



**SCUOLA PRIMARIA**  
**PROGRAMMA delle ATTIVITA' di PROMOZIONE**  
**alla SALUTE e al BENESSERE dell'ASL VC**  
**A.S. 2020/21**



# Premessa

*Compito della Promozione alla salute*  
“...è dare potere alle persone affinché possano controllare la propria salute”  
(Carta di Ottawa, 1984)

In questo lungo periodo di emergenza sanitaria stiamo vivendo tutti una situazione sconosciuta, incerta e difficile che può diventare, peraltro, impulso per scoprire nuove risorse. La ripresa della scuola, necessaria e invocata da più parti, come tassello indispensabile per la salute dei minori è costellata da sentimenti contrastanti: la ripresa di una "certa" normalità verso il timore di una ripresa dei contagi tale da portare ad un nuovo lockdown. Questo Anno Scolastico si delinea atipico e segnato pesantemente dall'incertezza, dalla difficoltà di prevedere se gli studenti potranno stare a scuola o se si dovrà far ricorso ancora alla didattica a distanza. Le Scuole sono fortemente ingaggiate nella necessità di far rispettare le regole di distanziamento fisico e di uso dei dispositivi di protezione individuali. In questo panorama i bambini e i ragazzi comunque crescono, fanno esperienza del mondo, affrontano le loro tematiche di sviluppo fase specifiche, costruiscono i cittadini che saranno.

Le attività di prevenzione e promozione della salute per l'A.S. 2020/21 che l'ASL VC, in collaborazione con l'Ufficio Scolastico Territoriale di Vercelli, propone a docenti e studenti tiene conto della situazione d'emergenza prevedendo quando possibile l'utilizzo del web con collegamenti in remoto. Dopo il monitoraggio sull'analisi dei bisogni che abbiamo realizzato nel mese di luglio per avere elementi orientativi per la stesura del catalogo, sono state inserite attività specifiche per la fascia di età 10/15 anni utili a dare espressione ed ascolto ai vissuti, alle ansie e alle storie legate a questo periodo particolare.

Anche per questo anno scolastico si è scelto di diversificare i cataloghi, raggruppando le attività proposte ad ogni ordine di scuola in un programma dedicato. **In ogni catalogo saranno presenti progetti che prevedono una parte formativa rivolta agli insegnanti organizzata quali unità formative (teoria, sperimentazione, verifica) delle durata di 25 ore.**

Per la Scuola Primaria a fianco delle attività già presenti è stata inserita una importante iniziativa, progetto del Centro Controllo Malattie, **"Rete senza fili: salute e disturbi da dipendenza da Internet" per l'uso consapevole delle tecnologie medial, rivolto alle classi quinte.** Viene riproposto il progetto **"Prevenzione...perchè la conoscenza supera la paura"** inerente la sensibilizzazione e gestione di alcuni eventi critici quali inalazione di corpo estraneo, crisi convulsiva, anafilassi ed attacco asmatico acuto. Inoltre è presente **un'attività formativa "La Rete SHE: scuole che promuovono salute"** rivolta a tutto il mondo della scuola poichè si vuole coinvolgere gli insegnanti in processi formativi allo scopo di diffondere un **approccio di promozione della salute globale** e non solo tematico. Ultima novità **"So.stare nell'incertezza"** per favorire la riflessione e l'espressione delle emozioni collegate al periodo Covid attraverso **la parola scritta, che sia favola, poesia o canzone.** Iniziativa trasversale a tutte le età, docenti compresi.



*La Referente per la Promozione alla Salute*

*Dr.ssa Raffaella Scaccioni*

## ➤ Indicazioni Operative

Il presente documento illustra in modo dettagliato le proposte in tema di promozione ed educazione alla salute dell'ASL VC per l'anno scolastico 2020/21 rivolte alla Scuola per l'Infanzia.

Molti progetti sono stati già condivisi e sperimentati con le Scuole, raccogliendo esiti positivi ed interesse; altri vengono proposti per la prima volta.

