

PROMOZIONE DELLA SALUTE A SCUOLA

ATS Insubria

Nel panorama nazionale ed internazionale, le attività di prevenzione in ambito scolastico basati sul potenziamento delle Life Skill, rappresentano uno degli approcci innovativi più efficaci per quanto riguarda l'intervento con gli studenti, in quanto la prevenzione fondata sull'informazione è necessaria ma non sufficiente a modificare gli atteggiamenti e i comportamenti.

Sistema Socio Sanitario



Regione
Lombardia

ATS Insubria

PROMOZIONE DELLA SALUTE A SCUOLA

Indice dei contenuti

Rete delle Scuole che promuovono salute

Introduzione _____ 3

LIFE SKILLS TRAINING

Primaria, classi terze, quarte e quinte _____ 5

Secondaria di 1° grado _____ 7

UNPLUGGED

Secondaria di 2° grado, classi prime _____ 9

PEER EDUCATION

Secondaria di 2° grado _____ 11

Rete delle Scuole che promuovono salute

Tutte le scuole di ogni ordine e grado

DESCRIZIONE

La Rete di scopo "Scuole che Promuovono Salute - Lombardia" nasce e si sviluppa all'interno di una forte collaborazione tra sistema scolastico e sistema sanitario, ed è riconosciuta come uno degli approcci più efficaci a livello internazionale per la promozione della salute a scuola. È costituita da scuole che condividono e adottano il "Modello lombardo di Scuola che Promuove Salute" e si pone come interlocutore significativo per tutte le politiche che impattano sulla salute e sul benessere dell'intera comunità scolastica: politiche per una sana alimentazione, per uno stile di vita attivo, per il contrasto alle diverse forme di dipendenza, per lo sviluppo di competenze di vita - life skills - che abilitano e proteggono ciascuno studente.

OBIETTIVI SPECIFICI

SCUOLA

- Integrare la promozione della salute nella mission formativa della scuola, non come contenuto tematico, ma come processo che influenza il successo formativo e il benessere degli studenti. Al seguente link è possibile consultare un documento che funge da guida per orientare gli Istituti a promuovere salute ponendo l'attenzione su alcune variabili dell'Offerta Formativa

[scuolapromuovesalute.it/ Piano offerta Formativa](https://scuolapromuovesalute.it/Piano_offerta_Formativa)

- Assumere la titolarità nel governo dei processi di salute che si determinano nel proprio contesto

- Operare nei quattro ambiti di intervento strategici:

1. Sviluppare le competenze individuali
2. Qualificare l'ambiente sociale
3. Migliorare l'ambiente strutturale e organizzativo
4. Rafforzare la collaborazione comunitaria

Rete delle Scuole che promuovono salute

AZIONI PREVISTE

La scuola che Promuove Salute agisce su due livelli:

- A) Come singola scuola
- B) Come scuola nel sistema

A) Ciascuna scuola per aderire al modello della Scuola che Promuove Salute segue un processo articolato, declinato in 5 fasi:

1. Avviare il processo
2. Valutare la situazione di partenza
3. Pianificare le azioni (programmazione scolastica orientata alla promozione della salute; implementazione di buone pratiche, programmi evidence-based e policy scolastiche)
4. Passare all'azione
5. Monitoraggio e valutazione

B) Il livello di sistema riguarda la programmazione delle strategie di promozione della salute nel contesto scolastico, un lavoro di rete tra scuole e una partnership con il sistema sociosanitario.

