



**SCUOLE SECONDARIE
DI PRIMO GRADO**

**PROGRAMMA delle ATTIVITA' di
PROMOZIONE alla SALUTE e al BENESSERE
ASL VC**

A.S. 2020/21



Premessa

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 e si focalizza su alcuni temi, 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 Secondaria di Primo grado i progetti finalizzati a prevenire i comportamenti a rischio come **uso dello smartphone, cyberbullismo, autolesionismo e dipendenze** sono contenuti in un "pacchetto" che prevede attività specifiche per ogni ordine di classe: per le prime il progetto **"Un patentino per lo smartphone"**; per le seconde il progetto **"Diario della salute"**, attività sul potenziamento delle life skills emotive e sociali; per le terze interventi sulle dipendenze da sostanze psicoattive come **"Unplugged"**, progetto europeo valutato per la sua efficacia e **"Selfie"**, con taglio informativo; sempre sulle terze viene proposta un'altra novità di quest'anno **"Educiamo alla sessualità"** che, insieme a **"Essere, dire, fare, baciare: parliamone"**, tratta il tema dell'affettività e della sessualità.

Le novità inserite quest'anno riguardano il rafforzamento delle rete tra il Servizio di Psicologia dell'ASLVC e gli psicologi scolastici per mettere a punto percorsi di accoglienza, decodifica e risposta ad un aumentato disagio individuale e di gruppo causato dall'emergenza Covid: **progetto "In Contatto"**; sempre nell'ottica di raccogliere, contenere ed elaborare il disagio esistenziale e professionale, questa volta degli insegnanti, un'attività di confronto e riflessione **"Affettività e apprendimento nella relazione educativa"**. 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.

Non manca come ogni anno un'attività formativa dedicata a tutto il mondo adulto della scuola al fine di coinvolgere gli insegnanti in processi formativi relativi ad un **approccio di promozione della salute globale** e non solo tematico: **"La Rete SHE: scuole che promuovono salute"**.

La Referente per la Promozione della Salute

Dott.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 **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

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

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

Collaborano alla realizzazione dei progetti:

- ASL VC:

- **S.C. Pediatria**
- **S.C. Psicologia**
- **S.C. Ser.D**
- **S.C. SIAN**
- **S.C. Psichiatria**
- **S.C. Nefrologia**
- **S.C. Oncologia**
- **Osservatorio Epidemiologico**
- **Re.PES**

- Associazione Si.Rene

- Forze dell'Ordine (Carabinieri e Polizia dei comandi locali)

- A.R.P.A.



Redazione a cura di

Raffaella Scaccioni, Paola Gariboldi, Alessandro Coppo

PREVENZIONE DEL BULLISMO E CYBERBULLISMO, EDUCAZIONE ALL'USO DELLO SMARTPHONE, ALLE EMOZIONI, AL RISPETTO PER L'ALTRO, EDUCAZIONE SENTIMENTALE E SESSUALE, PREVENZIONE DELLE DIPENDENZE

PROGETTI IN CORDATA

Le evidenze scientifiche in tema di promozione alla salute e prevenzione di comportamenti a rischio, le esperienze condotte in questi anni sul nostro territorio, le riflessioni realizzate con colleghi ed esperti del settore, sottolineano quanto sia fondamentale lavorare sulle competenze di vita (life skills) e sugli aspetti emozionali e relazionali, oltre che cognitivi, per sviluppare quelle reti protettive che consentano ai ragazzi un percorso il più possibile sicuro per realizzare i propri compiti evolutivi, pur nella sperimentazione di sé e nella scelta non sempre lineare dei sentieri da percorrere.

Per questo motivo con i preadolescenti e gli adolescenti che incontriamo, parlare di dipendenze, di sessualità, di comportamenti alimentari difficili, di protezione da dinamiche relazionali connotate da prepotenza (siano esse agite e/o subite direttamente o via internet), non può prescindere dall'offrire loro un percorso in cui sperimentare atteggiamenti, pensieri, emozioni, sentimenti. Un percorso in cui non siano soli ma accompagnati sia da chi ha già fatto pezzi di strada (l'adulto che è con loro) sia da chi come loro sperimenta il nuovo che si incontra procedendo.

E' in questa direzione che abbiamo scelto di trasformare alcune attività qui presentate in una sorta di "pacchetto", in cui alcuni progetti sono propedeutici ad altri più specifici. Perché riflessioni e pensieri su comportamenti molto popolari ma rischiosi possano realizzarsi su un terreno pronto ad accogliere e tenere insieme aspetti cognitivi ed emotivi, condizione questa essenziale per tessere una rete fitta, personale e realisticamente protettiva.

Le attività che seguono costituiscono un percorso di formazione e riflessione per studenti e insegnanti che insieme affrontano tematiche legate allo sviluppo psicofisico nell'attuale contesto sociale caratterizzato dall'uso della tecnologia e dall'accesso al web in una misura tale da produrre nuovi fenomeni, nuove modalità di apprendimento e nuovi rischi. Il percorso prevede attività specifiche per ogni ordine di classi:

- per le **classi prime** l'attività **“Un patentino per lo smartphone”** si propone di educare studenti e famiglie all'uso corretto dello smartphone e del web con particolare attenzione alla tematica del cyberbullismo.
- per le **classi seconde** l'attività **“Diario della Salute”** lavorando sulla riconoscere e gestire le emozioni proprie e dell'Altro aiuta i ragazzi ad aumentare la consapevolezza delle variabili in gioco nella relazione con gli Altri, qualità necessaria anche per evitare episodi di bullismo.
- per le **classi terze** l'indicazione è di **lavorare su affettività/sexualità e dipendenze da sostanze psicoattive**, e l'esperienza degli anni scorsi ci ha insegnato che le classi che hanno lavorato in seconda sulle emozioni sono già predisposte ad un lavoro di confronto e riflessione. Sulla tematica della affettività/sexualità sono presentate due attività che possono anche essere integrate: **“Educiamo alla sexualità”** progetto del Consultorio e **“Essere, dire, fare, baciare: parliamone”** realizzato in collaborazione con il docente di classe già formato per il progetto “Diario della salute”. Sulla tematica della dipendenza e dell'uso di sostanze psicoattive è possibile scegliere fra due progetti: **“Unplugged”**, progetto europeo validato che lavora sulle life skills o **“Selfie”**, intervento breve informativo realizzabile solo nelle classi che hanno lavorato precedentemente con il “Diario della salute”.

L'ultima attività è **“Insieme contro il bullismo”** che prevede la possibilità di consultare in modo tempestivo una mini-equipe composta da un educatore e uno psicologo nelle situazioni dove si configura un possibile episodio di bullismo. Tali situazioni si presentano quasi sempre come complesse perché coinvolgono più soggetti, compagni di classe, insegnanti, dirigenza scolastica, famiglie. La proposta dell'ASL VC è di affiancare gli adulti della scuola (Dirigente, insegnanti, genitori) che riflettono su come affrontare la situazione da esperti competenti in problematiche adolescenziali e comportamenti a rischio.

IN CORDATA
**UN PATENTINO PER LO
SMARTPHONE**

Premessa: l'avvento delle nuove tecnologie ed il loro impatto per ognuno di noi – ed in particolare per i cosiddetti "nativi digitali" – non può essere ignorato nei suoi significati, nelle sue potenzialità così come nei suoi rischi. La tematica non può che interessare gli educatori, il mondo della scuola e la sanità pubblica. Molti genitori a loro volta, nel decidere se regalare lo smartphone al loro figlio, si domandano quale potrà esserne l'uso e quali le conseguenze, quale sia l'età "giusta", quali possano essere le regole e i limiti d'utilizzo. Ecco quindi l'idea di costruire un percorso educativo che porti una maggiore consapevolezza dell'uso ed ad una responsabilizzazione. Similmente a quanto avviene con il motorino, per cui è necessario conoscere il codice della strada e superare un esame, anche per lo smartphone sarà consegnato ad ogni studente un patentino ottenuto dopo aver frequentato un corso tenuto dall'insegnante (a sua volta formato). La famiglia, d'altro canto, è chiamata a sottoscrivere un "contratto" a responsabilità condivisa che delinea le regole d'uso dello smartphone.

