



PP01

SCUOLE CHE PROMUOVONO SALUTE



PREVENZIONE UMBRIA
onehealth

SCUOLE CHE PROMUOVONO SALUTE - CATALOGO DI OFFERTA - ANNO SCOLASTICO 2023/2024



Regione Umbria

Piano Regionale della Prevenzione 2020/2025

INDICE

• PREMESSA.....	4
• PENSIAMO POSITIVO (BP).....	8
• UNPLUGGED (BP).....	11
• YAPS - YOUNG AND PEER SCHOOL.....	10
• IL CONSULTORIO INCONTRA LE SCUOLE (BP).....	15
• UN MIGLIO ATTORNO A SCUOLA (BP).....	16
• PAUSE ATTIVE (BP).....	18
• AFFY FIUTAPERICOLI (BP).....	20
• DIPENDO DA ME (BP).....	22
• "IO ...DICO OK".....	24
• NUTRIZIONANDO.....	26





Premessa

Nel Piano Nazionale di Prevenzione 2020-2025, il Programma Predefinito PP01 “Scuole che promuovono Salute” ha l’obiettivo di sostenere l’empowerment individuale e di comunità nel setting scolastico, in un’ottica intersettoriale che intercetta e fa dialogare tra loro, gli obiettivi di Salute pubblica e la mission educativa della Scuola; promuove il rafforzamento di competenze e la consapevolezza di tutti gli attori della comunità scolastica (studenti, insegnanti, personale ATA, tecnici, dirigenti e genitori) e le modifiche strutturali ed organizzative sostenibili che facilitano l’adozione di stili di vita salutari e la prevenzione di fattori di rischio comportamentali e ambientali, attraverso interventi di provata efficacia o buone pratiche validate.

La Promozione della Salute a Scuola comprende, pertanto, sia l’educazione alla Salute, sia tutto l’impegno dedicato a creare un contesto, delle policy scolastiche e un curriculum didattico orientati alla Promozione della Salute stessa.

Nel vigente Piano regionale della Prevenzione 2020-2025 sono state esplicitate azioni mirate con il programma predefinito PP01 “Scuole che promuovono salute”, tra cui l’adozione di accordi inter-istituzionali tra il sistema sanitario e il sistema scolastico proprio per favorire una governance integrata e l’elaborazione di un documento regionale delle pratiche raccomandate per sostenere la costruzione, a livello regionale, della Rete delle Scuole che Promuovono Salute.

A questo proposito si ricorda che con Deliberazione della Giunta Regionale n. 346 del 13 aprile 2022 è stato approvato il Protocollo d’intesa tra Regione Umbria e Ufficio Scolastico Regionale per l’Umbria per la realizzazione di iniziative condivise volte alla promozione della salute della popolazione scolastica.

Una Scuola che Promuove Salute, quindi, adotta un approccio globale, sistematico, integrato, orientato all’azione e alla partecipazione, per cui tutta la comunità scolastica, inclusi gli studenti, gli insegnanti, il personale non docente, i genitori, assume un ruolo attivo nel processo decisionale e nelle iniziative.

Per supportare le scuole nella mission di promozione della salute e del benessere sulla base del modello Schools for Health in Europe Network Foundation (SHE) è stato redatto, attraverso azioni condivise con i servizi del territorio regionale, il “Documento regionale di pratiche raccomandate” -

- Scuole che Promuovono Salute adottato con Determinazione Dirigenziale n. 3627 del 3 aprile 2023.

Per diventare una Scuola che Promuove Salute è necessario aderire alla Rete delle Scuole che Promuovono Salute ed esprimere così la volontà di iniziare il percorso che prevede l'impegno ad attuare, in tutti i plessi/scuole di ogni istituto scolastico, almeno una buona pratica, così come indicato nel Documento regionale.

Il presente documento rappresenta il catalogo dell'offerta formativa per l'anno scolastico 2023-2024 e raccoglie progetti locali e pratiche raccomandate al fine di dare attuazione alle attività di promozione ed educazione alla salute destinate alla comunità scolastica.

Da dove partire

La collaborazione tra le ASL e gli Istituti scolastici del territorio è stabile da anni, e ha consentito la definizione di una serie di percorsi educativi su alcuni temi prioritari della salute.

Queste iniziative sono state coordinate da operatori di varie strutture dell'ASL con il coinvolgimento di diversi stakeholders quali Comuni, Associazioni di Volontariato, Fondazioni, Università, etc.

Con la sopra richiamata DGR n. 346 del 13 aprile 2022 si è costituita nella Regione Umbria la Rete delle scuole che promuovono salute con il fine di diffondere pratiche supportate da prove di efficacia e/o raccomandate per promuovere stili di vita sani ed attivi tra gli studenti, attraverso l'acquisizione di conoscenze, abilità ed abitudini necessarie per vivere in modo salutare anche in età adulta con particolare attenzione all'equità, per tutte le scuole di ogni ordine e grado della Regione Umbria.

