibilizzazione.

Gli operatori sono disponibili ad intervenire nel corso di eventi o forum finali gestiti dall'Istituto

METODOLOGIA

Sarà sviluppato un rapporto diretto tra AVIS e studenti attraverso i giovani volontari che svolgono servizio civile presso la sezione AVIS di Prato con il supporto dei volontari dell'associazione.

L'azione di sensibilizzazione sarà svolta quindi da ragazzi coetanei utilizzando la metodologia della Peer Education, attraverso il supporto dei volontari in servizio civile con i progetti AVIS "dono cum laude" e "10 e lode in solidarietà" al fine di proporre la partecipazione attiva alla vita sociale attraverso la donazione del sangue.

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute, Servizio Immunematologia e Medicina Trasfusionale
Giovani del Servizio Civile Volontari AVIS di Prato

REFERENTE

Delia Trotta

AMBITO TERRITORIALE

Prato

Educazione al dono del sangue e del midollo osseo



Essere sani... per chi?

PREMESSA

La salute, intesa come uno stato di benessere psicofisico, non può essere ritenuta una questione privata, un fatto di pertinenza puramente personale, ma è una condizione che, pur se soggettiva, riguarda l'intera collettività. Con questo progetto, FRATRES, collegando la cultura della solidarietà e del rispetto di sé e degli altri al concetto di benessere, vuole promuovere la partecipazione attiva alla vita sociale attraverso la donazione del sangue.

DESTINATARI

Studenti della Scuola Secondaria di 2° grado.

OBIETTIVO GENERALE

Promuovere la cultura della solidarietà e la donazione volontaria.

OBIETTIVI SPECIFICI

Educare alla salute e alla coscienza di sé per la sicurezza del sangue.

Favorire la partecipazione attiva alla vita sociale attraverso la donazione del sangue.

Formare cittadini consapevoli del proprio ruolo nella tutela della salute propria e altrui, in quanto i criteri di selezione alla donazione richiedono l'esclusione di comportamenti a rischio e non corretti dal punto di vista della salute.

CONTENUTI

Trasmettere il significato ed i valori della solidarietà.

Far conoscere la realtà associazionistica del volontariato e del dono.

Sensibilizzare a comportamenti di vita sani e rispettosi del proprio corpo.

Dare un'informazione mirata sulle malattie trasmissibili con il sangue e sulle misure di prevenzione.

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

L'intervento è articolato in un incontro della durata di due ore secondo le modalità concordate con gli insegnanti delle classi interessate.

Gli insegnanti che adotteranno il progetto nell'ambito della loro programmazione sono pregati di voler inviare la mail con la richiesta di adesione completa in tutte le sue parti a promozione salute.prato@uslcentro.toscana.it e di contattare la sede Gruppo donatori sangue FRATRES Prato (Via Galcianese, 17/1 - 59100 Prato - tel. 0574 609730 - fax 0574 609758 - cell. 366 4323527 - info@fratres.prato.it) tutti i giorni dal lunedì al venerdì orario 08.30-12.00 per concordare e programmare l'intervento di sensibilizzazione. Gli operatori sono disponibili ad intervenire nel corso di eventi o forum finali gestiti dall'Istituto

METODOLOGIA

Gli interventi nelle classi verranno condotti con metodologia interattiva, brainstorming condivisione e confronto. Verrà sviluppato un rapporto diretto tra FRATRES e studenti attraverso i giovani volontari e medici operanti presso le strutture dell'associazione di Prato.

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute, Servizio Immunematologia e Medicina Trasfusionale
Volontari FRATRES sezione di Prato

REFERENTE

Delia Trotta

AMBITO TERRITORIALE

Prato

La cultura del dono

Stili di vita salutari per un futuro da cittadini più consapevoli



PREMESSA

La Regione Toscana con delibera n. 1367 del 4/12/2017 ha inteso ribadire l'importanza di un percorso finalizzato allo sviluppo di una cultura solidale, promuovendo le progettualità delle Aziende sanitarie per favorire stili di vita sani, prevenire le malattie croniche e promuovere la cultura della donazione organi e tessuti.

