



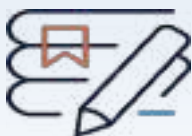
## CATALOGO PER LE SCUOLE ATTIVITÀ DI PROMOZIONE ALLA SALUTE



# SCUOLA PRIMARIA

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

A.S. 2022/23



# Premessa

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

Le attività di prevenzione e promozione della salute per l'A.S. 2022/23 che l'ASL VC, in collaborazione con l'Ufficio Scolastico Territoriale di Vercelli, propone a docenti e studenti anche quest'anno, come i precedenti vissuti in stato di emergenza sanitaria, prevedono, nell'eventualità, l'utilizzo del web con collegamenti in remoto. La programmazione ha tenuto conto anche dei bisogni di salute emersi dai risultati dell'indagine "Emotività e stili di vita" rivolto a studenti delle Scuole secondarie di 1° e 2° grado, proposto proprio a marzo/aprile 2022 (l'indagine è stata condivisa con le Scuole partecipanti e sarà a breve pubblicata sui social media e sul sito dell'ASL VC).

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.**

La novità di quest'anno è un progetto "**Impariamo a conoscere i nostri amici animali e a non abbandonarli**" rivolto alla sensibilizzazione dei bambini al corretto rapporto con gli animali da affezione con l'obiettivo di prevenire gli abbandoni. Inoltre si segnala l'attività educativa "**Rete senza fili: salute e disturbi da dipendenza da Internet**" per l'uso consapevole delle **tecnologie medial e i videogiochi, rivolto alle classi quinte**, particolarmente rispondente ai bisogni emergenti e aumentati dai lockdown legati alla pandemia. Viene riproposto, rimodulato con lo scopo di andare in contro alle esigenze emerse dalle insegnanti che vi hanno aderito nel precedente anno scolastico, il progetto "**I segnali del disagio del bambino a scuola**", attività con l'obiettivo di aiutare le insegnanti a identificare strategie psicopedagogiche utili a gestire situazioni di disagio educativo nella prima infanzia, situazioni che sono molto probabilmente aumentate anche dalla pandemia e dalla sua influenza psicologica negativa. Sono presenti due attività per la diffusione del corretto stile alimentare: **Spuntino**, corso di formazione per docenti e **Alimentazione**, incontri dello specialista con gli studenti.



## ➤ **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 2022/23 per la Scuola Primaria.

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 [promozione.salute@aslvc.piemonte.it](mailto:promozione.salute@aslvc.piemonte.it) **entro il 30 settembre 2022**. 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 2022/23, 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:**

- **S.C. Psicologia**
- **S.C. SIAN**
- **S.C. Pediatria**
- **S.C. Neuropsichiatria Infantile**
- **S.C. Ser.D**
- **S.S.D Veterinario Area A**

**Redazione a cura di  
Raffaella Scaccioni, Paola Gariboldi, Marta Corgnati**



## I SEGNALI DI DISAGIO DEI BAMBINI A SCUOLA

### **Destinatari:**

- **Intermedi: Insegnanti della Scuola Primaria degli Istituti Comprensivi di Vercelli**
- **Finali: Studenti dai 6 agli 11 anni**

**Premessa:** L'infanzia è un periodo evolutivo complesso caratterizzato da un progressivo sviluppo fisico, cognitivo e psicologico. La situazione di evoluzione, però, se da un lato comporta la maturazione di notevoli risorse e potenzialità, dall'altro espone una struttura psicologica fragile ai più svariati rischi ambientali. Nei bambini la capacità di esprimere un malessere, specialmente nei primi anni della primaria, non passa attraverso la via della comunicazione verbale: di solito, infatti, possono manifestare il proprio disagio attraverso veri e propri sintomi fisici, come mal di pancia o mal di testa, oppure attraverso il comportamento, come eccessi di aggressività, paure immotivate, isolamento o attivazione motoria, difficoltà a concentrarsi e ad apprendere. Per questi motivi, risulta molto importante essere in grado di cogliere i segnali di disagio che il bambino manifesta anche nel contesto scolastico. E' evidente che le forme più comuni di malessere possono avere origine sia in qualche difficoltà evolutiva connessa alle varie tappe dello sviluppo del bambino sia nelle dinamiche familiari, o ancora in cause sociali, economiche, culturali o di altra natura. Dal momento che la gestione di tutte queste cause di disagio non rientra negli specifici scopi delle istituzioni educative, non appare opportuno concentrarsi sull'eliminazione di tali cause, che esulano dall'ambito scolastico, ma può invece essere efficace analizzare e concentrarsi sulle risorse che le strutture educative posseggono al loro interno per gestirle e farvi fronte. L'obiettivo degli incontri è quello di aiutare gli insegnanti a capire il significato delle diverse forme comportamentali con le quali concretamente si palesano le principali manifestazioni di disagio emotivo dei bambini e contestualmente di analizzare attraverso quali strategie educative esse possono essere accolte nelle singole Istituzioni e nelle singole classi. Le varie strategie educative a cui si fa riferimento non richiedono strumenti o metodologie particolari o estranee a quelle comunemente in uso, ma fanno affidamento unicamente a modalità o strumenti educativi che sono già a disposizione delle insegnanti e che potrebbero essere "riscoperti" come utili alleati in questo contesto.