COME ADERIRE

Tutte le scuole possono partecipare alla Rete, l'adesione è gratuita e può avvenire in qualsiasi momento dell'anno, attraverso la compilazione di uno specifico modulo reperibile all'indirizzo: www.scuolapromuovesalute.it

INFORMAZIONI E MODALITA' DI ADESIONE

Per maggiori informazioni e per aderire al programma inviare una mail a: promosalutevarese@ats-insubria.it - promosalutecomo@ats-insubria.it

PROMOZIONE DELLA
SALUTE A SCUOLA

LIFESKILLS TRAINING

Primaria

ATS Insubria

Nel panorama nazionale ed internazionale, le attività di prevenzione in ambito scolastico basati sul potenziamento delle Life Skill, rappresentano uno degli approcci innovativi più efficaci per quanto riguarda l'intervento con gli studenti, in quanto la prevenzione fondata sull'informazione è necessaria ma non sufficiente a modificare gli atteggiamenti e i comportamenti.

Sistema Socio Sanitario



Regione
Lombardia

ATS Insubria

LIFE SKILLS TRAINING

Primaria, classi terze, quarte e quinte

DESCRIZIONE

Il *LifeSkills Training* è un programma evidence-based fondato sul potenziamento delle abilità di vita individuate dall'OMS come importanti fattori protettivi per favorire il benessere e la crescita armonica delle bambine e dei bambini. Il percorso triennale - che coinvolge gli insegnanti, gli alunni/e e le loro famiglie - ha una ricaduta positiva sulla didattica perché permette di costruire relazioni positive tra allieve, allievi e insegnanti, migliorare la collaborazione ed acquisire strategie efficaci per l'apprendimento. Può essere collegato al programma di Educazione Civica e all'apprendimento delle competenze chiave europee.

OBIETTIVI SPECIFICI

BAMBINI/E

Potenziare le seguenti competenze sociali e relazionali che permettono ai bambini/e di affrontare in modo efficace le esigenze della vita quotidiana rapportandosi con fiducia a sé stessi, agli altri e alla comunità:

- comunicazione efficace
- relazioni
- autoconsapevolezza
- empatia
- gestione delle emozioni
- gestione dell'ansia
- pensiero critico
- pensiero creativo
- soluzione dei problemi
- capacità di prendere decisioni

INSEGNANTI

Approfondire la conoscenza delle life skills e del ruolo che gli insegnanti hanno di moltiplicatori dell'azione preventiva

GENITORI

Condividere il percorso e rinforzare le abilità delle bambine e dei bambini

SCUOLA

Disporre strumenti di intervento validati coerenti con i principi ispiratori della Rete di Scuole che Promuovono Salute (SPS).

AZIONI PREVISTE

Il programma è condotto da insegnanti che hanno seguito una formazione specifica e si articola in 8 unità didattiche, di circa tre ore ciascuna, che si sviluppano nell'arco di un anno scolastico. I temi trattati in terza saranno ripresi nei due successivi anni scolastici in un'ottica di rafforzamento delle abilità e delle competenze. I corsi di formazione e i materiali forniti sono gratuiti per le scuole che intendono aderire al programma.

INFORMAZIONI E MODALITA' DI ADESIONE

Per maggiori informazioni e per aderire al programma inviare una mail a:
promosalutevarese@ats-insubria.it - promosalutecomo@ats-insubria.it

PROMOZIONE DELLA
SALUTE A SCUOLA

LIFESKILLS TRAINING

Secondaria di 1° grado

ATS Insubria

Nel panorama nazionale ed internazionale, le attività di prevenzione in ambito scolastico basati sul potenziamento delle Life Skill, rappresentano uno degli approcci innovativi più efficaci per quanto riguarda l'intervento con gli studenti, in quanto la prevenzione fondata sull'informazione è necessaria ma non sufficiente a modificare gli atteggiamenti e i comportamenti.