L'attività, proposta a tutte le Asl del Piemonte e già sperimentata nel Verbano-Cusio-Ossola e a Torino, prevede un corso di formazione per insegnanti che integri tre prospettive differenti: le leggi e le regole, il possibile impatto sulla salute e il funzionamento dei dispositivi, la media education e la promozione della salute. Successivamente i docenti formati formerranno a loro volta gli studenti e, in conclusione del percorso, dopo che le famiglie avranno firmato il "contratto", sarà organizzata una cerimonia in presenza di tutti i partner per la consegna dei patentini agli studenti.

Destinatari -

- insegnanti: referenti cyberbullismo, animatori digitali, referenti promozione della salute, referenti per l'inclusione.
- genitori/adulti di riferimento.
- **studenti delle classi prime** delle Scuole secondarie di I° grado.

Obiettivo generale - Promuovere l'uso consapevole dello smartphone in particolare prevenire il suo utilizzo in episodi di cyberbullismo.

Obiettivi specifici

- Rendere consapevoli della centralità dei media nei contesti di vita, con particolare attenzione all'impatto di questi strumenti su bambini e ragazzi.
- Informare docenti, famiglie e studenti sulle regole, i limiti e le potenzialità dell'uso dello smartphone.
- Fornire competenze per gestire nelle classi attività per un uso creativo, critico e consapevole dello smartphone

Ricadute per i ragazzi -Miglioramento del clima in classe, aumento dei livelli di attenzione, prevenzione di situazioni rischiose derivante da un uso inappropriato dello smartphone.

Ricadute per gli insegnanti -Miglioramento del clima e della disciplina in classe, aumento dei livelli di attenzione, utilizzo dello smartphone in un'ottica formativa.

Metodologia di lavoro

Il progetto prevede un approccio multidisciplinare e una metodologia attiva. Nel rispetto delle reciproche competenze e professionalità, il percorso formativo rivolto agli insegnanti sarà improntato ad una metodologia che favorisca l'apprendimento attivo e consolidi l'esperienza di gruppo. Gli insegnanti saranno fruitori di tre unità didattiche e sperimenteranno materiali e le attività che proporranno in seguito ai ragazzi. Le attività saranno le seguenti:

- formazione degli insegnanti;
- realizzazione nelle classi prime di tre unità di apprendimento sui temi individuati come critici (privacy, sexting, cyberbullismo, onde elettromagnetiche, media education) da parte degli insegnanti formati;
- coinvolgimento delle famiglie attraverso la stipula di un patto come assunzione di responsabilità condivisa tra genitori e figli;
- organizzazione di cerimonie pubbliche, alla presenza di autorità locali e delle forze dell'ordine, per la consegna delle patenti agli studenti.

Valutazione -

- Somministrazione agli alunni di un test conclusivo come esame per il conseguimento della patente per lo smartphone;
- Questionario di valutazione inviato online agli insegnanti.

Impegno di lavoro:

- corso di formazione di n.7 ore rivolto agli insegnanti, **che potrà essere svolto a distanza con scambi e confronti su piattaforma.**
- n. 3 incontri di due ore (6 ore in totale) degli insegnanti con le classi prime;
- cerimonia per la consegna dei patentini (n.3 ore);
- incontro finale di monitoraggio di due ore con gli insegnanti coinvolti nell'attività.

Criteri di realizzazione - Il progetto prevederà un corso di formazione per insegnanti

aperto alle scuole del territorio dell'ASL VC.

Responsabile – Dott.ssa R affaella Scaccioni, S.C. Psicologia e Referente Promozione della Salute. La realizzazione del progetto si avvale della collaborazione degli educatori SerD.

-Scuola Secondaria di I° Grado

FORMAZIONE DOCENTI-

IN CORDATA

**Diario della Salute. Percorsi di
promozione del benessere tra i
pre-adolescenti**

Premessa –E' un programma di potenziamento delle life skills (emotive e sociali) per promuovere la capacità di fronteggiare la vita e un'equilibrata crescita psicologica rivolto ai ragazzi del secondo anno della scuola media inferiore, ai loro genitori e loro insegnanti.

Per l'A.S. 2018/19 si prevedono le seguenti attività: 1) Attività di formazione per insegnanti finalizzate alla realizzazione del percorso didattico attraverso l'uso del Manuale "DIARIO DELLA SALUTE" organizzata come unità formativa, prevede quindi una giornata di formazione d'aula, la sperimentazione dell'attività in classe e la valutazione finale. 2) Distribuzione del kit "Diario della salute" ossia di materiali stimolo, didattici e informativi ideati da un'équipe multi - professionale per ciascuno dei target coinvolti. I materiali si compongono di un libretto per i ragazzi e un libretto per i genitori dove vengono affrontate, con terminologia adatta ai destinatari, le tematiche principali della crescita. 3) Incontri di riflessione sulle tematiche del cambiamento e della crescita tra genitori ed esperti.

Destinatari – Insegnanti, studenti e genitori delle **scuole Secondarie di 1° grado (2° classe).**

Obiettivo generale – Promuovere il benessere psicologico ed emotivo dei ragazzi di 12-13 anni.

Obiettivi specifici :

- Fornire agli insegnanti delle scuole secondarie di 1° grado metodi e strumenti didattici adeguati per potenziare alcune life-skills emotive, sociali e cognitive al fine di guidare i ragazzi a riconoscere e prendere coscienza di sé, delle proprie emozioni e dei propri bisogni e orientarli ad affrontare in modo adeguato le situazioni problematiche quotidiane tipiche della loro fase evolutiva;

- Migliorare le capacità e le competenze (life skills) dei ragazzi necessarie per affrontare le trasformazioni corporee, i cambiamenti nelle relazioni sociali e la gestione delle emozioni proprie e altrui.
- Migliorare il clima relazionale in classe.
- Sostenere i genitori nella gestione delle emozioni e delle reazioni legate alla relazione con i figli in una fase delicata della loro crescita e a migliorare la capacità di ascolto dei figli.

Ricadute per i ragazzi -miglioramento del rapporto con i peer e con gli adulti, potenziamento delle capacità di apprendimento, maggiore adattamento sociale, prevenzione dei comportamenti a rischio.

Ricadute per gli insegnanti -Miglioramento del clima in classe e potenziamento delle capacità di apprendimento.

Metodologia di lavoro

- Formazione degli adulti (insegnanti) attraverso un corso di formazione di complessive 25 ore: 8 ore di formazione d'aula, 14 ore di sperimentazione in classe e 3 ore di valutazione.
- Incontri interattivi condotti dall'insegnante in classe, utilizzando la guida "Diario della salute", materiale distribuito durante il corso di formazione.
- Incontri interattivi con i genitori condotti da personale psico-educativo dell'ASL VC sulla relazione genitori-figli e i comportamenti a rischio dei pre-adolescenti.

Impegno di lavoro - 25 ore di corso di formazione (formazione d'aula, sperimentazione in classe e monitoraggio e valutazione) .

Responsabile – Dott.ssa Raffaella Scaccioni, S.C. Psicologia e Referente Promozione della Salute. La realizzazione del progetto si avvale della collaborazione degli educatori SerD.