**Obiettivo generale:** Promozione della salute mentale dei bambini di 6-11 anni.

**Obiettivi specifici:**

- Ampliare la conoscenza delle diverse manifestazioni di disagio psicologico nei bambini tra i 6 e gli 11 anni
- Acquisire e consolidare strumenti e chiavi di lettura delle situazioni di disagio
- Condividere aspetti metodologici relativi a situazioni critiche, in uno spazio di elaborazione di gruppo finalizzato a restituire una cornice di senso e a identificare nuovi significati
- Identificare le strategie educative utili nella gestione delle manifestazioni di malessere emotivo

## **Metodologia di lavoro:**

Il progetto prevede l'erogazione di 3 incontri teorico-pratici della durata di 2 ore ciascuno riguardanti i segnali di disagio emotivo dei bambini nella Scuola Primaria. In relazione alla situazione e alle norme di sicurezza previste per la prevenzione della diffusione del COVID-19, le attività possono essere avviate in presenza oppure online.

### **I MODULO - ATTIVITA' DI FORMAZIONE:**

1° INCONTRO: sarà focalizzato sulle ipotesi teoriche che fanno da guida alla comprensione dello sviluppo emotivo ed affettivo nella fascia di età 6-11 anni e sui segnali di malessere emotivo dei bambini nelle loro diverse espressioni. Verranno presentate esemplificazioni pratiche.

- Il malessere emotivo: definizione e segnali
- La teoria dell'attaccamento (J. Bowlby)

2° INCONTRO: si porterà l'attenzione sia sul tema delle problematiche comportamentali dei bambini manifestati in ambito educativo e scolastico con attenzione al ruolo che gli insegnanti svolgono all'interno di questo processo. Verranno presentate esemplificazioni pratiche.

- Il disagio emotivo nel mondo della scuola: principi teorici e metodologici
- I segnali di malessere emotivo nella Scuola Primaria: difficoltà emotive ad espressione implosiva e ad espressione esplosiva
- Esercitazione/Simulazione di casi

3° INCONTRO: verrà ripreso il tema delle problematiche comportamentali dei bambini nell'ultimo contenitore istituzionale. Inoltre si porterà l'attenzione sui segnali di importante disagio emotivo tale per cui, in alcuni casi si rende necessaria, dopo la rilevazione da parte dell'insegnante, una segnalazione alle Istituzioni competenti. Verranno presentate esemplificazioni pratiche.

- I segnali di malessere emotivo nella Scuola Primaria: difficoltà strumentali e difficoltà dovute ad un rapporto disfunzionale tra famiglia e scuola
- La segnalazione/l'invio ai Servizi Specialistici del territorio
- Esercitazione/Simulazione di casi

Gli insegnanti che hanno partecipato al I MODULO possono approfondire le tematiche affrontate nel percorso formativo partecipando ad un II MODULO di tipo esperienziale della durata di alcuni incontri di 1 ora e mezza ciascuno con frequenza mensile (e comunque da definire con i partecipanti), caratterizzato dal confronto in piccoli gruppi su situazioni specifiche (massimo 10 insegnanti).

## **II MODULO – ESPERIENZIALE:**

Il progetto prevede l'erogazione di:

- 8 incontri di tipo pratico/esperienziale della durata di 1 ora e mezza ciascuno a cadenza mensile rivolti agli insegnanti che hanno partecipato al I MODULO formativo nel precedente anno scolastico (2021/2022)

- 4 incontri di tipo pratico/esperienziale della durata di 1 ora e mezza ciascuno a cadenza mensile rivolti agli insegnanti che hanno partecipato al I MODULO formativo nel corrente anno scolastico (2022/2023)

La modalità di erogazione delle attività sarà in presenza. Gli incontri di formazione sono rivolti ad un massimo 10 partecipanti; qualora ci fossero più iscrizioni, si prevede l'attivazione di edizioni successive durante lo stesso anno scolastico.

Ogni incontro prevede la presentazione di una "situazione stimolo": si tratta della lettura di una breve descrizione della manifestazione comportamentale di malessere (es. attivazione motoria, inibizione, manifestazioni d'ansia, aggressività,...) che un bambino può manifestare in classe a cui segue la condivisione e la discussione in gruppo rispetto ad atteggiamenti e strategie che l'insegnante può adottare allo scopo di far fronte alle difficoltà del bambino. Le "situazioni stimolo" possono essere condivise in gruppo sia da parte del formatore sia, qualora si rilevasse la disponibilità, anche da parte dagli insegnanti stessi.