Le varie tematiche affrontate nel progetto saranno pertanto trasversali e correlate a diverse materie curriculari (es. scienze, filosofia, diritto, ecc.) delle scuole aderenti oltre che finalizzate allo sviluppo delle competenze sociali e civiche per agire in modo autonomo, responsabile e nel rispetto dei diversi punti di vista. In relazione a questi aspetti sarà tenuto conto delle priorità individuate dalla scuola nell'ambito del RAV (Rapporto di Autovalutazione di Istituto) del piano di miglioramento e, qualora possibile, delle scuole polo di formazione.

Per la realizzazione del progetto è previsto un finanziamento come da delibera DGRT 1367/2017.

Per l'a.s. 2020/21 il progetto sarà integrato con incontri e attività a distanza in forma digitale.

DESTINATARI

Insegnanti delle Scuole Secondarie di 2° grado e Studenti delle classi IV, famiglie e comunità

OBIETTIVO GENERALE

Promuovere la diffusione della cultura della donazione organi e tessuti nella scuola e nella comunità.

OBIETTIVI SPECIFICI

Sensibilizzare alla cultura della donazione degli organi e dei tessuti, favorendo lo sviluppo di sentimenti di solidarietà

Promuovere sani stili di vita, potenziando la capacità di prendere decisioni coerenti per la propria salute e il proprio benessere

Trasmettere contenuti sui temi della donazione, compresi aspetti tecnici e legali

CONTENUTI

Promozione di sani stili di vita e scelte consapevoli (Life Skills)

Sensibilizzazione alla cultura del dono

Aspetti sanitari : corrette informazioni scientifiche

Aspetti legali: nozioni e chiarimenti sulla normativa vigente.

Informazioni su programma regionale e Servizi Istituzionali preposti

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Il progetto si divide in due incontri di 3 ore ciascuno:

1. incontro con gli insegnanti

2. coprogettazione ed elaborazione di un percorso condiviso per lo sviluppo di azioni con ricaduta sugli studenti e/o sul territorio

Su richiesta delle scuole sarà possibile concordare l'intervento dell'esperto

Tenendo conto della realtà organizzativa delle scuole in relazione dell'emergenza covid-19, gli incontri potranno svolgersi in forma digitale

METODOLOGIA

Life Skills education

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute e Organizzazione locale aziendale Toscana Trapianti (OTT)

REFERENTE

Sabrina Bonechi

AMBITO TERRITORIALE

Prato

Servizio civile: un'opportunità per i giovani di imparare facendo



Il Servizio Civile Nazionale e Regionale: come diventare volontario

PREMESSA

Chi sceglie di impegnarsi nel Servizio Civile volontario, sceglie di aggiungere un'esperienza qualificante al proprio bagaglio di conoscenze, spendibile nel corso della vita lavorativa; il servizio civile volontario ha per i giovani una forte valenza educativa e formativa, è una importante e spesso unica occasione di crescita personale, un'opportunità di educazione alla cittadinanza attiva

DESTINATARI

Studenti delle scuole secondarie di secondo grado, classi IV e V

OBIETTIVO GENERALE

Promuovere la cittadinanza attiva

OBIETTIVI SPECIFICI

Sensibilizzazione e coinvolgimento delle giovani generazioni nella difesa della Patria con mezzi non armati e non violenti, mediante servizi di utilità sociale. I giovani che hanno svolto il Servizio Civile presso questa Azienda sono stati infatti impegnati in progetti di accoglienza ed orientamento dell'utenza nei percorsi sanitari, di inclusione sociale per minori con disagio, di sanità solidale negli Istituti di Pena per adulti e minori, di comunicazione nelle biblioteche, di lavoro di rete nei Ser.D. (Servizi delle Dipendenze)

CONTENUTI

Il Servizio Civile Nazionale opera nel rispetto dei principi della solidarietà, della partecipazione, dell'inclusione e dell'utilità sociale nei servizi resi, anche a vantaggio di un potenziamento dell'occupazione giovanile

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Intervento in plenaria

Sportello informativo nelle scuole secondarie di II° grado nei mesi di marzo e di novembre attraverso la presenza di operatori e di giovani volontari impegnati in progetti di servizio civile compatibilmente alle disposizioni ministeriali vigenti.