IN CORDATA

**S.E.L.F.I.E. in sicurezza...
Sigarette, erba, l'alcol fra incontri ed esperienze.**

Premessa Nato come progetto per la prevenzione delle dipendenze, più snello rispetto a progetti sulla stessa materia strutturati e impegnativi come Unplugged, dopo una riflessione su obiettivi ed efficacia, il gruppo di Promozione della Salute setting Scuola ha deciso di riproporlo alle terze medie successivamente ad attività che potenziassero le life skills, principali capacità da sostenere per contrastare la sperimentazione di sostanze psicoattive in questa fascia di età. L'incremento dell'uso di tabacco, alcool e cannabis nelle fasce di età 11-15 anni richiama la scuola e la sanità a collaborare per realizzare attività che utilizzino metodologie il più efficaci possibili per contrastare l'uso e l'abuso di sostanze o perlomeno ritardarne la sperimentazione ad un'età maggiore.

Destinatari:

- **Intermedi:** insegnanti e genitori.
- **Finali:** studenti delle classi 3° della scuola secondaria di 1° grado che hanno partecipato al progetto "Diario della Salute" l'anno precedente.

Obiettivo generale

- Prevenire i comportamenti a rischio in relazione all'uso di sostanze psicoattive (tabacco, alcool , sicurezza stradale).

Obiettivi specifici

- Promuovere in studenti, genitori ed insegnanti la consapevolezza e la conoscenza dei rischi legati all'uso di tabacco, alcol e cannabis.
- Promuovere una riflessione sulla connessione tra questi comportamenti e la sicurezza stradale.
- Aumentare le conoscenze relative ai rischi del consumo di fumo di sigaretta, alcol, e cannabis.

- Promuovere il confronto tra pari al fine di far emergere le convinzioni, le credenze e le abitudini relative all'uso di tabacco, alcol, cannabis.
- Favorire consapevolezza riguardo le abitudini in oggetto sul gruppo classe.
-

Ricadute per i ragazzi -aumento delle conoscenze sui comportamenti a rischio legati all'uso di sostanze.

•

Ricadute per gli insegnanti -opportunità per affrontare il tema dei comportamenti a rischio legati all'uso di sostanze.

Metodologia di lavoro

- Incontro di informazione con le classi (medico);
- Confronto sulle informazioni e competenze acquisite con le classi (altri operatori);
- Lavoro delle classi con l'insegnante: produzione di un messaggio per i coetanei sulle scelte di salute (viedoclip, canzone, cartellone).
-

Valutazione

- Valutazione qualitativa con gli insegnanti.
- Valutazione finale sui lavori svolti dalle classi

Impegno di lavoro

Saranno necessari:

- 2 ore per l'incontro con il medico;
- 2 ore per gli incontri con gli altri operatori all'interno delle singole classi.

Criteri di realizzazione – L'equipe del SerD organizzerà gli incontri con le classi terze che hanno realizzato l'anno precedente il progetto Diario della Salute.

Il progetto potrà avviarsi e realizzarsi nel rispetto delle indicazioni relative allo sviluppo della situazione Covid-19.

Responsabile – Dott.ssa Stefania Buttiero, Ser.D

IN CORDATA
Unplugged

Premessa- Programma di prevenzione scolastica dell'uso di sostanze psicoattive efficace nel ridurre il fumo di sigarette, il consumo di alcol e l'uso di droghe rivolto a studenti del terzo anno della scuola Secondaria di I° grado o il primo anno della scuola Secondaria di 2° grado. Basato sul modello dell'influenza sociale, **è stato disegnato da un gruppo di ricercatori europei ed è stato valutato attraverso uno studio sperimentale randomizzato e controllato condotto in 7 Paesi. E' il primo programma europeo di provata efficacia.** Ha l'obiettivo di migliorare il benessere e la salute psicosociale dei ragazzi attraverso il riconoscimento e il potenziamento delle abilità personali e sociali necessarie per gestire l'emotività e le relazioni sociali, e prevenire e/o ritardare l'uso di sostanze. Consiste in un percorso articolato in 12 unità di 1 ora ciascuna condotto dall'insegnante di classe con metodologia interattiva. Le unità di lavoro con la classe sono descritte in dettaglio nel Manuale per l'Insegnante del progetto Unplugged, illustrato in un corso di formazione specifico. Per avviare il programma nelle classi è necessario che almeno un insegnante per classe partecipi alla formazione, ai due incontri di supervisione e all'incontro di chiusura a fine A.S.. Il corso di formazione prevede una metodologia di tipo attivo-esperienziale poiché mira a favorire la partecipazione diretta e il coinvolgimento degli insegnanti come soggetti attivi della formazione. Durante il corso verranno utilizzate tecniche come attività di gruppo, discussioni, role-playing e giochi di situazione; le stesse che gli insegnanti utilizzeranno in classe con gli studenti. Al fine di poter sviluppare la metodologia esperienziale, il corso si svolgerà in giornate consecutive e avrà la durata di 20 ore.

Destinatari - Insegnanti e studenti delle **seconde e delle terze classi** degli Istituti secondari di 1° grado e delle prime classi degli Istituti secondari di 2° grado.

Obiettivo generale - Migliorare il benessere e la salute psicosociale dei ragazzi attraverso il riconoscimento e potenziamento delle abilità personali e sociali necessarie per gestire l'emotività e le relazioni sociali.

Obiettivi specifici

- Prevenire e/o ritardare l'uso di sostanze;
- Favorire lo sviluppo delle life skills (competenze interpersonali, abilità intrapersonali, riconoscere ed esprimere emozioni, ecc.);
- Migliorare le conoscenze sui rischi dell'uso di tabacco, alcol e sostanze psicoattive e sviluppare un atteggiamento non favorevole alle sostanze.

Ricadute per i ragazzi -miglioramento del clima in classe e dei rapporti tra pari e aumento delle competenze individuali legate ai comportamenti a rischio legati all'uso di sostanze.

Ricadute per gli insegnanti -opportunità per affrontare il tema dei comportamenti a rischio legati all'uso di sostanze.

Metodologia di lavoro

- Formazione degli adulti (nuovi insegnanti) attraverso corso di formazione di 20 ore;
- Incontri interattivi condotti dall'insegnante in classe, utilizzando il **Manuale di attività del progetto** e il Quaderno per gli Studenti (materiale distribuito durante il corso di formazione);
- Incontri di confronto e monitoraggio dell'attività da calendarizzare all'inizio dell'anno scolastico (n°. 3 incontri totali), aperti a “vecchi” e “nuovi” insegnanti formati, indipendentemente dall'effettiva attivazione del progetto nelle loro classi.

Valutazione– Schede di monitoraggio e valutazione qualitativa (il progetto è già stato valutato e standardizzato a livello europeo).

Impegno di lavoro – 20 ore di corso di formazione, 12 ore complessive di lavoro in classe nel corso dell'anno scolastico, 6 ore annuali per gli incontri di verifica e condivisione. Dal confronto con gli insegnanti che già hanno applicato Unplugged emerge la necessità di mantenere il corso di formazione così come strutturato. Gli operatori si erano interrogati sulla possibilità di ridurre le ore dell'impegno formativo, ritenuto particolarmente oneroso, ma gli insegnanti stessi hanno sottolineato che il corso così articolato è di sostegno per l'intera attività proposta in quanto permette l'acquisizione e la sperimentazione della metodologia da applicare poi con i ragazzi. La fatica iniziale dell'impegno è ripagata da una maggior facilità nel condurre l'intervento con le classi.