Con DD n. 3627 del 3 aprile 2023 la Regione Umbria ha approvato il "Documento regionale di pratiche raccomandate" - Scuole che promuovono salute editabile dal sito della Regione Umbria pagina Salute - prevenzione - PP01 dove vengono riportati gli obiettivi, le modalità e i vantaggi di far parte di una rete di scuole che promuovono salute.

Le scuole aderenti alla Rete vengono comunicate dalla Regione Umbria annualmente al Ministero della Salute accedendo alla piattaforma per la rendicontazione degli obiettivi raggiunti.

L'adesione ad almeno una buona pratica, contenuta nel presente catalogo dell'offerta formativa per l'anno scolastico 2023-2024, è necessaria affinché venga riconosciuta la certificazione di appartenenza della scuola alla rete regionale di scuole che promuovono salute.

Come aderire ai progetti

L'adesione ai progetti avverrà tramite l'invio della scheda di adesione (allegato 1) che dovrà essere inoltrata seguendo le istruzioni in essa riportate.

ACCREDITAMENTO DELLA FORMAZIONE: Le attività formative proposte agli insegnanti in questo catalogo possono essere accreditate da parte dello stesso Istituto Scolastico o della Scuola Polo per la Formazione, seguendo le vigenti procedure della Direttiva Ministeriale 170/2016.

Guida alla consultazione

Il presente catalogo raggruppa l'offerta Regionale delle Buone pratiche disponibili su tutto il territorio regionale ed attivabili su richiesta della scuola interessata.

Le buone pratiche proposte sono riconducibili alle seguenti aree tematiche:

- *Life skills*, sviluppo delle competenze personali, sociali e relazionali;
- Prevenzione dipendenze patologiche/*life skills*;
- Promozione del benessere psicofisico e prevenzione dei comportamenti a rischio in adolescenza;
- Sicurezza ambienti di vita e di lavoro;
- Benessere e movimento;
- Alimentazione.

Come previsto dalla DD n. 3627 del 3 aprile 2022 avente per oggetto "Documento regionale di pratiche raccomandate - Scuole che promuovono salute - Approvazione" il presente catalogo dell'offerta formativa anno scolastico 2023-2024, verrà revisionato a partire da gennaio 2024 per eventuali integrazioni; si prevede l'inserimento della seconda sezione nella quale troveranno spazio le proposte dei territori, pratiche attive solo in specifici territori ma di riconosciuta rilevanza e significatività.

Di seguito si elencano le proposte progettuali per l'anno scolastico 2023-2024.

Legenda per l'interpretazione:

I progetti presenti nella raccolta sono riconducibili alla specifica area tematica in base al seguente codice colore:

Life skills, sviluppo delle competenze personali, sociali e relazionali

Promozione del benessere psicofisico e prevenzione dei comportamenti a rischio in adolescenza



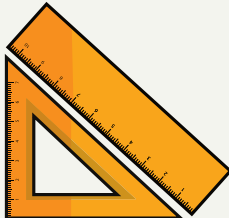

Prevenzione dipendenze patologiche/*life skills*

Sicurezza ambienti di vita e di lavoro

Benessere e movimento

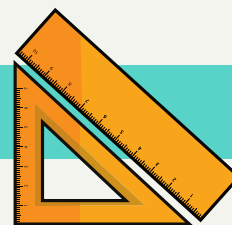
Alimentazione

I progetti presenti nella raccolta sono rivolti allo specifico ordine e grado in base al seguente codice iconografico:

SCUOLA INFANZIA	
SCUOLA PRIMARIA	
SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO	
SCUOLA SECONDARIA DI SECONDO GRADO	

Questo catalogo intende porsi in continuità e fungere da strumento di rafforzamento del rapporto di stretta collaborazione che è stato consolidato negli anni tra il sistema Scuola e il sistema Sanità, dal livello regionale al livello locale.

Costituisce un primo tentativo di razionalizzazione delle attività basate sul lavoro integrato tra Scuola e Sanità ed è prevedibile che, sulla base dell'esperienza concreta che ne deriverà, debba essere aggiornato e modificato nel tempo accogliendo quegli elementi di stimolo che i protagonisti delle attività stesse (docenti, studenti, operatori sanitari, genitori, altri professionisti della scuola, ecc...) esprimeranno.



Pensiamo positivo (BP)

Tema di salute

Life skills, sviluppo delle competenze personali, sociali e relazionali

Destinatari

Scuola dell'infanzia, Scuola primaria, Scuola secondaria di primo grado

Servizio Responsabile del Progetto: Reti distrettuali Promozione della salute

Obiettivi

Introdurre/diffondere nelle scuole, fin dalle età più precoci, percorsi di educazione socio-affettiva con le seguenti finalità:

- Favorire ed accompagnare il processo di costruzione dell'identità individuale e lo sviluppo delle competenze personali e relazionali (*Life Skills*);
- Accrescere le competenze comunicative e relazionali di insegnanti e studenti, facendo della comunità scolastica una "comunità di relazioni";
- Approfondire argomenti di interesse, tra cui temi specifici riguardanti la salute, con modalità comunicative aperte ed efficaci.