Accesso concordato con i docenti nelle classi IV e V

Diffusione materiale informativo

METODOLOGIA

Informativa

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Ufficio Servizio Civile e Promozione della Salute

REFERENTE

Maria Russo

AMBITO TERRITORIALE

Ausl Toscana centro

Alimentazione e movimento

Istituti alberghieri ed agrari per la salute



Educare i giovani al ciclo della natura e al cibo sano

PREMESSA

Nel corso degli ultimi anni il progetto n. 3 PRP 2014-2019 " Istituti Alberghieri e Agrari per la salute" ha avuto una naturale evoluzione del percorso educativo che ha interessato anche gli istituti comprensivi. Gli studenti degli istituti alberghieri e agrari hanno coinvolto in qualità di peer educator/tutor un numero notevole di bambini/studenti, avvicinandoli al piacere di esplorare e scoprire i prodotti della natura, proponendo esperienze laboratoriali con un approccio multisensoriale.

Questa esperienza ha creato e rafforzato le reti fra scuole, famiglie e territorio ed ha contribuito a sviluppare abilità e competenze (cognitive, relazionali, emotive) nei ragazzi coinvolti, interpretando in maniera efficace lo spirito delle "Scuole che promuovono salute" e valorizzando le integrazioni fra le varie progettualità presentate nel catalogo e coerenti con la tematica.

La presente proposta educativa prevede un contributo economico agli Istituti Alberghieri e Agrari per la realizzazione delle attività. Il finanziamento è subordinato alla presentazione e validazione di una scheda progettuale.

Per l'a.s. 2020/21 il progetto sarà integrato con incontri e attività a distanza in forma digitale

DESTINATARI

Insegnanti e studenti degli Istituti Alberghieri e Agrari

OBIETTIVO GENERALE

Favorire la relazione tra salute, benessere e stili alimentari salutari

OBIETTIVI SPECIFICI

Promuovere consapevolezza in tema di sana alimentazione, sostenibilità ambientale, aspetti sociali ed etici della produzione, trasformazione e consumo del cibo

Favorire collaborazione fra Istituti Scolastici, Istituzioni e territorio per le azioni di progetto

Sviluppare negli studenti competenze cognitive, emotive e relazionali, allenando in particolare l'autostima e la comunicazione efficace

Promuovere gli orti scolastici che rappresentano un forte strumento educativo, capace di riconnettere i giovani con l'origine del cibo, attraverso un apprendimento esperienziale

Realizzare ricette salutari per l'alimentare il sito regionale "Pranzo sano fuori casa"

Realizzare laboratori didattico/esperienziali e sensoriali con il coinvolgimento degli Istituti Comprensivi e della comunità attraverso eventi di condivisione del lavoro svolto

CONTENUTI

Stili di vita: salute e benessere

Passato e futuro del cibo: produzione, trasformazione e consumo consapevole degli alimenti

Coltivazione e stagionalità, semina e cura delle piante

Funzione dei sensi nell'alimentazione

Conservazione dell'ambiente e lotta allo spreco

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Incontri in presenza o in forma digitale con insegnanti e studenti per concordare le azioni da compiere nei laboratori esperienziali, rivolti ai bambini della scuola dell'Infanzia, Primaria e Secondaria 1° grado.

PER GLI ISTITUTI ALBERGHERI: realizzazione ricette salutar e laboratori didattico/esperienziali nelle scuole infanzia Primaria e Secondaria 1° grado

PER GLI ISTITUTI AGRARI: realizzazione di laboratori didattico/esperienziali nelle scuole Infanzia e Primaria

Incontri di feedback in presenza o in forma digitale

Tenuto conto della realtà organizzativa delle scuole in relazione all'emergenza Covid-19, laddove non ci fosse la possibilità di trovarsi in presenza, è prevista la possibilità di effettuare i laboratori attraverso la visione di tutorial realizzati dagli studenti

METODOLOGIA

Interattiva (in presenza o in forma digitale), induttiva e laboratoriale

MATERIALI E STRUMENTI

Materie prime per la realizzazione dei laboratori

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute e Igiene degli Alimenti e Nutrizione

REFERENTE

Sabrina Bonechi, Maria Russo

AMBITO TERRITORIALE

Prato

La salute si impara



Alimentazione sana per uno stile di vita attivo nei bambini

PREMESSA

Le basi per una vita sana ed un adeguato rapporto con il cibo devono essere poste già durante gli anni della scuola primaria. Il progetto si propone di favorire fattori protettivi relativi all'alimentazione e al movimento.