Criteri di realizzazione – Il corso di formazione si realizzerà con un numero minimo di 10 iscritti anche di scuole diverse. Nei due precedenti anni scolastici non si sono attivati corsi di formazione per gli insegnanti a causa di un numero esiguo di adesioni.

Il progetto potrà avviarsi e realizzarsi nel rispetto delle indicazioni relative allo sviluppo della situazione Covid-19.

Responsabile–Dott.ssa Paola Gariboldi, Ser.D.

IN CORDATA

**Essere dire fare baciare:
parliamone**

- **Premessa** Il tema dell'affettività e della sessualità risulta essere cruciale nel percorso di crescita dei ragazzi. Gli aspetti di una buona informazione devono potersi coniugare con le dimensioni del confronto attraverso il quale esprimere dubbi, perplessità, emozioni. E' importante che i ragazzi sentano che di questi temi si può parlare con gli adulti di riferimento e sperimentino il dialogo tra pari che valorizzi ed educi alle differenze legate al genere e agli orientamenti sessuali. Questo progetto viene dedicato a quegli studenti che hanno già sperimentato con i loro insegnanti un lavoro sul riconoscimento e la condivisione delle emozioni, perché parlare di affettività e di sessualità al di fuori di un contesto e di relazioni "emozionate ed emozionanti" sarebbe una vera contraddizione. Per poterlo fare quindi, è necessario aver preparato il terreno!!! L'attività sarà svolta dagli insegnanti sulla base di una scheda metodologica che verrà illustrata e condivisa in un incontro formativo con i docenti all'inizio dell'A.S.

Destinatari:

alunni delle **classi terze che hanno partecipato al progetto "Diari della Salute" l'anno precedente.**

Obiettivo generale: Promuovere riflessione e conoscenza di sé riguardo ad affettività e sessualità

Obiettivi specifici:

- sollecitare domande sui temi dell'affettività e della sessualità;
- esprimere e condividere (in forma anonima) opinioni e convinzioni sui questi temi;
- promuovere il rispetto e la conoscenza di punti di vista sfaccettati attraverso il dialogo e il confronto tra pari e con adulti di riferimento.

Ricadute per i ragazzi -aumento delle conoscenze riguardanti i temi dell'affettività e della sessualità, diminuzione della tensione nel gruppo classe riguardante l'affrontare i temi che concernono l'affettività e della sessualità. Prevenzione delle malattie sessualmente trasmissibili.

Ricadute per gli insegnanti -opportunità per affrontare il tema dell'affettività e della sessualità in un clima disteso.

Metodologia di lavoro:

Nelle classi in cui sono stati trattati dai docenti all'interno delle ore di didattica i temi dell'affettività all'interno della coppia etero e omosessuale (es. ore di lettere e di cittadinanza) e i temi dell'anatomia e fisiologia dell'apparato urogenitale, della contraccezione e delle malattie sessualmente trasmissibili (ore di scienze), si propone un momento di approfondimento in due fasi.

In una prima fase, della durata di 10-15 minuti, si inviteranno i ragazzi a formulare domande ed esprimere opinioni e convinzioni su foglietti preparati dall'insegnante. Il tutto si svilupperà in forma anonima e scritta: nello stesso momento si inviteranno tutti i partecipanti a scrivere su questi stimoli, utilizzando penne dello stesso colore, piegando i foglietti in modo simile (es. in quattro) e inserendoli poi in una **Scatola dei segreti**. L'insegnante lascerà a ogni alunno altri 2-3 fogliettini per ulteriori domande/considerazioni da scrivere a casa e consegnare il giorno dopo.

Nella seconda fase si procederà a una discussione di gruppo con il metodo del circle time. Si passerà la scatola dei segreti e si leggerà un bigliettino alla volta: in riferimento a esso, risponderanno/faranno commenti su base volontaria prima gli alunni poi gli insegnanti. Sarebbe auspicabile che gli insegnanti presenti fossero rappresentati da un maschio e da una femmina per tentare di ridurre l'eventuale imbarazzo di alcuni alunni nell'avere come riferimento solamente adulti di sesso opposto. Gli insegnanti praticheranno "l'ascolto attivo".

Valutazione: focus group con insegnanti.

Impegno di lavoro:

- n.2 ore per l'incontro formativo
- n.4 ore di intervento diretto in aula
- n.2 ore per l'incontro di valutazione finale (focus group)

Criteri di realizzazione: Prerequisito alla realizzazione di questa azione è trattare nelle classi che si intendono coinvolgere i temi dell'affettività all'interno della coppia etero e omosessuale (es. ore di lettere e di cittadinanza) e i temi dell'anatomia e fisiologia dell'apparato urogenitale, della contraccezione e delle malattie sessualmente trasmissibili (ore di scienze).

Responsabili: Prof. Gabriele Vidano Scuola Secondaria di I grado di Borgo d'Ale (VC)-
Dott.ssa Raffaella Scaccioni S.C. Psicologia e Referente Promozione della Salute.

**IN CORDATA
EDUCHIAMO ALLA
SESSUALITA'**

Premessa: attività di educazione sessuale finalizzata alla prevenzione delle malattie sessualmente trasmissibili e alla promozione di atteggiamenti responsabili nei confronti della propria salute. Il progetto sarà realizzato presso nelle classi terze degli Istituti Secondari di I° grado dagli operatori dei servizi consultoriali. Sono previsti incontri nelle classi (una giornata di 3 ore e, se richiesti, nei giorni successivi incontri individuali o di gruppo) in cui si forniranno informazioni di base su contraccezione, prevenzione delle Malattie Sessualmente Trasmissibili e gravidanze indesiderate e sui Servizi territoriali a cui rivolgersi. Delinendosi questo primo anno come attività in fase di sperimentazione sarà aperto alle scuole dei territori in cui è presente il Consultorio Familiare, quindi Vercelli, Santhià, Borgosesia, Gattinara e Varallo.

Destinatari - insegnanti e studenti delle terze classi delle Scuole secondarie di I° grado (n° max 20 class fra Vercelli, Santhià, Borgosesia, Gattinara e Varallo).

Obiettivo generale - Promuovere un atteggiamento positivo e responsabile nei confronti della sessualità e della propria salute.

Obiettivi specifici:

- fornire informazioni semplici ed esaurienti su: anatomia e fisiologia dell'apparato riproduttivo e sulla maturazione sessuale.
- fornire informazioni di base sulla contraccezione, sulla prevenzione delle malattie sessualmente trasmesse e sulla prevenzione delle gravidanze indesiderate.
- stimolare riflessione in merito alle modalità relazionali messe in atto con i coetanei in riferimento ai temi dell'affettività e sessualità.
-

Ricadute per i ragazzi -aumento delle conoscenze riguardanti i temi dell'affettività e della sessualità, diminuzione della tensione nel gruppo classe riguardante l'affrontare i temi che concernono l'affettività e della sessualità. Prevenzione delle malattie sessualmente trasmissibili.

Ricadute per gli insegnanti -opportunità per affrontare il tema dell'affettività e della sessualità in un clima disteso.

Metodologia di lavoro: Si intende privilegiare una metodologia di tipo interattivo per consentire agli alunni di partecipare e interagire, lasciando spazio alla ricerca e curiosità personale attraverso la proposta di attivazioni e di lavori di gruppo. La realizzazione del progetto offre la possibilità di coinvolgere docenti con competenze disciplinari diverse e facilita l'approccio multidisciplinare al tema della sessualità.

Valutazione - Per la valutazione del gradimento sono stati elaborati dei questionari con una scala Likert a quattro punti per studenti, insegnanti e operatori.