Metodologia

Il progetto si basa sull'**educazione socio-affettiva**, una metodologia che tende a potenziare le abilità di:

- riconoscere e gestire le proprie emozioni;
- stabilire relazioni interpersonali gratificanti;
- esplorare le proprie risorse e i propri limiti e costruire un'autostima realistica.

I percorsi di educazione socio-affettiva utilizzano prevalentemente lo strumento del **Circle time** (Tempo del cerchio), ovvero la costituzione, secondo un processo metodologicamente definito, di un gruppo di condivisione centrato sull'argomento e dedicato alla conoscenza di sé e degli altri, all'espressione di esperienze e sentimenti, in un clima di reciproco rispetto. Il gruppo è condotto da un insegnante nel ruolo di facilitatore, cioè con il compito di guidare l'attività e coordinare il dibattito, facilitando la comunicazione. Gli incontri, di circa un'ora ciascuno, sono programmati secondo una cadenza costante (una volta la settimana), in orario scolastico.

Nell'ambito dei percorsi di educazione socioaffettiva possono essere utilizzati ulteriori strumenti, quali:

- **Role playing:** gioco di ruolo, in cui alcuni partecipanti svolgono il ruolo di "attori", in interazione tra loro, mentre altri partecipanti della classe fungono da "osservatori". Successivamente viene analizzato il contenuto, le modalità di esercizio di specifici ruoli e, più in generale, i processi di comunicazione.
- **Feedback:** è l'informazione di ritorno a seguito di una comunicazione o di un'azione. In ambito comunicativo il feedback ha il fine di confermare, rafforzare o modificare l'atteggiamento o il comportamento dell'interlocutore, per migliorare la qualità complessiva della comunicazione della persona o del gruppo.
- **Brainstorming:** intervista di gruppo nella quale viene sfruttato il meccanismo dell'associazione di idee. La finalità è fare emergere diverse possibili alternative in vista della soluzione di un problema o di una scelta da compiere.
- **Giochi psico-sociali:** attività di gioco, svolte all'interno di regole definite, che permettono di esplorare tematiche comunicative, relazionali e sociali per favorire lo sviluppo delle proprie competenze.
- **Attivazioni di gruppo:** giochi brevi, anche detti giochi rompighiaccio, che facilitano la costruzione di un clima di lavoro disteso e produttivo.
- **Lavoro in piccoli gruppi.**
- **Dibattiti su temi significativi scelti dagli studenti.**

Il progetto prevede in primo luogo la **formazione degli insegnanti sulla metodologia dell'educazione socio-affettiva**, attraverso corsi inseriti nel Piano di Formazione della Regione Umbria e realizzati dalla Scuola Umbra di Amministrazione Pubblica; i formatori sono operatori con formazione ed esperienza specifica afferenti alle Reti di promozione della salute delle Aziende USL; i corsi sono realizzati secondo i bisogni formativi espressi dalle scuole.

Ciascun corso si sviluppa in due giornate, alternando momenti teorici e momenti esperienziali, secondo un format uniforme prestabilito a livello regionale.

Il percorso di supporto ai docenti da parte degli operatori ASL prosegue con la programmazione, in maniera partecipata, dell'organizzazione degli interventi nelle classi e con la realizzazione di incontri successivi di confronto e supervisione delle attività svolte in classe.

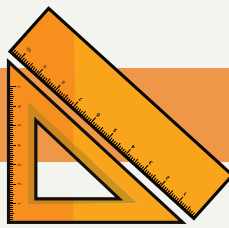
Valutazione

La valutazione comprende l'utilizzo di strumenti quali – quantitativi.

Istruzioni per l'adesione

Per l'anno scolastico 2023-2024 le attività procederanno secondo il programma già in essere in ciascun territorio.

Per l'anno scolastico 2024-2025 le modalità di adesione saranno concordate e rappresentate nel Catalogo dell'offerta relativo.



Unplugged (BP)

Tema di salute

Prevenzione dipendenze patologiche/*life skills*

Destinatari

Scuole secondarie di primo grado.

Servizio Responsabile del Progetto: Reti distrettuali Promozione della salute

È un programma evidence based, costruito in ambito europeo e validato attraverso un percorso di valutazione dei risultati che ne ha evidenziato l'efficacia; per l'Italia è coordinato dall'OED (Osservatorio Epidemiologico Dipendenze del Piemonte); È un programma di prevenzione scolastica rivolto all'uso di sostanze psicoattive e a comportamenti assimilabili, basato sul modello dell'influenza sociale e sul potenziamento delle life skills, ed è riconosciuto sempre di più come utile strumento della più generale promozione del benessere relazionale, che impatta positivamente sul miglioramento del clima in classe e sul successo scolastico (www.oed.piemonte.it/unpluggeditalia).

Unplugged utilizza un approccio interattivo, secondo un modello standardizzato, ed è coerente con altri progetti indirizzati alle scuole dell'infanzia, alle scuole primarie e alle secondarie di secondo grado che propongono metodologie affini, con l'obiettivo di realizzare un percorso di promozione della salute esteso, in maniera continuativa, lungo tutto l'iter scolastico. Per applicare Unplugged nelle classi, gli insegnanti devono partecipare ad un corso, tenuto da formatori Unplugged accreditati dall'OED.