Sistema Socio Sanitario



Regione
Lombardia

ATS Insubria

LIFE SKILLS TRAINING

Secondaria di 1° grado

DESCRIZIONE

Il *LifeSkills Training* è un programma educativo-promozionale la cui efficacia è stata validata scientificamente che si focalizza sulle capacità di resistenza all'adozione di comportamenti a rischio all'interno di un modello più generale di incremento delle abilità personali e sociali. Mira ad aumentare nei soggetti le capacità di gestione delle sfide quotidiane e a favorire un maggior senso di controllo personale e di resistenza alle pressioni sociali. Persegue così l'obiettivo di prevenire un'ampia serie di comportamenti a rischio tra cui uso di alcol, tabacco, droghe e comportamenti violenti. Può essere collegato al programma di Educazione Civica e all'apprendimento delle competenze chiave europee.

OBIETTIVI SPECIFICI

STUDENTI/STUDENTESSE

Potenziare le seguenti competenze sociali e relazionali che permettono di affrontare in modo efficace le esigenze della vita quotidiana rapportandosi con fiducia a sé stessi, agli altri e alla comunità:

- comunicazione efficace
- abilità sociali
- autoconsapevolezza
- empatia
- gestione di emozioni e stress
- autoefficacia
- efficacia collettiva
- pensiero critico
- pensiero creativo
- soluzione dei problemi
- capacità di prendere decisioni

INSEGNANTI

- Approfondire la conoscenza delle life skills e il loro ruolo, come docenti, di moltiplicatori dell'azione preventiva
- Rinforzare le competenze formative ed educative in particolare per quanto riguarda la gestione dei gruppi e la comunicazione efficace, utili alla promozione della salute e alla prevenzione

SCUOLA

Disporre strumenti di intervento validati e coerenti con i principi ispiratori della Rete di Scuole che Promuovono Salute (SPS).

AZIONI PREVISTE

Il programma è implementato dagli insegnanti, che hanno seguito una formazione specifica. Si articola in 15 unità didattiche al primo anno, 10 unità al secondo, 9 unità al terzo. I temi trattati in prima saranno ripresi nei due anni scolastici successivi in un'ottica di rafforzamento delle abilità e delle competenze. I corsi di formazione per gli insegnanti e i materiali forniti sono gratuiti per le scuole che intendono aderire al programma.

INFORMAZIONI E MODALITA' DI ADESIONE

Per maggiori informazioni e per aderire al programma inviare una mail a:
promosalutevarese@ats-insubria.it - promosalutecomo@ats-insubria.it

PROMOZIONE DELLA
SALUTE A SCUOLA

UNPLUGGED

Secondaria di 2° grado

ATS Insubria

Nel panorama nazionale ed internazionale, le attività di prevenzione in ambito scolastico basati sul potenziamento delle Life Skill, rappresentano uno degli approcci innovativi più efficaci per quanto riguarda l'intervento con gli studenti, in quanto la prevenzione fondata sull'informazione è necessaria ma non sufficiente a modificare gli atteggiamenti e i comportamenti.

Sistema Socio Sanitario



Regione
Lombardia

ATS Insubria

UNPLUGGED

Secondaria di di 2° grado, classi prime

DESCRIZIONE

Unplugged è un programma educativo-promozionale la cui efficacia è stata validata scientificamente che mira ad aumentare le capacità di gestione delle sfide quotidiane e favorisce un maggior senso di controllo personale. Il programma interviene sui diversi fattori implicati nell'uso e abuso di sostanze, sia relativamente alle influenze esterne - ambiente, media, pari, ecc. - sia a fattori psicologici interni - ansia sociale, bassa autostima, propensione a ricercare emozioni forti, ecc.

OBIETTIVI SPECIFICI

STUDENTI/STUDENTESSE

- Accrescere il bagaglio di risorse personali e potenziare le seguenti abilità interpersonali (life skills) in quanto fondamentali fattori protettivi del consumo di sostanze:

- comunicazione efficace
- abilità sociali
- autoconsapevolezza
- empatia
- gestione di emozioni e stress
- autoefficacia
- efficacia collettiva
- pensiero critico
- pensiero creativo
- soluzione dei problemi
- capacità di prendere decisioni

- Modificare le errate convinzioni sulla diffusione e l'accettazione di comportamenti a rischio.