Impegno di lavoro:

- un incontro organizzativo di due ore con gli insegnanti referenti;
- lezione a cura dei docenti inerenti ai temi dello sviluppo fisico in età evolutiva;
- incontro di n.3 ore con ogni classe coinvolta;
- eventuale ulteriore incontro da concordare con il personale ASL per gruppi o singoli che ne facciano richiesta;
- incontro finale di monitoraggio di due ore con gli insegnanti coinvolti nell'attività.

Criteri di realizzazione - Il progetto si attiverà con l'adesione di almeno due Scuole Secondarie di I grado del Distretto della Valsesia e due del Distretto Vercelli-Santhià; sarà aperto agli istituti presenti nei territori di Vercelli, Santhià, Borgosesia, Gattinara e Varallo fino a raggiungere un massimo di n.20 classi.

Responsabile – Dott.ssa Caterina Silvestro – Ostetrica Prof.le - Consultorio familiare

**IN CORDATA
INSIEME CONTRO
IL BULLISMO**

Premessa: la preadolescenza è un'età di grandi cambiamenti, i ragazzi vivono una condizione di grande incertezza e sospensione tra il mondo infantile, da cui si stanno allontanando, e il mondo degli adolescenti, a cui non appartengono ancora. In questa situazione per alcuni può essere difficile contenere la propria impulsività e aggressività mentre per altri può risultare impossibile difendersi da prepotenze e vessazioni che diventano così traumatizzanti fino a diventare prodromi di disagi psicologici successivi. Peraltro i dati epidemiologici sulla salute mentale degli adolescenti indicano che circa il 20% dei ragazzi dai 12 e i 18 anni ha un malessere psicologico. Rafforzare l'alleanza tra sanità e scuola in ambito di prevenzione e promozione del benessere psicologico diventa sempre più importante. A questo scopo l'ASL VC ha creato due mini-equipe (una per il territorio di Vercelli-Santhià e una per la Valsesia) per affiancare le scuole che vogliono investire in modalità efficaci di prevenzione dei comportamenti a rischio tra cui il bullismo. Le mini-equipe composte da uno psicologo e un educatore avranno la funzione di aiutare tempestivamente il Dirigente Scolastico e gli insegnanti ad affrontare le situazioni di bullismo la cui gestione risulta essere spesso complessa in quanto coinvolge più dimensioni da quella psicologica e individuale a quella sociale e di dinamica di gruppo.

Destinatari - Dirigenti Scolastici e insegnanti delle Scuole secondario di I grado

Obiettivo generale - Promuovere il benessere psicologico dei preadolescenti.

Obiettivi specifici:

- Favorire la corretta gestione da parte della componente adulta della scuola di situazioni di bullismo.
- Sostenere gli insegnanti nella gestione delle dinamiche del gruppo/classe in casi di bullismo o episodi connotati da prepotenza e violenza fisica o verbale

Ricadute per i ragazzi -aumento delle capacità per individuare e affrontare casi di bullismo sia vissuti in prima persona che osservati nel comportamento altrui. Diminuzione del senso di isolamento che spesso vive la vittima di bullismo.

Ricadute per gli insegnanti -acquisizione di capacità metodologiche e di supporto per affrontare casi di bullismo.

Metodologia di lavoro

- Consulenze a Dirigenti Scolastici e insegnanti forniti da una mini-equipe composta da uno psicologo e un educatore prof.le per casi di bullismo.

Impegno di lavoro – Non quantificabile in precedenza perchè in relazione alle necessità emergenti.

Criteri di realizzazione – la mini-equipe sarà disponibile per le scuole che aderiscono all'intero pacchetto "Progetti in Cordata".

Responsabile – Dott.ssa Raffaella Scaccioni, S.C. Psicologia e Referente Promozione della Salute. La realizzazione del progetto si avvale della collaborazione degli educatori SerD.

**AFFETTIVITÀ E
APPRENDIMENTO NELLA
RELAZIONE EDUCATIVA**

PREMESSA –

L'emergenza dovuta all'epidemia di Covid-19 ha costretto gli insegnanti nel corso dell'A.S. 2019/2020 a modificare profondamente i propri strumenti professionali e a calibrare la relazione con gli studenti attraverso la didattica a distanza. Se da una parte questo cambiamento è stato colto come opportunità per ripensare il proprio approccio di insegnamento, dall'altra sono emerse difficoltà nella gestione della relazione soprattutto con quegli studenti che già presentavano difficoltà nel mantenere un contatto positivo con la scuola. E' plausibile che con il ritorno a scuola le differenze tra gli studenti meglio equipaggiati e quelli che presentano maggiori problematiche si mostrino maggiormente evidenti. Per poter realizzare l'obiettivo di una scuola che non lascia indietro chi è più in difficoltà è necessario per l'insegnante non solo ricalibrare la tecnica di insegnamento, ma anche sperimentare relazioni educative che affrontino il rapporto tra affettività e apprendimento. A tal fine l'attività di questo progetto intende organizzare un gruppo di confronto condotto da uno psicologo con gli insegnanti con l'obiettivo di **comprendere in profondità la natura e le vicissitudini della relazione di insegnamento e di apprendimento, di migliorare la comunicazione con gli studenti, di ridurre i conflitti e lo stress professionale.**

Gli insegnanti aderenti parteciperanno ad incontri di gruppo (dai 10 ai 20 partecipanti) che si svolgeranno tra novembre 2020 e febbraio 2021. In ottemperanza delle attuali disposizioni per contenere l'epidemia di Covid-19 gli incontri avverranno attraverso modalità di comunicazione a distanza (videoconferenza).

Destinatari

Finali: studenti della scuola secondaria di 1° grado e di 2° grado.

Intermedi: insegnanti della scuola secondaria di 1° grado e di 2° grado.

Obiettivo generale: aumentare il benessere a scuola e contrastare l'abbandono scolastico.

Obiettivi specifici:

- migliorare la relazione tra insegnanti e studenti
- supporto alla creazione di comunità educanti

Ricadute per i ragazzi -

- diminuzione dei conflitti a scuola
- aumento del benessere in classe
- miglioramento dell'apprendimento

Ricadute per gli insegnanti

-Aumentare la capacità degli insegnanti di leggere i vissuti emotivi degli studenti e di utilizzarli per migliorare il rapporto educativo

-Contenere lo stress professionale degli insegnanti

Metodologia di lavoro

- gruppo di confronto con modalità a distanza

Valutazione

- numero di scuole che aderiscono all'iniziativa
- numero di insegnanti che aderiscono all'iniziativa e che partecipano a gli incontri

Impegno di lavoro -

disponibilità a partecipare agli incontri (1 ora ogni 2 settimane)

Responsabile - Dott. A. Coppo, S.C. Psicologia

ALIMENTAZIONE

PREMESSA- al fine di diffondere le linee guida per una sana alimentazione italiana, la lettura critica delle etichette e l'implementazione delle life skills, l'attività prevede la coprogettazione con gli insegnanti di interventi relativi all'alimentazione. Il progetto si compone di incontri per progettazione con gli insegnanti e di realizzazione/valutazione con gli studenti attraverso cui si intende: fornire ai destinatari indicazioni sulla composizione e distribuzione dei pasti, sull'utilizzo di alcune indicazioni della dietetica pratica per volumi (life skills), e sui contenuti calorici e nutrienti dei principali alimenti, indicazioni; fornire nozioni utili al calcolo BMI e del suo utilizzo nelle differenti fasi della crescita, nella prevenzione delle malattie cronico-degenerative, come previsto dalle linee guida per una sana e corretta alimentazione italiana; fornire indicazioni sull'utilizzo delle risorse disponibili in rete per approfondire le tematiche relative all'alimentazione sana, nell'ambito ad esempio dello spuntino nella pausa scolastica.