Le proposte presentate tendono a sviluppare e consolidare la strategia di dare centralità all'interdisciplinarietà delle reti tra scuole ed altri attori del territorio nel gestire gli interventi scelti.

Si raccomanda di seguire le seguenti indicazioni:

1 - per aderire ai progetti compilare la scheda di adesione allegata ed inviare via e-mail a [raffaella.scaccioni@aslvc.piemonte.it](mailto:raffaella.scaccioni@aslvc.piemonte.it) **entro il 31 ottobre 2020**. Successivamente il responsabile di progetto contatterà via mail i referenti indicati dalla scuola nel modulo di adesione e li inviterà ad una riunione per organizzare l'attività e calendarizzare incontri e interventi.

2 - le Scuole possono aderire ai progetti proposti da attuare nell'anno scolastico 2020/21 oppure formulare richieste per una progettazione condivisa da attuare nel successivo anno scolastico,

3 - per informazioni e richieste di collaborazione contattare Dott.ssa Raffaella Scaccioni

telefono: 0161/593676– 328/1503562

e-mail: [raffaella.scaccioni@aslvc.piemonte.it](mailto:raffaella.scaccioni@aslvc.piemonte.it)

**N.B.** deve essere compilata **una scheda per ciascun progetto** a cui la Scuola intende dare la propria adesione.

Il documento è scaricabile in formato pdf  
sul sito dell' ASLVC  
[www.aslvc.it](http://www.aslvc.it)

**Referente Aziendale per la Promozione della Salute (REPES)**

**Raffaella Scaccioni**

**Indirizzo: Piastra Polifunzionale, Via Largo Giusti n.13 – 13100  
VERCELLI (VC)**

**Recapiti telefonici: uff. 0161/593676 cell: 3281503562**

**e-mail: [raffaella.scaccioni@aslvc.piemonte.it](mailto:raffaella.scaccioni@aslvc.piemonte.it)**

## **Collaborano alla realizzazione dei progetti i seguenti Servizi dell'ASL VC**

- **S.C. SIAN**
- **S.C. Pediatria**
- **S.C. Neuropsichiatria Infantile**
- **Osservatorio Epidemiologico**
- **Ser.D**
- **S.C. Psicologia**
- **S.C. Psichiatria**
- **Re.PES**

**Redazione a cura di**

**Raffaella Scaccioni, Paola Gariboldi, Alessandro Coppo**

## **Lanciamo una goccia di latte**

**Premessa** –Il progetto si prefigge di sensibilizzare i ragazzi sulla tematica dell'allattamento materno e dell'alimentazione del neonato, con particolare attenzione alle modalità di accudimento fisiologiche. Essendo l'allattamento materno e la modalità di accudimento un comportamento appreso in comunità ed essendo la nostra cultura fortemente intrisa di messaggi a favore dell'utilizzo come norma del latte formulato per l'alimentazione del bambino diventa importante fare cultura fin da ragazzi sulle modalità di allattamento e accudimento specifiche per il benessere della nostra specie.

**Destinatari** – Studenti della scuola dell'infanzia, della scuola Primaria e Secondaria di 1° grado.

**Obiettivo generale** –Promuovere la cultura dell'allattamento materno e dell'accudimento essendo la cultura contemporanea fortemente sbilanciata verso l'utilizzo e la promozione commerciale del latte in polvere.

### **Obiettivi specifici**

- Aumentare le conoscenze in relazione ai vantaggi dell'allattamento materno per mamma, bambino e ambiente;
- Dare indicazioni comportamentali sulle modalità di alimentazione e di accudimento di un neonato;
- Fornire ai ragazzi strumenti per sostenere e promuovere l'allattamento al seno nella nostra società.

**Ricadute per i bambini** – Aumento della sensibilità verso l'allattamento al seno una volta adulti.

**Ricadute per gli insegnanti** –Aumento delle conoscenze circa il valore dell'allattamento al seno in ambito preventivo.