In Italia il sistema di sorveglianza "Okkio alla salute" ci dice che all'età di 8-9 anni un bambino su tre è in eccesso ponderale, di questi il 9,3% sono obesi il 21,3% sono sovrappeso. Le cause? Cattive abitudini alimentari, scarsa attività fisica e comportamenti sedentari. Molti alunni non fanno un'adeguata prima colazione, alla ricreazione consumano quantità eccessive di alimenti ipercalorici e bevande zuccherate, mangiano poca frutta e verdura. Inoltre percentuali elevate di bambini non fanno sport, o attività fisica in quantità sufficiente e trascorrono più di 2 ore al giorno davanti alla Tv o videogiochi. Spesso le famiglie non hanno piena consapevolezza dell'importanza per la salute di tali comportamenti.

Dati internazionali dimostrano che il problema di sovrappeso e dell'obesità nei bambini è rilevante ed ha conseguenze immediate, perché compromettendone il suo benessere fisico e psicologico, inoltre rappresenta una condizione che frequentemente continua in età giovanile e adulta rappresentando un fattore di rischio per lo sviluppo futuro di molte malattie croniche tra le quali il diabete e le malattie cardio e cerebrovascolari.

Per l'a.s. 2020/21 il progetto sarà integrato con incontri e attività a distanza in forma digitale.

DESTINATARI

Insegnanti e famiglie Scuola Primaria

OBIETTIVO GENERALE

Migliorare le abitudini alimentari degli alunni, incrementare l'attività fisica, ridurre la sedentarietà.

OBIETTIVI SPECIFICI

Facilitare l'azione degli insegnanti per realizzare percorsi educativi sugli alimenti, sulla nutrizione, sulla sostenibilità ambientale della produzione di cibo.

Promuovere il consumo di frutta e verdura

Valorizzare il progetto "Pranzo sano a scuola" della Regione Toscana.

Valorizzare le ore curricolari di attività fisica

CONTENUTI

Dimensione culturale del cibo.

Il futuro del cibo: cibo sano e sostenibilità

Cibo e benessere

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

L'intervento si articola in 3 incontri di 2 ore ciascuno, tenendo conto della realtà organizzativa delle scuole in relazione all'emergenza Covid-19, saranno previsti webinar tematici con la possibilità di un confronto da svolgere in presenza o in forma digitale.

Realizzazione di percorsi educativi all'interno delle classi

Collaborazione con l'Istituto Alberghiero e Tecnico Agrario del territorio per la realizzazione di laboratori didattico/ esperienziali (vedi progetto "Istituto Alberghieri ed Agrari per la salute" del Piano Regionale della Prevenzione n°3)

Coinvolgimento delle famiglie: incontro in presenza o in forma digitale e distribuzione del materiale informativo

METODOLOGIA

Interattiva partecipativa

MATERIALI E STRUMENTI

Schede per giochi di movimento

Giochi didattici sui temi dell'alimentazione

Materiale informativo per i bambini e per le loro famiglie

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute, Area Funzionale Igiene Pubblica e della Nutrizione e Igiene degli Alimenti e della Nutrizione

REFERENTE

Sabrina Bonechi

AMBITO TERRITORIALE

Ausl Toscana centro

Cucinare senza fuochi



Mani in pasta: laboratorio esperienziale

PREMESSA

Questo percorso nasce dallo sviluppo del progetto "Istituti Alberghieri ed Agrari per la Salute" del Piano Regionale della Prevenzione n°3, che vede coinvolti gli studenti dell'Istituto F. Datini Alberghiero del territorio pratese, in qualità di peer educator/tutor. Recenti ricerche psico-pedagogiche hanno confermato che le abitudini e i gusti alimentari iniziano a formarsi sin dall'infanzia e si consolidano nella preadolescenza. E' per questo motivo che la scuola può diventare il luogo privilegiato per svolgere un'azione informativa su tali argomenti.