Obiettivo generale: promuovere l'implementazione del programma, in maniera diffusa, presso le scuole secondarie di primo grado, quale strumento di prevenzione specifica del consumo di sostanze psicoattive e comportamenti assimilabili.

Obiettivi specifici: formare gli insegnanti all'applicazione di questa metodologia in classe.

Metodologia

Il Programma è sviluppato dai docenti attraverso la realizzazione di 12 unità didattiche in classe, da integrare nel curriculum scolastico, applicando metodologie interattive, attraverso tecniche quali il role playing, il brainstorming e le discussioni di gruppo. A supporto dell'applicazione del programma è disponibile un kit che include il manuale per l'insegnante, il quaderno dello studente e il set di carte da gioco.

Il corso per i docenti ha una durata complessiva di 25 ore, di cui 20 in aula (formazione residenziale in presenza) e successive 5 ore di formazione sul campo (supervisione), con obiettivi di verifica e confronto, che saranno programmate nel corso delle giornate formative.

Valutazione

La valutazione comprende l'utilizzo di strumenti quali – quantitativi.

Istruzioni per l'adesione

Per l'anno scolastico 2023-2024 le attività procederanno secondo il programma già in essere in ciascun territorio.

Per l'anno scolastico 2024-2025 le modalità di adesione saranno concordate e rappresentate nel Catalogo dell'offerta relativo.



YAPS – Young And Peer School (BP)

Tema di salute

Promozione del benessere psicofisico e prevenzione dei comportamenti a rischio in adolescenza

Destinatari

Insegnanti e studenti della Scuola Secondaria di secondo grado

Servizio Responsabile del Progetto: Reti distrettuali Promozione della salute

Obiettivi

- Promozione del benessere psicofisico;
- Potenziamento delle *life skills*;
- Prevenzione dei comportamenti a rischio.

Metodologia

Il programma si basa sulla metodologia dell'educazione tra pari, attuata attraverso le seguenti fasi:

- 1° fase - ingaggio degli studenti (attraverso procedure di auto-candidatura e auto-valutazione);
- 2° fase - formazione gruppo dei pari (creazione gruppo, formazione sulle life skills, formazione sul tema e sui metodi di comunicazione del messaggio preventivo) formazione docenti referenti;
- 3° fase - disseminazione del messaggio preventivo (attraverso gli interventi dei peer educator rivolti ai pari).

Il lavoro di formazione alla Peer Education prevede l'utilizzo di metodologie centrate sul gruppo (brainstorming, simulazioni, role playing, video, focus group, incontri con esperti).

Strumenti

- Kit educativi
- Sviluppo abilità (es. life o social skills)
- Peer Education
- Attività esperienziali (Role playing, giochi informativi, ...)
- Educazione socio-affettiva
- Incontri con esperti
- Out-put (elaborato, performance)

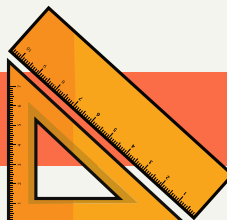
Valutazione

La valutazione comprende l'utilizzo di strumenti quali – quantitativi.

Istruzioni per l'adesione

Per l'anno scolastico 2023-2024 le attività procederanno secondo il programma già in essere in ciascun territorio.

Per l'anno scolastico 2024-2025 le modalità di adesione saranno concordate e rappresentate nel Catalogo dell'offerta relativo.



Il Consultorio incontra le Scuole (BP)

Tema di salute

Promozione del benessere psicofisico e prevenzione dei comportamenti a rischio in adolescenza

Destinatari

Scuole secondarie di primo e secondo grado

Servizio Responsabile del Progetto: Consultorio

Obiettivi

Gli operatori del consultorio familiare presentano il servizio agli studenti delle Scuole secondarie di primo grado nell'intento di diffondere nei giovani la conoscenza di uno spazio dedicato alla prevenzione dei comportamenti sessuali a rischio. La finalità è di proporre agli studenti un'utile risorsa per bisogni di consultazione e di intervento di cui disporre al momento opportuno, in un'ottica di empowerment.

Metodologia

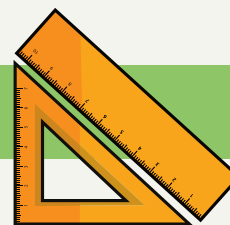
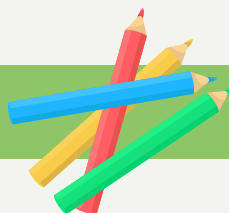
Compatibilmente con il personale disponibile, si organizzano incontri di presentazione dei Consultori indirizzati alle classi delle Scuole secondarie di primo grado.

Valutazione

La valutazione comprende l'utilizzo di strumenti quali – quantitativi.

Istruzioni per l'adesione

Inviare la scheda di adesione dal 31/01/2024 al 28/02/2024 secondo le modalità che verranno riportate nell'integrazione al presente catalogo prevista per gennaio 2024.