### **Metodologia di lavoro**

- Incontro di presentazione del progetto negli Istituti Comprensivi interessati in modo da spiegare le finalità del progetto agli insegnanti, che si potrà svolgere anche in remoto.
- Incontri informativi di un'ora per ogni classe aderente (con gli studenti).

**Valutazione**– Produzione di materiale da utilizzare nell'ambito della Settimana Mondiale per l'Allattamento 2021.

**Impegno di lavoro** –Un incontro di un'ora per gli insegnanti in ogni Istituto Comprensivo interessato, che potrebbe svolgersi anche in remoto. Un' ora di intervento in classe con gli esperti. Composizione di un piccolo clip video da presentare in occasione della Settimana Mondiale per l'Allattamento 2021.

**Criteri di realizzazione** –L'intervento è realizzabile in 10 classi e si svolgerà se le regole per contrastare la pandemia Covid-19 attuali nel momento della sua organizzazione permetteranno l'incontro dell'esperto con i gruppi classe.

**Responsabile** – Dott.ssa Elena Uga, S.C. Pediatria

## **-Scuola Primaria-**

**Prevenzione..... perchè la  
conoscenza supera la paura!**

**Premessa**—La Regione Piemonte ha stipulato un protocollo d'intesa con l'Ufficio Scolastico Regionale per il diritto allo studio degli alunni affetti da patologie croniche che comportino bisogni speciali di salute in orario scolastico (DGR 50/7641 del 2014 recante le norme e le istruzioni per favorire la formazione degli operatori scolastici e le modalità di attivazione del programma di intervento). Questo progetto intende mettere in atto tali indicazioni con una proposta informativa generale che sarà seguita da una formazione specifica in piccoli gruppi. Saranno presi in considerazione alcuni eventi critici che si possono verificare in ambito scolastico puntando sulla sensibilizzazione degli insegnanti riguardo alla potenziale gravità di tali situazioni e l'educazione su come gestirle in attesa dei soccorsi.

L'inalazione accidentale di corpo estraneo (oggetti inorganici, soprattutto parti in plastica e metallo, monete e giocattoli, cibo...) costituisce situazione di potenziale pericolo per la salute dei bambini. La diffusione della conoscenza delle manovre di disostruzione pediatrica tra gli operatori scolastici è un'importante opportunità preventiva ed operativa.

In ambito allergologico esistono situazioni quali l'anafilassi e l'attacco asmatico acuto nelle quali l'intervento farmacologico tempestivo può essere salvavita, senza che la somministrazione dei farmaci secondo le modalità adeguate comporti particolari rischi, né richieda competenze specifiche.

La possibilità da parte del personale scolastico di intervenire prontamente per interrompere una crisi convulsiva è un fattore determinante per il benessere e la sicurezza dei bambini con questo problema di salute a scuola.

Il progetto si sviluppa di due fasi:

- 1) organizzazione di 2 eventi informativi (Vercelli e Valsesia) sulle modalità di prevenzione ed intervento in caso di ostruzione delle vie aeree, somministrazione di farmaci in caso di crisi convulsive e shock anafilattico.

- 2) addestramento pratico in piccolo gruppo (20 partecipanti) all'uso delle tecniche esposte durante la parte informativa. Le adesioni alle esercitazioni verranno raccolte nel corso dei due eventi informativi e verrà stilato un calendario.

**A causa della pandemia in atto gli eventi informativi saranno sostituiti dall'invio di materiale informativo (slides) ai docenti iscritti. L'addestramento pratico sarà sostituito da videoconferenze in piccoli gruppi in cui saranno spiegate, anche attraverso l'uso di video, le manovre necessarie a seconda della situazione problematica.**

### **Destinatari-**

- **Intermedi:** insegnanti e collaboratori scolastici di Nidi, Scuole dell'infanzia e Primarie.
- **Finali:** alunni della Scuola dell'Infanzia e Primaria

**Obiettivo generale-** Promozione della salute in età scolare attraverso la prevenzione in caso di: inalazione di corpo estranei, crisi convulsiva, anafilassi ed attacco asmatico acuto.