Il progetto prevede:

- Incontri di progettazione di interventi efficaci e approfondimento su tematiche inerenti l'alimentazione con gli insegnanti;
- Coprogettazione di interventi di diffusione delle linee guida per una sana alimentazione italiana e relative indicazioni;
- Incontri di approfondimento con gli studenti nell'ambito delle tematiche sull'alimentazione, coprogettate con gli insegnanti.

Destinatari - Insegnanti e studenti degli Istituti Comprensivi (secondaria di 1° grado) e degli Istituti Superiori

Obiettivo generale - Prevenire il sovrappeso e l'obesità.

Obiettivi specifici

- Aumentare le conoscenze relative alle indicazioni delle linee guida italiane per una sana alimentazione italiana (piramide degli alimenti, alimentazione in adolescenza, etc);
- Incrementare l'attività fisica, (utilizzo della piramide dell'attività fisica), vantaggi di uno stile di vita più attivo.

Ricadute per i ragazzi -miglioramento dello stile alimentare e dei livelli di attività fisica.

Ricadute per gli insegnanti -acquisizione di competenze che riguardano la corretta alimentazione e i livelli adeguati di attività fisica.

Metodologia di lavoro

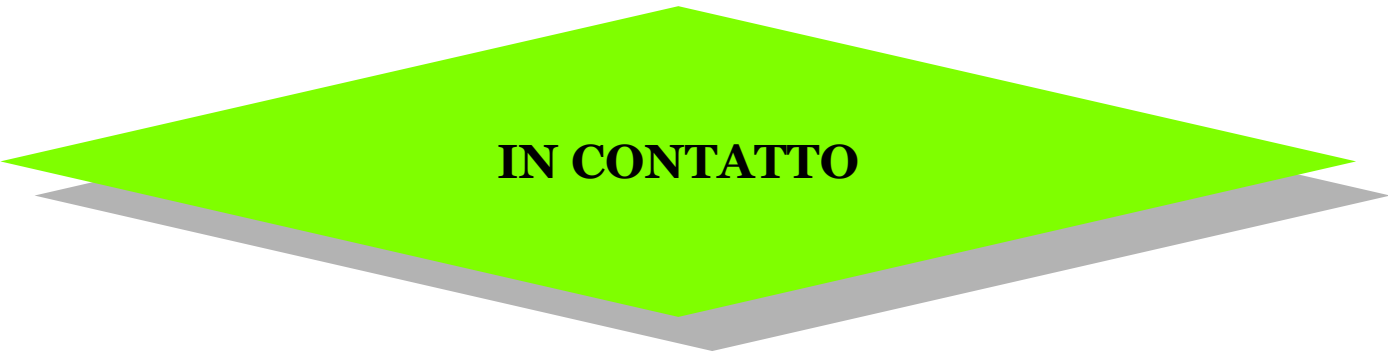
- Formazione degli adolescenti e preadolescenti (in collaborazione con insegnanti);
- Progettazione di interventi con target specifico. Verrà valutata la possibilità di incontri in remoto attraverso videoconferenze.

Valutazione- Valutazione qualitativa da parte degli insegnanti e gradimento da parte degli studenti.

Impegno di lavoro – Il corso prevede un incontro iniziale con insegnanti per la valutazione di eventuali esigenze specifiche. Seguiranno incontri per la coprogettazione degli interventi che si intendono proporre nel corso dell' anno scolastico agli studenti e infine, qualora venga ritenuto da entrambe le parti necessario, un incontro con gli alunni per una valutazione critica del progetto.

Criteri di realizzazione - Il corso sarà attivato dopo il primo incontro qualora gli insegnanti fossero interessati alla predisposizione di progetto inerente all'educazione alimentare che coinvolga gli studenti al fine di aumentare le loro conoscenze su una sana alimentazione ed uno stile di vita più attivo con azioni pratiche. **Il progetto potrà avviarsi e realizzarsi nel rispetto delle indicazioni relative allo sviluppo della situazione Covid-19.**

Responsabile - Dott. Gianfranco Abelli, S.C. S.I.A.N.



IN CONTATTO

PREMESSA –

L'emergenza Covid ha fatto emergere nuove forme di disagio psicologico nei ragazzi, difficoltà che rimangono spesso sottotraccia e che sono state difficilmente rilevabili durante il periodo del lockdown a causa delle misure di distanziamento interpersonale che non hanno permesso agli studenti di frequentare l'ambiente scolastico.

Tra le varie forme di disagio tipiche di questo periodo sono state rilevate paura nei confronti del contagio, diffidenza verso il prossimo e nei confronti delle organizzazioni, isolamento e chiusura. Oltre a ciò sono state rilevate anche in età precoce disturbi di natura ansiosa e depressiva.

In letteratura è nota la relazione tra questi problemi, le difficoltà nello studio e il conseguente rischio di insuccesso scolastico. E' riconosciuto inoltre come **l'individuazione e l'accoglimento precoce del disagio psicologico costituisce uno strumento di prevenzione di diversi comportamenti a rischio e di promozione del benessere mentale.**

A tal fine il progetto propone di creare una rete tra le scuole secondarie di primo grado (nella figura degli psicologi scolastici e degli insegnanti referenti alla salute) e il Servizio di Psicologia dell'ASL di Vercelli per fornire una risposta a tale disagio, incrementare le occasioni di dialogo con le scuole sulle difficoltà aumentate dalle condizioni dovute alla pandemia e strutturare progetti e attività aderenti ai nuovi bisogni.

Saranno organizzati incontri periodici con gli psicologi scolastici e gli insegnanti referenti alla salute per confrontarsi su alcune situazioni accolte nelle singole scuole e per valutare, in accordo con i genitori, strategie e percorsi utili all'individuo o al gruppo ad affrontare la situazione problematica.

Gli insegnanti e gli psicologi scolastici aderenti parteciperanno ad incontri di gruppo (dai 4 ai 10 partecipanti) che si svolgeranno tra novembre 2020 e maggio 2021 con cadenza mensile. In ottemperanza delle attuali disposizioni per contenere l'epidemia di Covid-19 gli incontri avverranno attraverso modalità di comunicazione a distanza (videoconferenza).

Destinatari

Finali: studenti e famiglie delle scuole secondarie di primo grado.

Intermedi: insegnanti referenti della salute e psicologi scolastici delle scuole secondarie di primo grado

Obiettivo generale – promozione del benessere psicologico

Obiettivi specifici

- creazione di una rete per il benessere psicologico degli studenti
- identificazione e gestione precoce delle problematiche che richiedono una presa in carico psicologica
-

Ricadute per i ragazzi -risposta al disagio psicologico

Ricadute per gli insegnanti -aumento del benessere a scuola

Metodologia di lavoro

- gruppo di confronto condotto da uno psicologo con modalità a distanza

Valutazione

- numero di scuole che aderiscono all'iniziativa
- numero di professionisti che aderiscono all'iniziativa e che partecipano a gli incontri
- numero di interventi realizzati
-

Impegno di lavoro –

disponibilità a partecipare agli incontri (1 ora al mese)

Responsabile – Dott. A. Coppo, S.C. Psicologia

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 ragazzi – Diminuzione del rischio di malattie dovute a mancato allattamento al seno nella popolazione neonatale.

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 2017.

Impegno di lavoro – Un incontro di un'ora per gli insegnanti in ogni Istituto Comprensivo interessato. 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 2019.

Criteri di realizzazione – L'intervento è realizzabile in 10 classi.