Un miglio attorno a scuola (BP)

Tema di salute

Benessere e movimento

Destinatari

Scuole primarie, Scuole secondarie di primo e secondo grado

Servizio Responsabile del Progetto: Igiene Pubblica e Promozione della Salute

Obiettivi

Implementare interventi evidence-based (EB) sull'attività fisica a scuola contribuendo al raggiungimento dei livelli di attività motoria consigliati, aumentando le occasioni per poterla praticare e creando un'abitudine al movimento che possa consolidarsi e strutturarsi in uno stile di vita attivo in età adulta.

Programma

Realizzazione di un percorso di sensibilizzazione e formazione rivolto agli insegnanti degli Istituti aderenti.

La formazione prevede la condivisione degli strumenti necessari all'attuazione del progetto e la realizzazione di iniziative volte a promuovere uno stile di vita attivo.

Nelle scuole aderenti al progetto si prevede che tutti i giorni (o almeno 3 volte la settimana), le classi effettuino un'attività di cammino nelle pertinenze esterne alla scuola (ove possibile) per circa 20 minuti (coprendo la distanza di un miglio – circa 1600 metri - a passo svelto). L'attività, che non necessita di attrezzature ma solo di un abbigliamento comodo per camminare, contrasta, in quanto pratica quotidiana, il rischio di soprappeso e la sedentarietà e migliora il rendimento scolastico, aumentando il livello di attenzione e concentrazione degli studenti.

L'esperienza ha dimostrato, inoltre, che si tratta di un'attività inclusiva che migliora il clima in classe e le relazioni fra i compagni.

Il progetto vuole anche supportare gli insegnanti a lavorare sul miglioramento dello stile di vita in tema di alimentazione, perché gli effetti sulla salute e sul rendimento scolastico aumentano se le persone vengono educate fin dall'infanzia ad abbinare l'attività di movimento quotidiana ad una corretta alimentazione.

Metodologia

Il progetto prevede un'iniziale formazione ai docenti, seguita da *attività* di Assistenza e Consulenza.

Strumenti

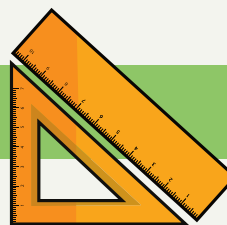
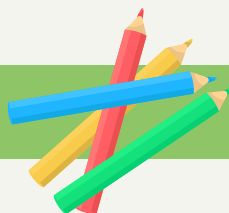
- Kit educativi
- Lezioni frontali
- Attività esperienziali (Role playing, giochi, ecc.)
- Out-put (elaborato, performance, ...)

Valutazione

La valutazione comprende l'utilizzo di strumenti quali – quantitativi.

Istruzioni per l'adesione

Inviare la scheda di adesione dal 31/01/2024 al 28/02/2024 secondo le modalità che verranno riportate nell'integrazione al presente catalogo prevista per gennaio 2024.



Pause attive (BP)

Tema di salute

Benessere e movimento

Destinatari

Scuole dell'infanzia, Scuole primarie e Scuole secondarie di primo grado

Servizio Responsabile del Progetto: Igiene Pubblica e Promozione della Salute

Obiettivi

Sensibilizzare insegnanti, genitori e alunni rispetto a buone pratiche per la promozione del benessere psicofisico attraverso la sperimentazione diretta di brevi, ma frequenti e costanti, pause attive in classe.

Metodologia

Le "pause attive" costituiscono una metodica affermata e supportata scientificamente in ambito scolastico a livello internazionale, che consente di alternare opportunamente, a seconda delle diverse esigenze, i momenti di impegno cognitivo previsti nella didattica e quelli di impegno fisico-ricreativo, fisico-cognitivo, attentivo e mnemonico.

Sono attività di movimento della durata di 5-10 minuti che integrano la didattica frontale attraverso semplici esercizi fisici che vengono gestiti dagli insegnanti e svolti assieme da tutti gli alunni durante l'orario scolastico.

Le linee di indirizzo sull'attività fisica del Ministero della Salute indicano le pause attive tra gli interventi da proporre a scuola per promuovere e facilitare l'attività fisica nei bambini e nei ragazzi, rappresentano uno strumento concreto per contrastare la sedentarietà quotidiana e promuovere il movimento degli alunni in modo divertente e sicuro, oltre che una strategia efficace per favorire l'attenzione e l'apprendimento, rendendo bambini e ragazzi più attivi e più concentrati per svolgere il lavoro in classe.

Le pause attive si possono svolgere durante l'intervallo o in qualsiasi momento della giornata. È l'insegnante che sceglie quando proporre alla classe di fare una pausa attiva a seconda delle esigenze: all'inizio della lezione, tra una lezione e l'altra, nell'intervallo, come "challenge" o routine settimanale.

Diversi studi scientifici, condotti per lo più in Irlanda e Australia, hanno infatti dimostrato che le pause attive, chiamate anche “active breaks”, possono rappresentare una valida strategia per far sì che gli alunni raggiungano, durante l’intera giornata, la quota minima di attività fisica raccomandata per la salute con anche vantaggi sul piano fisico, sociale, emotivo e cognitivo.