### **Obiettivi specifici-**

- informare gli operatori scolastici sulle modalità di prevenzione ed intervento in caso di ostruzione delle vie aeree, sulla somministrazione di farmaci in caso di crisi convulsive e shock anafilattico;
- formare gli operatori scolastici all'utilizzo delle manovre di disostruzione pediatrica, alla gestione di crisi convulsive e shock anafilattico.

**Ricadute per i bambini** -Diminuzione dei casi di ostruzione delle vie aeree e diminuzione delle conseguenze infauste di eventi rischiosi dell'infanzia attraverso una corretta azione immediata.

**Ricadute per gli insegnanti** -Aumento delle capacità per prevenire e affrontare eventi rischiosi quali ostruzioni delle vie aeree, crisi convulsive e shock anafilattico.

### **Metodologia di lavoro-**

- 1) lezioni frontali sostituite dall'invio di materiale informativo per autoapprendimento (slides)
- 2) addestramento pratico in piccolo gruppo inerente tecniche di disostruzione delle vie aeree, somministrazione farmaci, anafilassi, che si realizzerà in remoto.

### **Valutazione-**

- Test di valutazione delle nozioni apprese;
- Valutazione della correttezza delle esercitazioni eseguite.

**Impegno di lavoro-** n.4 ore comprensive della lezione frontale e dell'esercitazione.

**Responsabile -** Dott.ssa Elena Uga -S.C. Pediatria



**RETE SENZA FILI “Xcorsi”  
Salute e disturbi da dipendenza da  
internet: tante connessioni  
possibili**

**Premessa-**

Il progetto CCM “**Rete senza fili. Salute e Internet Addiction Disorder: tante connessioni possibili**” mira a promuovere interventi laboratoriali volti a **favorire un uso consapevole delle tecnologie medial**i e a **prevenire l’insorgere di comportamenti a rischio, quali dipendenza da relazioni virtuali** o sovraccarico emotivo. Capofila dell’iniziativa è l’ASL CN2, con una partnership formata da ASL di cinque regioni: Piemonte, Veneto, Toscana, Marche e Sicilia e dall’Istituto Superiore di Sanità. Applicando i principi della Media Education, si propone un modello di intervento socio-educativo e di prevenzione primaria basato su una metodologia attiva, al fine di sviluppare l’empowerment dei soggetti coinvolti. Secondo la letteratura, possedere un bagaglio di competenze cognitive, emotive e relazionali di più ampio respiro protegge dall’adozione di comportamenti a rischio e favorisce un migliore adattamento sociale.

Il progetto Rete senza fili “**Xcorsi**” prevede una formazione attraverso videoconferenze dei docenti interessati da parte di operatori sanitari a loro volta formati sul progetto, i quali manterranno la loro disponibilità come supporto, “dietro le quinte”, nelle fasi operative di lavoro con gli studenti. La formazione, oltre ad alcuni brevi spunti di approfondimento sui temi delle tecnologie e del loro utilizzo, riguarderà i materiali e il kit didattico che viene fornito per svolgere le attività con gli studenti, attività che li coinvolgeranno sia in una dimensione individuale, sia in un confronto in piccolo gruppo prima e nel gruppo classe poi. Il progetto ha aperto un blog <https://retesenzafili.it/> su cui potranno essere caricati i materiali dei lavori prodotti con i ragazzi e accedere agli aggiornamenti sui temi del progetto.

**Destinatari-**

- Studenti di età compresa tra i 10 e gli 11 ;

- Docenti delle classi quinte della scuola primaria

### **Obiettivo generale-**

Promuovere lo sviluppo e il rafforzamento di un pensiero critico rispetto all'uso e all'impatto delle nuove tecnologie sulla vita quotidiana.