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

-Scuola Secondaria di I° Grado-

Montagna: un respiro di vita

Premessa —Avvicinare i ragazzi all'escursionismo presenta numerosi risvolti:

- 1) praticare un'attività fisica sana e non competitiva, che contrasti la quotidianità sedentaria della maggior parte dei ragazzi e che favorisca momenti di socializzazione e scambio fra ragazzi;
- 2) avvicinare i giovani all'ambiente con la possibilità di conoscere natura e territorio spiegando quali sono i benefici del tempo trascorso all'aria aperta e i danni dell'inquinamento ambientale e della vita in città;
- 3) fornire ai ragazzi gli strumenti per praticare l'escursionismo in sicurezza e indicare i pericoli che la montagna può presentare.

Destinatari – Studenti delle scuole Secondarie di 1°grado.

Obiettivo generale –Promuovere l'attività motoria e l'educazione ambientale attraverso l'avvicinamento alla montagna.

Obiettivi specifici

- Informare i ragazzi dei benefici per la salute dell'attività fisica legata alla montagna;
- Educare ad uno stile di vita salubre e al contatto con la natura;
- Illustrare come effettuare escursioni in sicurezza.

Ricadute per i ragazzi -opportunità per praticare un'attività salutare e socializzante.

Ricadute per gli insegnanti -aumento del benessere nel gruppo classe.

Metodologia di lavoro

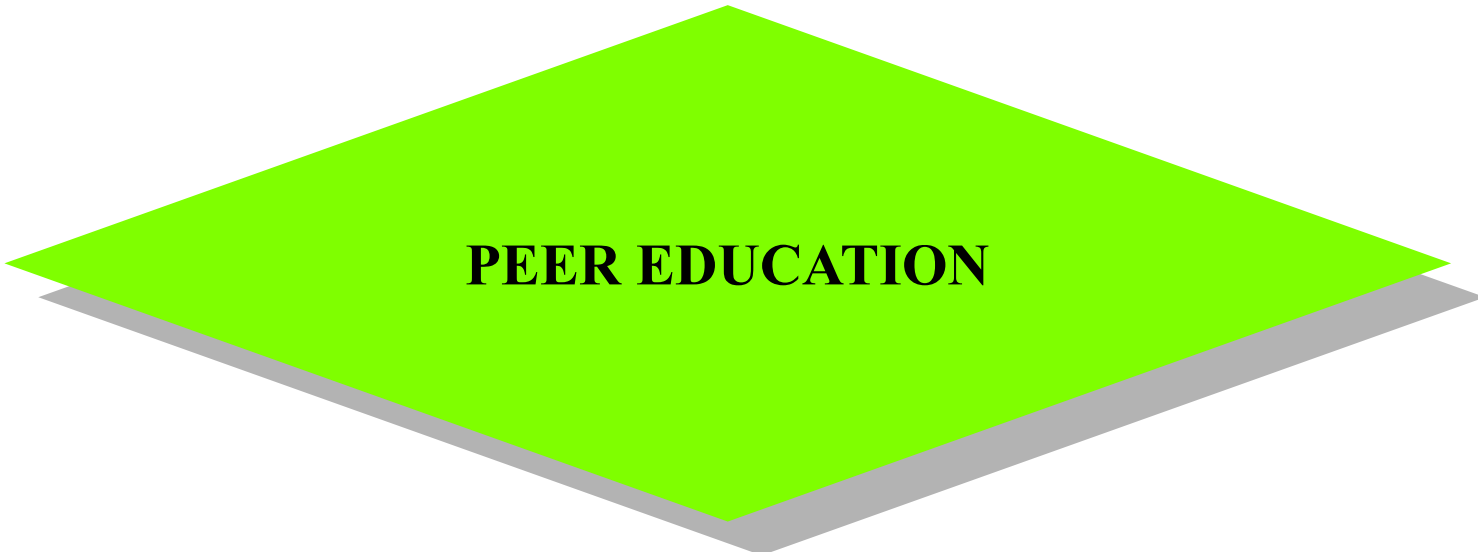
- Incontro di presentazione del progetto negli Istituti Comprensivi interessati allo scopo di spiegare finalità e modalità organizzative;
- Incontri informativi di un'ora per ogni classe aderente (con gli studenti) tenuti da un Accompagnatore di Alpinismo Giovanile del CAI (Club Alpino Italiano) e da un pediatra.

Valutazione – Adesione a fine anno ad una gita del gruppo di Alpinismo Giovanile del CAI di Vercelli da parte di docenti, allievi e famiglie.

Impegno di lavoro –Un incontro di un'ora per gli insegnati in ogni Istituto Comprensivo interessato. Un' ora di intervento in classe con gli esperti. Entrambi gli incontri potranno essere organizzati in remoto.

Criteri di realizzazione —L'intervento è realizzabile negli istituti del comune di Vercelli.

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



PEER EDUCATION

Premessa Nel presente anno scolastico la nostra ASL intende continuare a promuovere e sostenere i progetti che utilizzano la metodologia della Peer Education nella loro realizzazione, sia per le attività in cui operatori ASL avranno un ruolo diretto, sia per i progetti che, nati da una collaborazione, proseguiranno in forma autonoma, sia per interventi che verranno attivati ex novo. Al fine di non perdere il patrimonio di esperienze di questi anni nel nostro territorio e sottolineare sempre **il grande valore delle metodologie partecipative nella promozione alla salute** con preadolescenti ed adolescenti, l'ASL VC organizzerà un incontro/formazione aperto a tutti i docenti interessati. Per questo motivo **l'invito è aperto a chi ha già un buon bagaglio di esperienza in questa direzione, a chi è curioso e pensa di avvicinare questa modalità di lavoro, a chi intende attivare azioni di promozione alla salute lavorando con questa metodologia, con stili di Peer Education più classici e consolidati nella nostra realtà oppure con altre caratteristiche.**

L'incontro/formazione terrà conto, nella predisposizione dei contenuti proposti, del numero di adesioni che si riceveranno, delle caratteristiche e delle esperienze dei docenti aderenti rispetto al tema stesso della Peer Education.

L'obiettivo sarà tener viva l'attenzione sul metodo, promuovendo confronti e contaminazioni di significati e di stili che arricchiscano la motivazione dei docenti nel lavorare in questa direzione così impegnativa ma anche così vitale.

Destinatari - docenti delle scuole secondarie di I° e II° grado siano essi nuovi a questi temi o già formati precedentemente.

Obiettivo Generale – Aumentare le competenze dei docenti sull'utilizzo della Peer Education nei processi di educazione/promozione della salute.

Obiettivi specifici

- Promuovere motivazione nei docenti nell'utilizzo delle metodologie partecipative in attività di promozione alla salute.
- Favorire gli insegnanti nel promuovere il protagonismo giovanile come metodo di educazione alla cittadinanza, alla responsabilità, alla relazione con gli altri pari.

Ricadute per i ragazzi -miglioramento del benessere a scuola attraverso un maggiore protagonismo, aumento della responsabilizzazione e del senso civico, miglioramento delle relazioni sociali.

Ricadute per gli insegnanti -perfezionamento degli obiettivi didattici, lavoro sull'inclusione, miglioramento del clima in classe.

•

Metodologia di lavoro: Formazione degli adulti (frontale e interattiva). **Potrà essere organizzata sotto forma di formazione a distanza con scambi e confronti su piattaforma.**

Valutazione:

- Questionari di gradimento.
- Lavoro di gruppo.

Impegno di lavoro

L'incontro/formazione si svilupperà nell'anno scolastico in 3 ore.

Criteri di realizzazione – Il corso si terrà al raggiungimento di almeno n.15 adesioni.