**Valutazione:** qualitativa, compilazione di una scheda di valutazione e di presenza

**Impegno di lavoro:** n. 4 ore di formazione d'aula e n. 6 ore circa di formazione interattiva in piccoli gruppi.

### **Ricadute del processo:**

- Migliorare la conoscenza e le modalità per fronteggiare i segnali di disagio dei bambini dai 6 agli 11 anni da parte degli insegnanti.

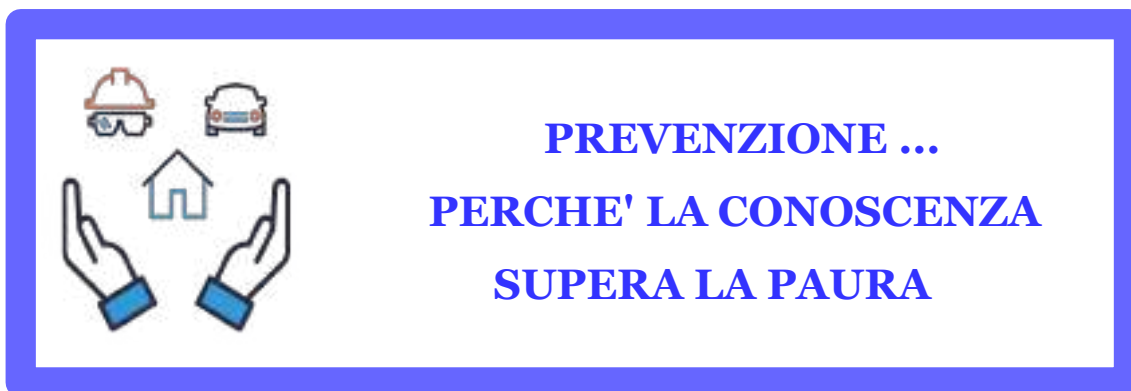
- Sostenere il ruolo degli insegnanti nella gestione delle situazioni di disagio emotivo espresse dai bambini nel contesto della Scuola Primaria.

**Responsabile:** Dott.ssa Alessandra Grimaldi – S.C. Psicologia ASL VC

Link al progetto:

[https://www.retepromozionesalute.it/bd2\\_scheda.php?idpr2=6235](https://www.retepromozionesalute.it/bd2_scheda.php?idpr2=6235)





### **Destinatari:**

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

### **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 espone 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.**

**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:**

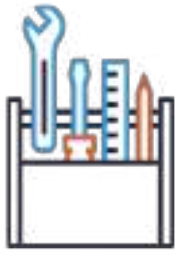
- Test di valutazione delle nozioni apprese;
- Valutazione della correttezza delle esercitazioni eseguite.

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

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

Link al progetto:

[https://www.retepromozionesalute.it/bd2\\_scheda.php?idpr2=5914](https://www.retepromozionesalute.it/bd2_scheda.php?idpr2=5914)



RETE SENZA FILI

"X CORSI"

**SALUTE E DISTURBI DA DIPENDENZA  
DA INTERNET: tante connessioni possibili**

**Destinatari:**

- **Studenti di età compresa tra i 10 e gli 11 ;**
- **Docenti delle classi quinte della scuola primaria.**

**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 mediali 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, in relazione all'emergenza sanitaria, una formazione in presenza o attraverso videoconferenze dei docenti interessati che svolgereanno nelle fasi successive il lavoro operativo con i loro studenti. La formazione, oltre ad alcuni brevi spunti di approfondimento **sui temi delle tecnologie, dell'uso del web, dei social network e dei videogiochi**, riguarderà i materiali e il kit didattico che viene fornito per svolgere le attività con gli studenti, che li coinvolgeranno sia in una dimensione individuale, che in piccoli gruppi e nel gruppo classe. Il progetto ha aperto un blog <https://retesenzafili.it/> su cui potranno essere caricati i materiali dei lavori prodotti dai ragazzi e accedere agli aggiornamenti sui temi del progetto.

**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 in presenza o attraverso videoconferenze dei docenti interessati che svolgeranno nelle fasi successive il lavoro operativo con i loro 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 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: quattro incontri della durata di 2,5 ore l'uno;
- 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 corso sarà aperto ad un massimo di 20 insegnanti.