Il progetto propone un modello di intervento teorico-pratico; si prevede una formazione agli insegnanti così strutturata:

- Incontro con i dirigenti e referenti alla salute degli istituti scolastici coinvolti in cui verranno illustrate le finalità del progetto e la modalità del corso. Verrà anche predisposto un apposito opuscolo informativo da inviare ai genitori per illustrare il progetto e gli obiettivi.
- Incontro teorico in plenaria rivolto agli insegnanti di tutte le scuole che avranno aderito al progetto dove verranno affrontati i principali temi legati al benessere psicofisico in età evolutiva e agli obiettivi di prevenzione.
- Incontri pratici in piccolo/medio gruppo (gruppi suddivisi in base all’età degli alunni) dove verranno illustrate e fatte sperimentare alle insegnanti le attività e le pratiche che potranno riproporre direttamente ai propri alunni.

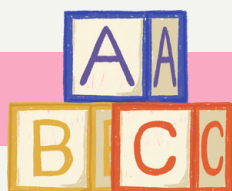
Al termine dell’incontro sarà consegnato a tutti i partecipanti un opuscolo contenente tutte le attività e pratiche illustrate durante la formazione, suddivise per fascia d’età. Incontri di supervisione e verifica, secondo un calendario che verrà concordato con i dirigenti scolastici.

Valutazione

La valutazione comprende l’utilizzo di strumenti quali – quantitativi.

Istruzioni per l’adesione

Inviare la scheda di adesione dal 31/01/2024 al 28/02/2024 secondo le modalità che verranno riportate nell’integrazione al presente catalogo prevista per gennaio 2024.



Affy fiutapericoli (BP)

Tema di salute

Sicurezza negli ambienti di vita e di lavoro

Destinatari

Scuole dell'Infanzia

Servizio Responsabile del Progetto: Igiene Pubblica e Promozione della Salute

Obiettivi

Il progetto affronta il tema della sicurezza negli ambienti di vita stimolando i piccoli a sviluppare il senso del pericolo e della responsabilità proponendosi di:

- Informare sui pericoli, prevalentemente in ambiente domestico;
- Facilitare la comprensione dei meccanismi causa/effetto;
- Generare consapevolezza nel pensare e nell'agire;
- Sviluppare processi di riflessione sul concetto di sicurezza;
- Favorire la cultura della prevenzione.

Metodologia

Le attività del Progetto Affy prevedono l'uso da parte degli insegnanti di un kit composto da un libro di storie e una serie di giochi collegati e collegabili alle storie stesse. "Affy Fiutapericoli", il cane-mascotte, è il personaggio guida delle fiabe e dei giochi proposti dalle attività che hanno l'obiettivo di rendere più consapevoli i bimbi dei rischi dei loro ambienti domestici.

Strumenti

Kit educativo e proposte ludiche contenute nel kit includono attività di tipo cognitivo, motorio e un insieme di giochi di ruolo dove sperimentare situazioni differenti.

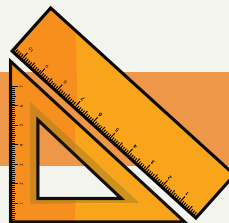
Il materiale viene fornito in formato digitale su richiesta a seguito dell'adesione al progetto.

Valutazione

La valutazione comprende l'utilizzo di strumenti quali – quantitativi.

Istruzioni per l'adesione

Inviare la scheda di adesione dal 31/01/2024 al 28/02/2024 secondo le modalità che verranno riportate nell'integrazione al presente catalogo prevista per gennaio 2024.



Dipendo da me (BP)

Tema di salute

Prevenzione dipendenze patologiche/*Life skills*

Destinatari

Scuole Secondarie di primo grado che abbiano già partecipato alle attività del programma Unplugged; Scuole secondarie di secondo grado che abbiano partecipato alle attività del programma YAPS

Servizio Responsabile del Progetto: Reti distrettuali Promozione della salute

Obiettivi

- Promozione del benessere psicofisico;
- Potenziamento delle *life skills*;
- Prevenzione di comportamenti a rischio, quali l'uso/abuso di sostanze psicoattive legali ed illegali, dipendenze comportamentali, nuove dipendenze.

Metodologia

Nell'ambito delle attività promosse a livello regionale per la prevenzione delle dipendenze patologiche attraverso il consolidamento delle *life skills*, si intende proporre un progetto finalizzato al potenziamento delle competenze e abilità interpersonali, sociali e relazionali, basato sulle metodologie già note e sperimentate nella regione Umbria con i programmi *Unplugged* e *YAPS-Young and peer education*. Il programma prevede un'attività di "formazione attiva" realizzata a livello regionale e rivolta al corpo docente delle Scuole secondarie di primo grado e al personale docente e ai peer delle Scuole secondarie di secondo grado, mediante l'utilizzo di metodologie centrate sul gruppo (brainstorming, simulazioni, role playing, video, focus group, incontri con esperti), affinché i docenti e i peer formati possano dare seguito al lavoro in aula.