Questo laboratorio è stato pensato per sviluppare nei bambini la curiosità, la manualità e la creatività entrando in confidenza con il cibo attraverso i 5 sensi in modo pratico, spontaneo e divertente.

DESTINATARI

Alunni della Scuola Primaria e studenti della scuola Secondaria di 1° grado

Studenti della scuola Secondaria di 1° grado

OBIETTIVO GENERALE

Sviluppare abilità, quali: l'esplorazione, l'osservazione, la manipolazione, la capacità di prendere buone decisioni, la gestione delle emozioni, la capacità di avere buone relazioni (life skills).

Promuovere la conoscenza degli alimenti, la biodiversità e stili alimentari di altri Paesi

Promuovere la consapevolezza della sostenibilità ambientale e aumentare le competenze in tema di salute, in particolare alla sana alimentazione.

OBIETTIVI SPECIFICI

Avvicinare i bambini ai "prodotti" della natura attraverso un approccio plurisensoriale

Acquisire abilità pratiche, manuali, relazionali, sociali, cognitive.

Saper stare/lavorare con gli altri

Condividere spazi e materiali

Promuovere il consumo consapevole di cibo, per favorire l'adozione di abitudini sane e sostenibili

CONTENUTI

Il progetto intende promuovere un percorso didattico/esperienziale attraverso la manipolazione di alimenti e la trasformazione in piatti "appetitosi", stimolando i bambini al consumo di frutta e verdura per una corretta e sana alimentazione, mettendo "le mani in pasta", incoraggiandoli all'esecuzione di compiti precisi, confrontandosi con gli altri.

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

L'intervento si articola in 2 incontri:

1) Introduzione del laboratorio in presenza o in forma digitale

2) laboratorio didattico/esperienziale:

- presentazione e descrizione degli alimenti usati
- fase sensoriale: i bambini ad occhi chiusi toccheranno gli alimenti; ne sentiranno l'odore, la consistenza... e potranno condividere le loro sensazioni con i compagni
- elaborazione e preparazione della ricetta

Tenendo conto della realtà organizzativa delle scuole in relazione all'emergenza Covid-19, laddove non ci fosse la possibilità di trovarsi in presenza, è prevista la possibilità di effettuare i laboratori attraverso la visione di tutorial realizzati dagli studenti.

METODOLOGIA

Peer educator, esperienziale, confronto in circle time

MATERIALI E STRUMENTI

Da concordare nell'incontro preliminare: alimenti (frutta, verdure, farine...), utensili da cucina e recipienti.

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute Istituto F. Datini Alberghiero e Tecnico Agrario di Prato

REFERENTE

Sabrina Bonechi, Maria Russo

AMBITO TERRITORIALE

Prato

L'orto appeso (scuola dell'infanzia)



Storia di un seme... tocco, annuso, sento

PREMESSA

Questo percorso nasce dallo sviluppo del progetto "Istituti Alberghieri ed Agrari per la Salute" del Piano Regionale della Prevenzione n°3, che vede coinvolti gli studenti dell'Istituto F. Datini Tecnico Agrario del territorio pratese, in qualità di peer educator/tutor.

E' stato pensato per sensibilizzare i bambini della scuola dell'Infanzia alla biodiversità, favorire l'interazione di genere (in considerazione del contesto multietnico) e per promuovere la consapevolezza in tema di sana alimentazione, sostenibilità ambientale, oltre agli aspetti sociali ed etici della produzione, trasformazione e consumo del cibo.

L'attività manuale all'aperto, come la realizzazione di un orto scolastico rappresenta un'importante strumento educativo, capace di riconnettere i bambini con l'origine del cibo, conoscere i ritmi della natura, rispettarli e osservare che cosa succede attraverso l'esperienza diretta.