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

Link al progetto:

[https://www.retepromozionesalute.it/bd2\\_scheda.php?idpr2=6174](https://www.retepromozionesalute.it/bd2_scheda.php?idpr2=6174)





## SPUNTINO

### **Destinatari:**

- **intermedi: insegnanti delle Scuole dell' Infanzia, Primaria e Secondaria di 1° e 2° grado**
- **finali: bambini scuola infanzia, studenti scuole Primaria e Secondaria di 1° e 2° grado**

**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.

**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 gli studenti:** 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

Link al progetto:

[https://www.retepromozionesalute.it/bd2\\_scheda.php?idpr2=2881](https://www.retepromozionesalute.it/bd2_scheda.php?idpr2=2881)





## ALIMENTAZIONE

**Destinatari:** insegnanti e studenti degli Istituti Comprensivi e degli Istituti Secondari di 1° e 2° grado.

**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.

**L'attività sarà promossa proattivamente nelle aree del territorio dell'ASL VC che risultano aree svantaggiate e con maggiore prevalenza di bambini in sovrappeso e/o obesi.**

**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.

In caso di impossibilità a svolgere in presenza la formazione, l'attività sarà realizzata in forma semplificata da remoto.

**Valutazione:** valutazione qualitativa da parte degli insegnanti e gradimento da parte degli studenti.

**Impegno di lavoro:** l'attività prevede un incontro iniziale con insegnanti per la valutazione di eventuali esigenze specifiche e la coprogettazione, a cui seguirà un incontro con gli studenti da parte dell'esperto della durata di 2 ore.

**Criteri di realizzazione:** l'attività sarà avviata solo dopo l'incontro organizzativo e di coprogettazione con il docente della classe in cui sarà realizzato l'intervento. Verrà data la precedenza agli Istituti appartenenti ai territori che risultano aree svantaggiate e con maggiore prevalenza di bambini in sovrappeso e/o obesi.

**Se non sarà possibile l'incontro in presenza a causa delle regole per il contrasto della pandemia Covid-19, verrà effettuato attraverso un collegamento da remoto con la classe.**

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

Link al progetto:

[https://www.retepromozionesalute.it/bd2\\_scheda.php?idpr2=2900](https://www.retepromozionesalute.it/bd2_scheda.php?idpr2=2900)





## IMPARIAMO A CONOSCERE I NOSTRI AMICI ANIMALI E A NON ABBANDONARLI

**Destinatari:** insegnanti e studenti delle IV e V classi delle Scuole Primarie.

**Premessa:** il fenomeno dell'abbandono degli animali domestici, prima di tutto cane e gatti, è una piaga più accentuata in alcuni periodi dell'anno ma sempre presente, può avere esito, nella migliore delle ipotesi, nella reclusione dell'animale in canile, nella peggiore anche la morte dell'animale. Nel territorio dell'ASL VC nel 2021 n. 242 cani vaganti sono entrati nei canili sanitari, n. 121 sono stati restituiti ai legittimi proprietari e n. 110 sono stati trasferiti nei rifugi; circa n. 200 gatti popolano le colonie feline. Risulta quindi importante avviare un'azione di sensibilizzazione della popolazione che coinvolga prima di tutto i bambini alla detenzione consapevole degli animali: "Tu diventi responsabile per sempre di quello che hai addomesticato. Tu sei responsabile della tua rosa" Antoine de Saint- Exupery da Il piccolo principe. L'uomo ha tra le sue motivazioni di base anche quella di avere relazioni con gli animali, probabilmente perché trova nello scambio con essi soddisfazione alla sua propensione a "prendersi cura" degli altri. Questo impulso lo si può trovare in maniera molto intensa nei bambini. D'altra parte, i bambini di oggi sono figli della nostra storia: tutti noi ci siamo allontanati dal mondo animale, in modo progressivo, da più di una generazione, a partire dal dopoguerra, con l'abbandono delle campagne e la fuga verso le città: per questo è importante trasmettere ai bambini una conoscenza adeguata del comportamento e dei bisogni dell'animale da compagnia che oggi è diventato a tutti gli effetti un membro della famiglia.

**Obiettivo generale:** promuovere una relazione corretta con gli animali di affezione

**Obiettivi specifici:**

- informare circa la corretta detenzione degli animali di affezione;
- aumentare la consapevolezza che gli animali da compagnia sono esseri senzienti;
- informare i bambini dell'utilità della sterilizzazione dei cani e dei gatti per prevenire la necessità di abbandonare i cuccioli non desiderati.



**Metodologia di lavoro:**

- corso frontale della durata di due ore dalle 11,00 alle 13,00 con proiezione di un video.

**Valutazione:** scheda di valutazione del gradimento da parte dei bambini da compilare al termine dell'incontro o in classe.

**Impegno di lavoro:** N. 2 ore.

**Criteri di realizzazione:** il corso si terrà presso una sede indicata dall'ASL VC e si potrà rivolgerà a circa n. 100 alunni.

**Responsabili:** Dott. Daniele Masiero e Dott.ssa Gabriella Garbarino  
S.S.D. Veterinario Area A.