L'approfondimento è finalizzato alla produzione di elaborati da utilizzare nella campagna regionale di comunicazione dell'anno 2024 per la prevenzione delle dipendenze e nello specifico per la giornata regionale di prevenzione delle dipendenze in programma nel mese di maggio 2024.

Strumenti

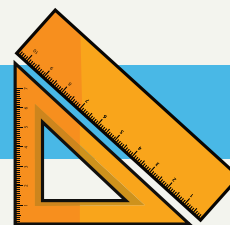
- Educazione socio-affettiva
- Sviluppo abilità (life/social skills)
- Peer Education
- Incontri con esperti
- Attività esperienziali (Role playing, giochi informativi)

Valutazione

La valutazione comprende l'utilizzo di strumenti quali – quantitativi.

Istruzioni per l'adesione

Inviare la scheda di iscrizione al corso entro il 31/01/2024 per la Usl Umbria 1 a mgrazia.brancaleoni@uslumbria1.it e per la Usl Umbria 2 a sonia.bacci@uslumbria2.it



“IO ...Di co Ok”

Tema di salute

Utilizzo del sale iodato nell'alimentazione

Destinatari

Scuole primarie, Scuole secondarie di primo grado e Ristorazione Collettiva

Servizio Responsabile del Progetto: Servizio di Igiene degli Alimenti e della Nutrizione (SIAN)

Obiettivi

Il progetto intende sensibilizzare sull'importanza dell'assunzione quotidiana dello iodio attraverso l'alimentazione nonché la riduzione del consumo di sale, preferendo l'utilizzo del sale iodato per l'adozione di comportamenti alimentari salutari.

In particolare:

- Promuovere la iodoprofilassi nelle scuole e nella ristorazione collettiva, comprese le mense scolastiche;
- Promuovere l'utilizzo di meno sale ma iodato e di alimenti naturalmente ricchi di iodio;
- Formazione sul contenuto di iodio negli alimenti (pesce marino, latte, ecc);
- Conoscenza dei metodi di cottura che provocano il decadimento dello iodio contenuto negli alimenti;
- Valutazione nutrizionale delle eventuali ricette (SIAN);
- Dove possibile, realizzazione e degustazione delle ricette proposte (Istituti alberghieri);
- Redazione opuscolo/brochure informativa.

Metodologia

Le attività del progetto prevedono l'adesione delle Scuole primarie e secondarie di primo grado alla campagna di sensibilizzazione sul consumo di iodio. Sarà compito dei servizi SIAN formare i docenti delle scuole e gli Operatori del Settore Alimentare (OSA) della ristorazione sull'alimentazione comprendente alimenti naturalmente ricchi di iodio, sull'abbattimento dello iodio in base al metodo di cottura nonché sulla promozione dell'abbattimento del consumo giornaliero di sale.

Sarà cura dei docenti trasferire le informazioni agli alunni anche mediante attività pratiche dedicate alla creazione di ricette salutari da realizzarsi con gli alimenti ad alto contenuto di Iodio. Dove possibile, si tenderà a coinvolgere gli Istituti alberghieri per la realizzazione nonché degustazione delle ricette proposte.

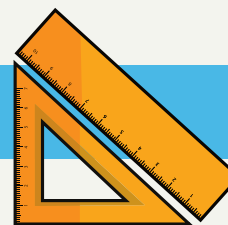
Per la ristorazione collettiva, il progetto prevede la formazione degli operatori da parte dei SIAN, ai quali verrà richiesto di sperimentare le ricette selezionate e preparate con alimenti contenenti Iodio.

Valutazione

La valutazione comprende l'utilizzo di strumenti quali – quantitativi.

Istruzioni per l'adesione

Inviare la scheda di iscrizione al corso entro il 31/01/2024 per la Usl Umbria2 a cinzia.mari@uslumbria2.it e per la Usl Umbria 1 a roberta.mazzoni@uslumbria1.it



Nutrizionando

Tema di salute

Alimentazione e corretto stile di vita

Destinatari

Scuole primarie (quarte e quinte), Scuole secondarie di primo grado (seconde) e Scuole secondarie di secondo grado (prime e seconde)

Obiettivi

Sensibilizzare gli studenti delle Scuole primarie, secondarie di primo grado e di secondo grado sull'importanza dello stile di vita e dei comportamenti individuali e sociali e sulla loro influenza nelle scelte nutrizionali e sullo stato di salute delle persone. L'iniziativa vuole fornire ai ragazzi stessi quelle competenze di comunicazione efficace, lasciando loro il ruolo di protagonisti consapevoli nelle scelte legate ai temi di salute. Per tale motivo è stata fatta la scelta di fare promozione della salute dall'interno del setting scolastico, sviluppando la peer education o educazione tra pari, in modo che con i materiali realizzati dagli studenti i messaggi risultino più efficaci in quanto mittenti e destinatari del processo comunicativo coincidono, ragionano nello stesso modo, usano lo stesso linguaggio e si incontrano negli stessi canali. Il progetto pilota si avvale di materiali didattici forniti dal Ministero della Salute, con la condivisione e partecipazione sia della Regione Umbria che dell'Ufficio scolastico regionale (loghi di tutti e tre gli enti citati), editabili dal sito e/o stampati a cura della Regione Umbria.