- Migliorare le conoscenze sui rischi dell'uso di tabacco, alcol e sostanze psicoattive

- Sviluppare un atteggiamento non favorevole alle sostanze

INSEGNANTI

- Rinforzare le competenze formative ed educative nell'ambito della gestione dei gruppi e la comunicazione efficace, utili alla promozione della salute e alla prevenzione
- Approfondire la conoscenza del modello dell'influenza sociale, delle life skills e il loro ruolo nella prevenzione scolastica del uso di sostanze

SCUOLA

Disporre strumenti di intervento validati e coerenti con i principi ispiratori della Rete di Scuole che Promuovono Salute (SPS).

AZIONI PREVISTE

Il programma utilizza metodologie interattive ed è condotto da insegnanti che hanno seguito una formazione specifica. Si articola in 12 unità didattiche, di circa un'ora ciascuna, che si sviluppano nell'arco di un anno scolastico. I corsi di formazione e i materiali forniti sono gratuiti per le scuole che intendono aderire al programma.

INFORMAZIONI E MODALITA' DI ADESIONE

Per maggiori informazioni e per aderire al programma inviare una mail a:
promosalutevarese@ats-insubria.it - promosalutecomo@ats-insubria.it

PROMOZIONE DELLA
SALUTE A SCUOLA

PEER EDUCATION

Secondaria di 2° grado

ATS Insubria

Nel panorama nazionale ed internazionale, le attività di prevenzione in ambito scolastico basati sul potenziamento delle Life Skill, rappresentano uno degli approcci innovativi più efficaci per quanto riguarda l'intervento con gli studenti, in quanto la prevenzione fondata sull'informazione è necessaria ma non sufficiente a modificare gli atteggiamenti e i comportamenti.

Sistema Socio Sanitario



Regione
Lombardia

ATS Insubria

PEER EDUCATION

Secondaria di 2° grado

DESCRIZIONE

La Peer education è una metodologia educativa che rappresenta uno dei più significativi modelli di lavoro con e per gli adolescenti. Considera tutti gli studenti come risorse della comunità e coinvolge attivamente dei piccoli gruppi di ragazzi/e sui temi della promozione della salute.

L'idea è che i ragazzi, rispetto ai professionisti, siano nella posizione migliore per incoraggiare un comportamento sano l'uno con l'altro, tra persone "pari" cioè che condividono background sociali o esperienza di vita simili.

OBIETTIVI SPECIFICI

STUDENTI

- Favorire lo sviluppo e il potenziamento delle competenze personali e sociali: le abilità comunicative, l'empatia, l'assertività, la fiducia in sé stessi, la capacità di lavorare in gruppo
- Stimolare il protagonismo giovanile attraverso la costituzione e formazione di un gruppo di educatori tra pari
- Progettare e realizzare azioni di informazione e sensibilizzazione che promuovano corretti stili di vita rivolti agli studenti della scuola

DOCENTI

Sostenere la partecipazione dei propri alunni al programma di Peer education: aumentare la qualità della vita comunitaria attraverso un approccio partecipativo di insegnamento e di apprendimento

SCUOLA

Disporre strumenti di intervento validati e coerenti con i principi ispiratori della Rete di Scuole che Promuovono Salute (SPS).

AZIONI PREVISTE

Il programma coinvolge un gruppo di educatori tra pari (max 15/18 studenti) selezionato tra i ragazzi che frequentano le classi III delle Scuole Secondarie di secondo grado. I peer educator, dopo un percorso di formazione, diventeranno protagonisti della realizzazione di azioni di sensibilizzazione sui comportamenti salutari rivolti agli altri studenti della scuola.

INFORMAZIONI E MODALITA' DI ADESIONE

Per maggiori informazioni e per aderire al programma inviare una mail a:
promosalutevarese@ats-insubria.it - promosalutecomo@ats-insubria.it