### **Obiettivi specifici-**

- acquisizione di consapevolezza sulle opportunità e sui rischi connessi all'uso della rete telematica, dei social network, dei cellulari e dei videogiochi;
- potenziamento di life skill specifiche di tipo cognitivo (pensiero critico e pensiero creativo), emotivo (consapevolezza di sé, gestione delle emozioni) e relazionale (empatia, comunicazione efficace, relazioni efficaci), utili ad affrontare la vita di relazione online e offline

### **Metodologia di lavoro-**

Il progetto Rete senza fili "**Xcorsi**" prevede una formazione dei docenti interessati da parte di operatori sanitari a loro volta formati sul progetto, i quali manterranno la loro disponibilità come supporto, "dietro le quinte", nelle fasi operative di lavoro con i ragazzi. La formazione, oltre ad alcuni brevi spunti di approfondimento sui temi delle tecnologie e del loro utilizzo, riguarderà i materiali e il kit didattico che viene fornito per svolgere le attività con i ragazzi, attività che li coinvolgeranno sia in una dimensione individuale, sia in un confronto in piccolo gruppo prima e nel gruppo classe poi.

Il kit *Rete senza fili "Xcorsi"* è composto dalle schede utili a realizzare le tre attività obbligatorie previste dal progetto, una scheda per la rielaborazione di quanto emerso e, per chi lo desidera, due schede per ulteriori attività opzionali; il tutto completato da una serie di indicazioni metodologiche utili all'insegnante nella realizzazione degli interventi con i ragazzi.

### **Valutazione-**

La valutazione, condotta con gli insegnanti partecipanti, si avvalerà di questionari di rilevazione inerenti:

- la formazione ricevuta (questionario pre e post);
- l'attività svolta con i ragazzi (scheda di monitoraggio finale).

Inoltre sarà considerata la partecipazione al blog "Rete senza fili" in termini di accessi e materiali scambiati.

### **Impegno di lavoro-**

Il progetto prevede:

- formazione per gli insegnanti in remoto: tre incontri della durata di 2,5 ore l'uno e un incontro opzionale sui videogiochi;
- realizzazione con la classe delle 4 unità di base (circa 6 ore complessive);

- ulteriori 4 ore per le scuole che intendono promuovere anche le 2 unità opzionali.

**Criteri di realizzazione -** Il progetto verrà realizzato in un massimo di sei Scuole Primarie, riservando tre posti per il territorio della Valsesia e tre per il territorio di Vercelli-Santhià. Il corso sarà aperto ad un massimo di 20 insegnanti.

**Responsabile -** Dott.ssa Paola Gariboldi, SerD con la collaborazione della S.C. Psicologia

**SCUOLE CHE  
PROMUOVONO SALUTE:  
LA RETE SHE**

**Premessa** – Una scuola che orienta non solo i curricula ma l'organizzazione dell'intera comunità scolastica verso la promozione di stili di vita sani e attivi rappresenta il contesto favorevole perché gli studenti sviluppino le conoscenze, le abilità e le abitudini necessarie per vivere in modo salutare e attivo in età adulta. E' questo il senso del **“whole-of-school” approach, un approccio globale che crea connessioni congruenti tra i percorsi didattici, le politiche della scuola, le scelte organizzative e le alleanze con la comunità locale.** La Rete delle scuole che Promuovono la salute in Europa (SHE: Schools for Health in Europe) è stata fondata nel 1991 dall'O.M.S. e dall'Unione Europea. La Rete She promuove un concetto positivo di salute e benessere che pone le sue basi nella Convenzione sui Diritti dell'Infanzia delle Nazioni Unite e nella Convenzione europea sull'esercizio dei Diritti dei Minori del Consiglio d'Europa. La Rete Piemontese delle Scuole che Promuovono Salute è la declinazione della Rete She Europea e intende costruire una stretta alleanza tra i diversi enti che si occupano di Promozione della Salute individuando la Scuola come ambiente fondamentale del lavoro per la salute. Concretamente la rete ha come obiettivo di **strutturare** (costruzione del Profilo di Salute), **supportare** (supervisione e formazione) e **collegare** (spazi web, incontri, news, ...) le attività per la salute promosse e realizzate all'interno delle Scuole della Regione Piemonte. Le scuole che partecipano potranno usufruire dei servizi del progetto regionale diversi livelli: formazione e supervisione per la stesura del Profilo di Salute; progettazione e supporto per la realizzazione di interventi specifici sui temi della promozione della salute; partecipazione a formazioni specifiche sulle metodologie di lavoro; certificazione di qualità come Scuola che Promuove salute.