DESTINATARI

Bambini della Scuola dell'Infanzia

OBIETTIVO GENERALE

Promuovere la consapevolezza della sostenibilità ambientale e aumentare le competenze in tema di salute, in particolare alla sana alimentazione

Sviluppare abilità, quali: l'esplorazione, l'osservazione, la manipolazione, la capacità di prendere buone decisioni, la gestione delle emozioni, la capacità di avere buone relazioni (life skills),

OBIETTIVI SPECIFICI

Avvicinare i bambini ai "prodotti" della natura attraverso un approccio plurisensoriale

Conoscere la ciclicità della natura

Progettare e realizzare un "orto didattico"

Promuovere il consumo di frutta e verdura, elementi indispensabili per l'acquisizione di una corretta alimentazione

CONTENUTI

L'esperienza di "giardinaggio", e nello specifico l'attività di semina consente ai bambini di vivere un'esperienza unica e coinvolgente, legata al divenire e alla trasformazione delle cose viventi, dalla loro nascita alla loro crescita e, al tempo che passa, nella ciclicità del mondo vegetale.

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

L'intervento si articola in 2 incontri:

1) introduzione del laboratorio in presenza o in forma digitale tra insegnanti e peer educator/tutor

2) laboratorio didattico/esperienziale:

- presentazione e descrizione della nascita di una piantina attraverso la rappresentazione di una storia
- fase sensoriale: i bambini ad occhi chiusi toccheranno la terra, i semi, le piantine; ne sentiranno l'odore, la consistenza... e potranno condividere le loro sensazioni con i compagni
- semina e preparazione dei contenitori/vasini
- allestimento dell'orto appeso, all'esterno oppure all'interno della scuola

Tenendo conto della realtà organizzativa delle scuole in relazione all'emergenza Covid-19, laddove non ci fosse la possibilità di trovarsi in presenza, è prevista la possibilità di effettuare i laboratori attraverso la visione di tutorial realizzati dagli studenti.

METODOLOGIA

Peer educator, esperienziale, confronto in circle time

MATERIALI E STRUMENTI

Bottigliette di acqua usate o altro contenitore di riciclo

Rivestimento (ad es. un calzino) per ogni contenitore utilizzato

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute
Istituto F. Datini Alberghiero e Tecnico Agrario di Prato

REFERENTE

Sabrina Bonechi, Maria Russo

AMBITO TERRITORIALE

Prato

L'Orto-scolastico

"O"... come orto e "M"... cosa mangio



PREMESSA

Questo percorso nasce dallo sviluppo del progetto "Istituti Alberghieri ed Agrari per la Salute" del Piano Regionale della Prevenzione n°3, che vede coinvolti gli studenti dell'Istituto F. Datini Tecnico Agrario del territorio pratese, in qualità di peer educator/tutor. La progettazione e realizzazione di un orto scolastico, rappresenta uno strumento di educazione ecologica potente e multiforme capace condurre i bambini alle origini del cibo e della vita, imparando a conoscere ciò che mangiano producendolo da soli e rispettando le risorse del nostro pianeta, promuovendo benessere, cultura e socializzazione, fattori necessari nella formazione di comunità sostenibile.

DESTINATARI

Alunni delle Scuole Primarie che hanno aderito al progetto "La salute si impara"
Studenti della scuola Secondaria di 1° grado

OBIETTIVO GENERALE

Promuovere la consapevolezza della sostenibilità ambientale e aumentare le competenze in tema di salute, in particolare alla sana alimentazione.

Sviluppare abilità, quali: l'esplorazione, l'osservazione, la manipolazione, la capacità di prendere buone decisioni, la gestione delle emozioni, la capacità di avere buone relazioni (Life Skills),

OBIETTIVI SPECIFICI

Avvicinare i bambini ai "prodotti" della natura attraverso un approccio plurisensoriale

Conoscere la ciclicità della natura

Progettare e realizzare un "orto appeso"

Promuovere il senso di responsabilità attraverso l'accudimento dell'orto

Promuovere il consumo consapevole di cibo, per favorire l'adozione di abitudini sane e sostenibili

Educare alla cura e al rispetto dell'ambiente per favorire uno sviluppo sostenibile

CONTENUTI

Il progetto intende promuovere un percorso didattico/esperienziale attraverso la realizzazione di un piccolo orto nel giardino della scuola, con l'intento di favorire nei bambini un uso corretto delle risorse a disposizione e acquisire una maggiore consapevolezza su una sana e corretta alimentazione.