Responsabile– Dott.ssa Raffaella Scaccioni, S.C. Psicologia e Referente Promozione della Salute

-Scuola Secondaria di 1°grado-

NOVITA'

FORMAZIONE DOCENTI

**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.

SiRene: conosci i tuoi reni

Premessa: In Italia si stima che 8% della popolazione sia affetto da patologie renali, che spesso non sono conosciute. Le malattie renali sono subdole e tanto diffuse quanto pericolose. Colpiscono i reni in modo silenzioso e spesso progressivo, sino a provocare l'insufficienza renale cronica terminale, di fronte alla quale non resta che far ricorso alla dialisi o al trapianto. Il loro costo in termini umani ed economici è elevatissimo.

L'obiettivo è diffondere negli studenti la consapevolezza che le malattie renali sono diffuse, pericolose, prevenibili e trattabili ed educarli alla prevenzione, cercando di diffondere la cultura del benessere e del corretto stile di vita. Fondamentale sarà anche sostenere esami di screening per la diagnosi precoce del danno renale e favorire la cultura della donazione di organi a scopo di trapianto.

Destinatari - studenti delle seconde classi delle Scuole secondarie di I° grado.

Obiettivo generale - Prevenzione malattie renali

Obiettivi specifici

- Aumentare la conoscenza relativa alle malattie renali;
- Rilevazione precoce dei disturbi renali attraverso un esame delle urine;
- Sensibilizzare alla donazione d'organo a scopo di trapianto. Promuovere il benessere psicologico dei preadolescenti.

Ricadute per i ragazzi - prevenzione delle malattie renali.

Ricadute per gli insegnanti - aumento della consapevolezza sulle malattie renali e gli stili di vita che concorrono a prevenirle.

Metodologia di lavoro

- Incontro organizzativo con gli insegnanti delle scuole aderenti al fine di spiegare i dettagli dell'attività, decidere la modalità con la quale proporre screening (esame urine) agli studenti e fare calendario degli incontri;
- incontro con ogni classe di 2 ore. L'incontro, condotto da un medico o un infermiere della SC Nefrologia e da un membro dell'associazione SiRene, si articolerà in una parte informativa e in uno screening (esame urine) per gli studenti autorizzati dai genitori. Ai genitori verrà poi consegnato, in busta chiusa, il referto dell'esame effettuato dal figlio.
- Istituzione di un concorso a premi sul tema "I Reni" a cui gli studenti coinvolti nell'attività potranno partecipare presentando elaborati illustrativi (disegni, cartelloni, foto, ecc.). La partecipazione potrà essere individuale o di gruppo.
- Organizzazione di una mostra entro prima settimana di Dicembre 2020 con tutti i lavori realizzati dai ragazzi.
- Premiazione a Marzo 2021 in occasione della Giornata Mondiale del Rene dei primi 3 elaborati: i premi, messi a disposizione dall'Associazione SiRene, consisteranno in buoni acquisto di diverso valore. Sarà premiata la Scuola presente con il maggior numero di classi partecipanti con buoni acquisto per materiali scolastici.
- Tutti gli elaborati saranno raccolti in una pubblicazione a cura dell'Associazione SiRene.

Valutazione

- La valutazione della proposta sarà effettuata sulla base delle adesioni ricevute, sul numero delle classi coinvolte e sul numero di elaborati presentati al concorso finale.

Impegno di lavoro

- Un incontro di un'ora con gli insegnanti referenti a fini organizzativi;
- intervento di due ore con le classi coinvolte;
- proposta di partecipazione a concorso finale. Su questo punto sarà scelta degli insegnanti coaudiuvare l'attività dei ragazzi nelle ore curriculari o stimolarli nel loro tempo extrascolastico.

Criteri di realizzazione – L'attività potrà essere realizzato con un numero massimo di 10 classi.

Responsabile – Dott. Oliviero Filiberti , S.C. Nefrologia

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 colori 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
- 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/numero 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

**PROGETTO PROTOTIPALE PER LA
PREVENZIONE DEL CANCRO
UNA CROCIATA PER LA VITA**

Premessa —I soggetti in età scolare rappresentano la fascia di età che inizia a fare scelte di vita come il tabacco, o l'abbronzatura e/o l'alimentazione; senza adeguate informazioni sulla salute i giovani sono a rischio di prendere decisioni non corrette quindi seguire stili di vita non appropriati. Alcune citazioni di studenti delle scuole medie rilevano “molti dei miei insegnanti mi dicono che il fumo provoca il cancro ai polmoni- ma nessuno di loro può dirmi come questo accade” e “ Il cancro della pelle può essere prevenuto- penso - non ne abbiamo davvero discusso a scuola”, “La mamma mi dà un panino, ma tutti i miei compagni mangiano merendine o patatine comprate, anch'io le vorrei”: queste frasi sono indice del forte desiderio di conoscenza sulle problematiche inerenti la salute da parte dei teenagers e costituiscono la premessa per l'attuale proposta operativa.

Questo progetto sperimentale e prototipale è infatti volto a promuovere l'educazione alla prevenzione del cancro per bambini in età scolare formandoli sui corretti stili di vita con una serie di incontri gestiti dagli specialisti oncologi. Gli interventi previsti saranno parzialmente coprogettati con le insegnanti di riferimento per adeguare la metodologia didattica al linguaggio più idoneo all'età dei ragazzi.

Il progetto rappresenta una grande opportunità nell'ambito della prevenzione dei tumori, giacché prevede anche un coinvolgimento delle famiglie nelle sue fasi avanzate.

Destinatari –

Finali: studenti e genitori delle scuole secondarie di 1° grado.

Intermedi: insegnanti delle scuole secondarie di 1° grado.

Obiettivo generale – Promuovere la cultura dei corretti stili di vita e responsabilizzare i ragazzi nell'ambito dei problemi della salute individuale e collettiva

Obiettivi specifici

- Fornire informazioni sui corretti stili di vita e sulla prevenzione dei tumori con una metodologia didattica appropriata all'età scolare.
- Promuovere l'adesione alle indicazioni dei servizi sanitari e responsabilizzare i giovani sulle problematiche della salute individuale.
- Sensibilizzare le famiglie nell'ambito della prevenzione dei tumori.

Ricadute per i ragazzi - aumento delle conoscenze sui comportamenti a rischio responsabili dell'insorgenza di tumori.

Ricadute per gli insegnanti - opportunità per affrontare il tema dei comportamenti a rischio coinvolti con l'insorgenza di tumori.

•

Metodologia di lavoro

- Incontro con il dirigente scolastico e gli insegnanti di classe per la coprogettazione del percorso didattico.
- Incontri di n.1 ora con le classi da parte degli specialisti oncologi che terranno una lezione frontale coadiuvata da materiale audiovisivo adatto all'età degli studenti a cui seguirà l'elaborazione successiva da parte degli alunni, guidati dai loro insegnanti, di proposte e progetti per stimolare l'adeguamento ai corretti stili di vita.
- Incontro informativo finale aperto a famiglie e a docenti.

Valutazione - la valutazione si baserà sul numero di progetti e proposte elaborate dagli studenti per stimolare l'adeguamento ai corretti stili di vita e sul numero di soggetti che partecipano attivamente alle elaborazioni di tali proposte.

Impegno di lavoro - Cinque incontri di n.1 ora a cadenza mensile a cura del medico oncologo con la classe a cui seguirà l'impegno dell'elaborazione in classe guidata dall'insegnante di attività e progetti inerenti alla materia tratta

Criteri di realizzazione - L'intervento sperimentale sarà aperto ad un Istituto secondario di 1° grado della città di Vercelli. **Il progetto potrà avviarsi e realizzarsi nel rispetto delle indicazioni relative allo sviluppo della situazione Covid-19.**

Responsabile - Dott.ssa Elvira De Marino, S.C. Oncologia.