Al fine di aumentare la diffusione della Rete Piemontese delle Scuole che Promuovono Salute e la conoscenze delle opportunità che scaturiscono dal farne parte, ma anche per aumentare la cultura sulle metodologie efficaci in prevenzione e promozione della salute e supportare il dialogo tra

Sanità e Scuola, si propone **una formazione congiunta organizzata dall'ASL VC e dall'Ufficio Scolastico Territoriale che si rivolgerà a docenti e a personale sanitario. La formazione avrà una struttura laboratoriale che si aprirà con un primo evento formativo, probabilmente realizzato in videoconferenza e a cui seguiranno altri due/tre appuntamenti dedicati al confronto.**

**Destinatari:** insegnanti di tutti gli ordini di scuola del territorio dell'ASL VC.

**Obiettivo generale:** Aumentare la diffusione sul territorio delle modalità accreditate relative a progettazione, realizzazione e valutazione degli interventi nonché alla disseminazione di buone pratiche.

**Obiettivi specifici:**

1. aumentare le conoscenze in termini di efficacia degli interventi in prevenzione e promozione della salute.
2. Sostenere una cultura condivisa tra mondo della Scuola e mondo della Salute

**Ricadute per i docenti:** acquisizione di competenze nell'area della promozione della salute in età infantile ed adolescenziale, capacità di selezionare gli interventi di prevenzione in base a criteri di efficacia e sostenibilità, costruzioni di reti professionali e interistituzionali.

**Metodologia di lavoro:** Formazione degli adulti (frontale e interattiva), che potrà svolgersi anche attraverso videoconferenze.

**Valutazione:**

- Questionari di gradimento
- Lavoro di gruppo.

**Impegno di lavoro:** Un incontro formativo di tre ore sulla Rete She a cui seguiranno altre tre incontri di due ore di confronto su tematiche connesse alle modalità efficaci di progettare e valutare i progetti di educazione e promozione della salute. In totale n. 9 ore.

**Criteri di realizzazione:** l'evento formativo, a cui saranno invitati anche gli operatori della sanità che maggiormente lavorano con le scuole, si organizzerà al raggiungimento di almeno dieci partecipanti.

**Responsabile:** dott.ssa Raffaella Scaccioni, S.C. Psicologia.

## **So-stare nell'incertezza**

### **PREMESSA –**

In questo lungo periodo di emergenza sanitaria stiamo vivendo tutti una situazione sconosciuta, incerta e difficile che però può diventare occasione di scoperta di nuove risorse.

Il coronavirus ha messo in pausa la vita normale e l'ha sostituita con domande alla maggior parte delle quali non sappiamo rispondere; l'incertezza può farci paralizzare, ci fa sentire smarriti e ansiosi. Ma l'incertezza può anche alimentare l'apprendimento, la crescita e la curiosità.

Quando siamo spinti verso il cambiamento possiamo cercare di resistergli ma possiamo anche stabilire nuovi schemi e chiarire ciò che conta davvero: prenderci cura del nostro benessere emotivo.