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

L'intervento si articola in 2 incontri, in classe e all'aperto:

ATTIVITÀ IN CLASSE: descrizione dei tempi e ritmi e fase sensoriale: i bambini ad occhi chiusi toccheranno la terra, i semi, le piantine; ne sentiranno l'odore, la consistenza... e potranno condividere le loro sensazioni con i compagni

ATTIVITÀ ALL'APERTO: i peer educator/tutor seguiranno i bambini nell'orto della scuola per trapiantare le piantine cresciute nei vasini.

I bambini assieme agli insegnanti seguiranno la crescita delle piantine fino alla sua completa maturazione e provvederanno alla raccolta

Tenendo conto della realtà organizzativa delle scuole in relazione all'emergenza Covid-19, laddove non ci fosse la possibilità di trovarsi in presenza, è prevista la possibilità di effettuare i laboratori attraverso la visione di tutorial realizzati dagli studenti.

METODOLOGIA

Peer educator

MATERIALI E STRUMENTI

Tutti i materiali necessari sono a cura dell'Istituto Agrario del Territorio aderente al progetto "Istituti Alberghieri ed Agrari per la Salute" del Piano Regionale della Prevenzione n°3

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute
Istituto F. Datini Alberghiero e Tecnico Agrario di Prato

REFERENTE

Sabrina Bonechi, Maria Russo

AMBITO TERRITORIALE

Prato

Stretching... che favola!



Favorire lo sviluppo psico-motorio nei bambini

PREMESSA

I ritmi e gli stili di vita familiari sono caratterizzati sempre più da sedentarietà e inattività fisica (utilizzo del computer, TV, playstation, mancanza di spazi e tempo per stare all'aperto ecc.), con ridotta possibilità di fare esperienza motoria. Risulta importante quindi promuovere, sin dall'infanzia, lo sviluppo di tali capacità. Queste attività non solo favoriscono un più armonico sviluppo psico-motorio ed emotivo ma contribuiscono ad acquisire un atteggiamento positivo nei confronti dell'attività motoria.

Per l'a.s. 2020/21 il progetto sarà integrato con incontri e attività a distanza in forma digitale.

DESTINATARI

Docenti della scuola dell'Infanzia

Alunni e famiglie della scuola dell'infanzia

OBIETTIVO GENERALE

Promuovere elementi di stretching sotto forma di gioco simbolici

OBIETTIVI SPECIFICI

Prevenire e ridurre la sedentarietà proponendo movimenti divertenti e allo stesso tempo educativi

Stimolare lo sviluppo dello schema motorio in età sensibile

Alfabetizzazione emozionale

CONTENUTI

Attraverso il gioco di imitazione dei personaggi di una favola, inventata appositamente e strutturata sulla base dei principi dello stretching, viene offerta al bambino l'opportunità di scoprire il piacere del gioco di movimento nei momenti di vita scolastica e a casa. Lo stretching abbinato alla favola agisce da stimolo allo sviluppo del pensiero simbolico e del sé corporeo, principali mediatori delle relazioni tra il mondo interno e quello esterno del bambino..

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Le azioni del progetto saranno costruite e concordate ad hoc tenendo conto della realtà organizzativa di ciascuna scuola in relazione all'emergenza Covid.

Il programma prevede l'organizzazione di un incontro di formazione teorica-pratica tenuto in una sede scolastica. Dopo la formazione gli insegnanti programmeranno le esperienze motorie acquisite con i bambini delle proprie classi. Sarà divulgato materiale illustrativo con le posture dei movimenti corretti da svolgere e da effettuare in base al racconto della favola scelta o ideata.