Modalità

Alle scuole partecipanti al progetto verranno fatte delle lezioni da docenti qualificati, al termine delle quali i ragazzi saranno in grado di realizzare i prodotti di comunicazione previsti: un fumetto e un video. Il piano di comunicazione per la diffusione del progetto prevede l'utilizzo di una strategia multicanale, rivolta in particolar modo ai target di destinatari individuati: in particolare il Portale Regionale della prevenzione, i canali social regionali, dell'Ufficio scolastico regionale e delle Aziende Sanitarie (Facebook, Instagram e Tik Tok) anche con short video da utilizzare con i diversi claim sulle varie piattaforme social.

L'adesione al progetto comporta la proposta di un prodotto finito, differenziato per target scolastico.

Nello specifico:

- **TITOLO: NUTRIZIONANDO – METTITI IN GIOCO** – rivolto agli alunni delle Scuole primarie (classi quarte e quinte) e agli studenti delle Scuole secondarie di primo grado. L'elaborato dovrà essere uno storyboard per immagini sulla tematica della nutrizione e dieta mediterranea. Le scuole che aderiscono presenteranno lo storyboard come Istituto Scolastico e non come singole classi.
- **TITOLO: NUTRIZIONANDO – CIAK SI GIRA!** Rivolto agli studenti delle Scuole secondarie di secondo grado (classi del biennio). Il prodotto finito sarà una storyboard mediante video (max 2 minuti) sulla tematica SPRECO O RIUTILIZZO ALIMENTARE (come ridurlo o come riutilizzare gli sprechi). Le scuole che aderiscono presenteranno la storyboard come Istituto Scolastico e non come singole classi.
- I prodotti finiti verranno assemblati con il supporto di un referente esperto individuato dalla Regione Umbria.

Saranno scelti dal referente competente, in accordo con USR, Regione Umbria e Ministero della Salute, i prodotti da assemblare in base ai contenuti scientifici e rispondenti alla tematica del progetto pilota.

Occorre predisporre i moduli per il consenso privacy, in accordo con la normativa vigente. L'assemblaggio del prodotto finito potrà anche essere un mix di prodotti presentati. Saranno gli enti coinvolti a decidere quali scegliere e le modalità di utilizzo dei prodotti presentati.

Presentazione dei prodotti

Il progetto pilota non prevede vincitori, ma solo la possibilità di vedere assemblato e diffuso il proprio video o fumetto o parte di esso, a fronte della regolarità in tema di privacy.

Il prodotto finito sarà poi diffuso dagli enti interessati (USR, Regione Umbria, Ministero della Salute, Aziende sanitarie regionali) come previsto dal piano comunicazione dedicato.

Conferenza di presentazione

LA CONFERENZA FINALE DEL PROGETTO PILOTA dove verranno presentati i prodotti finiti si terrà al **MINISTERO DELLA SALUTE – ROMA**.

La conferenza sarà in presenza, ma le scuole partecipanti si collegheranno in FAD.

LOGHI UTILIZZATI PER LA DIFFUSIONE DEL PROGETTO PILOTA: MINISTERO DELLA SALUTE, REGIONE UMBRIA, UFFICIO SCOLASTICO REGIONALE, PREVENZIONE UMBRIA.

DOCENTI: Ministero della Salute, Regione Umbria, USR, IAN, altri da definire (qualche esperto in riduzione sprechi e dieta mediterranea).

LEZIONI DOCENTI:

Giorni e fascia oraria da definire.

LEZIONI AI RAGAZZI DELLE SCUOLE CHE ADERISCONO AL PROGETTO PILOTA:

I docenti formati a cascata formeranno gli alunni delle classi (o plessi) che aderiscono al progetto pilota.

Istruzioni per l'adesione

Inviare la scheda dal 31/01/2024 al 28/02/2024 secondo le modalità che verranno riportate nell'integrazione al presente catalogo prevista per gennaio 2024.

A cura del Servizio Prevenzione, Sanità Veterinaria, Sicurezza Alimentare,
Direzione Salute e Welfare, Regione Umbria

Con il contributo di:

Simona Foresi - Mariachiara Borghi (Sezione Prevenzione, Regione Umbria)
Angela Bravi - Donatella Bosco (Servizio Programmazione sanitaria, assistenza
territoriale, integrazione socio sanitaria, Regione Umbria)
Marco Cristofori (USL Umbria 2 - Cersag)
Maria Grazia Brancaleoni - Roberta Alagna (USL Umbria 1)
Sonia Bacci- Cinzia Mari (USL Umbria 2)
Francesco Mezzanotte - Silvia Mercuri (USR per l'Umbria)

Coordinamento editoriale:

Stefano Piccardi, Simone Verducci
Sezione "Comunicazione, semplificazione dei rapporti tra cittadino e SSR e supporto
tecnico alla Direzione", Direzione Salute e Welfare, Regione Umbria



Rev. 1, ottobre 2023