La trasformazione che anche la scuola ha subito, tocca da vicino soprattutto chi la "abita" quotidianamente investendo le proprie energie: essere uno studente oggi, essere un insegnante oggi è ben diverso dai ruoli a cui si era abituati prima della pandemia. Le nostre stesse identità sono in evoluzione continua.

In momenti come questi la possibilità di raccontarsi è ancora più importante e l'esperienza della scrittura diventa sfogo, sollievo, condivisione.

**La narrazione è lo strumento attraverso cui riorganizziamo l'esperienza vissuta integrando personaggi e azione per costruire un significato; non è un semplice resoconto o una lista di episodi in quanto coinvolge la dimensione affettiva sia dell'autore che dell'ascoltatore.**

Narrazione è relazione...sapere che qualcuno mi "leggerà", dedicherà del tempo ad ascoltare e fare sua la mia storia può far sentire meno soli.

Il vantaggio di raccontare i nostri pensieri attraverso la scrittura è quello di farli uscire da noi per poterli osservare come fossero un oggetto; la scrittura permette di trasformare i pensieri privati in un oggetto culturale e sociale che come tale può essere discusso e valorizzato al di là di posizioni giudicanti.

Nel momento in cui si decide di scrivere, le idee prendono forma, diventano comunicabili: scrivere di sé è un vero e proprio viaggio che consente di "darsi forma".

La scrittura diventa occasione di sosta e riflessione proprio su quel SAPER STARE a cui tutti aneliamo.

“Scrivere è osare dire io; è prendere il proprio posto nell’azione; è riappropriarsi della propria soggettività” C. Laneve. **L’attività consiste in una proposta di scrittura attraverso una traccia-guida, rivolta ad insegnanti e studenti, che vogliono cogliere questa opportunità di espressione di sé e dei propri stati d’animo.** I partecipanti potranno decidere la forma dell’elaborato tra: **favola, poesia, canzone o racconto.** Saranno attivati due percorsi distinti, uno per docenti e uno per studenti. I racconti verranno raccolti, letti e analizzati e sarà organizzata una restituzione ad ogni scuola partecipante. Inoltre il materiale, a cui sarà attribuito un codice per il rispetto della privacy, sarà messo a disposizione online per essere letto da tutti coloro che hanno aderito all’iniziativa, che potranno segnalare il loro racconto preferito. E’ al vaglio la possibilità di pubblicare tutti gli elaborati in un libro perchè resti come testimonianza dell’esperienza di questo periodo contrassegnato da grandi cambiamenti dovuti alla pandemia da Covid-19.

## **Destinatari**

**Finali:** studenti della Scuola Primaria, Secondaria di 1° grado e Secondaria di 2° grado, docenti.

**Intermedi:** docenti della Scuola Primaria, Secondaria di 1° grado e Secondaria di 2° grado,

**Obiettivo generale** – Promozione del benessere mentale

## **Obiettivi specifici**

- favorire la riflessione e la consapevolezza di vissuti emotivi e affettivi
- favorire la comunicazione e la condivisione delle emozioni

**Ricadute per i ragazzi** – aumento delle life skills emotive

**Ricadute per gli insegnanti** – miglioramento del clima relazionale tra studenti e tra studenti e insegnanti

## **Metodologia di lavoro**

- Tecnica della medicina narrativa
- Un incontro organizzativo, anche in remoto, con gli insegnanti referenti per la scuola.
- Invio degli elaborati all’indirizzo [promozione.salute@aslvc.piemonte.it](mailto:promozione.salute@aslvc.piemonte.it)
- Caricamento degli elaborati online
- Valutazione dei lavori da parte dell’equipe dell’ASL VC
- Organizzazione di un incontro/evento per la restituzione dell’analisi dei racconti
- Pubblicazione, se possibile, degli elaborati sotto forma di libro e/o blog.

## **Valutazione**

- numero di scuole che aderiscono all’iniziativa/muenro di scuole a cui è presentato il progetto,
- numero di accessi per la lettura degli elaborati caricati sul drive.