È previsto un incontro informativo con le famiglie per una sensibilizzazione delle attività di stretching orientate all'acquisizione di una maggiore consapevolezza del proprio corpo e dei propri stati emotivi. Sarà trasmesso materiale illustrativo alle famiglie e agli insegnanti con la rappresentazione dei movimenti e delle posture corrette da svolgere in base al racconto della favola scelta o ideata

METODOLOGIA

Intervento teorico-pratico basato sui principi della Mindfulness da svolgere in presenza o in forma digitale

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute, Riabilitazione Funzionale VDN, Medicina dello Sport

REFERENTE

Delia Trotta

AMBITO TERRITORIALE

Prato

Stretching in classe



Favorire l'attività fisica e una corretta postura nei bambini

PREMESSA

Nella prospettiva di favorire un cambiamento culturale a sostegno della promozione della salute incentivando nei bambini il movimento anche in ambito scolastico, il progetto è orientato a promuovere momenti di attività motoria non strettamente legata alla pratica sportiva; esistono infatti altre forme di movimento (esercizi anche semplici) che praticati quotidianamente incidono positivamente su alcuni aspetti della salute (scorrette posture, paramorfismi, sindromi algiche, sedentarietà ecc.).

La finalità del progetto è quella di contrastare gli effetti della sedentarietà e vuole trasmettere un forte messaggio teso a favorire il movimento. In particolare l'attività di stretching punta a ridurre i problemi dovuti ad una prolungata posizione, spesso scorretta, tenuta dai bambini sui banchi di scuola.

I benefici dello stretching non si limitano all'aspetto fisico; questa pratica agisce infatti anche sul benessere psichico del soggetto. La riduzione della tensione muscolare favorisce il rilassamento, stimola la concentrazione e riattiva l'attenzione.

Lo stretching si può considerare nel complesso un'attività utile allo sviluppo della consapevolezza del sé corporeo ed emotivo. Per l'a.s. 2020/21 il progetto sarà integrato con incontri e attività a distanza in forma digitale.

DESTINATARI

Insegnanti, alunni e famiglie delle scuole primarie. Sarà data priorità agli insegnanti della classe 3[^].

OBIETTIVO GENERALE

Incoraggiare il movimento come stile di vita sano attraverso il coinvolgimento diretto dei ragazzi da parte dei docenti di qualsiasi disciplina

OBIETTIVI SPECIFICI

Applicazione quotidiana degli esercizi di stretching in classe al di fuori delle lezioni di educazione fisica

Prevenire difetti posturali da eccessiva sedentarietà

Stimolare lo sviluppo della consapevolezza del sé corporeo ed emotivo

CONTENUTI

Proposta di alcuni esercizi da svolgere in classe, mirati alla riduzione dei problemi dovuti a una scorretta posizione sui banchi.

Percorso educativo finalizzato a favorire la consapevolezza sulle abilità personali e competenze sociali (life skills)

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Le azioni del progetto saranno costruite e concordate ad hoc tenendo conto della realtà organizzativa di ciascuna scuola in relazione all'emergenza Covid.

È previsto un incontro formativo rivolto ai docenti della durata di 3 ore, inerente le tecniche dello stretching, articolato in una parte teorica e una parte pratica. Sarà dato ampio spazio ad esercitazioni finalizzate all'ascolto di sé sul piano corporeo, emotivo, cognitivo e relazionale.

Successivamente gli esercizi di stretching verranno realizzati nelle classi da parte degli insegnanti formati i quali potranno avvalersi anche di musiche rilassanti.

Con il tempo saranno i bambini che si alterneranno nel ruolo di peer educator per proporre gli esercizi ormai acquisiti ai compagni di classe.

METODOLOGIA

Intervento teorico-pratico basato sui principi della Mindfulness da svolgere in presenza o in forma digitale

MATERIALI E STRUMENTI

Poster illustrativo sull'esecuzione corretta degli esercizi di stretching da affiggere in ogni classe; opuscolo informativo per le famiglie.

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale. Questionario online

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute, Riabilitazione Funzionale P.O. di Pescia, Medicina dello Sport

REFERENTE

Delia Trotta

AMBITO TERRITORIALE

Prato