**Impegno di lavoro** – n.6 ore per l'organizzazione (si prevedono almeno tre incontri anche in remoto di due ore ciascuno); n.4 ore per le comunicazioni con gli studenti e l'evento conclusivo.

**Responsabile** – Dott.ssa Caterina Bobba, S.C. Psicologia



## **Spuntino**



**Premessa**- L'attività prevede un corso di formazione che si configura come unità formativa composta da formazione in aula, sperimentazione in classe e valutazione finale, organizzata come unità formativa (teoria, sperimentazione, verifica) con durata di 25 ore. Nel corso saranno argomento di discussione le tematiche relative all'alimentazione, linee guida, LARN, i risultati locali dei progetti OKKIO ALLA SALUTE e HBSC, una bibliografia consigliata e una sitografia aggiornata relativa a strumenti utili a sviluppare la tematica dell'alimentazione.

Il progetto prevede:

- formazione degli insegnanti/ incontri di approfondimento su tematiche inerenti l'alimentazione;
- coprogettazione di interventi di diffusione delle linee guida per una sana alimentazione italiana e relative indicazioni, life skills, stili di vita sani.
- sperimentazione in classe da parte dell'insegnante.
- valutazione finale

Il corso di formazione fornirà ai docenti: alcuni strumenti relativi ai contenuti calorici e nutrienti delle merende più comuni e al consumo consapevole di alimenti più adeguati nutrizionalmente; nozioni utili al calcolo BMI e del suo utilizzo nelle differenti fasi della crescita, all'utilizzo del merendometro e delle linee guida per una sana e corretta alimentazione italiana; elementi di progettazione relativi all'educazione alimentare. Inoltre sarà dato supporto agli insegnanti nella realizzazione di attività con gli studenti in cui utilizzare gli strumenti acquisiti.

**Destinatari** — Insegnanti delle Scuole dell'Infanzia, Primaria e Secondaria di 1° grado.

**Obiettivo generale** - Prevenire il sovrappeso e l'obesità

**Obiettivi specifici**

- Aumentare le conoscenze relative alle indicazioni per una sana alimentazione italiana, con particolare attenzione all'utilizzo di alimenti adeguati;
- Incrementare l'attività fisica, proponendo uno stile di vita più attivo;

**Ricadute per i bambini** -Miglioramento dello stile alimentare e conseguente miglioramento della performance scolastica e diminuzione degli effetti sulla salute di una cattiva alimentazione.

**Ricadute per gli insegnanti** -Aumento delle capacità progettuali per promuovere una corretta alimentazione.

**Metodologia di lavoro** – Formazione degli Adulti (insegnanti). **Se non sarà possibile la formazione in presenza a causa delle regole per il contrasto della pandemia Covid-19, la formazione si svolgerà attraverso l'invio di materiale informativo ai docenti iscritti che sarà successivamente discusso in un collegamento in remoto.**

**Valutazione** – Valutazione qualitativa da parte degli insegnanti e gradimento, focus group su progetti presentati/realizzati.

**Impegno di lavoro** – il corso ha una struttura modulare in 5 unità distinte con una durata complessiva di 20 ore, compresa la valutazione, la sperimentazione in classe avrà una durata di almeno 5 ore per un totale di **n. 25 ore complessive**. Il corso di formazione rivolto agli insegnanti sarà coprogettato in base alla disponibilità dei partecipanti, così come il tipo di attività da implementare che il singolo insegnante svilupperà con la sua classe. **Se non sarà possibile la formazione in presenza il corso sarà necessariamente rimodulato e sintetizzato; in questo caso le ore di impegno saranno n. 5.**

**Criteri di realizzazione** – Il corso sarà attivato al raggiungimento di un numero minimo di 8 ed un massimo di 20 insegnanti, per favorire la maggiore interazione tra i partecipanti.

**Responsabile** – Dott. Gianfranco Abelli, S.C. S.I.A.N