



## **Documento regionale di pratiche raccomandate per le Scuole che Promuovono Salute**

Il Programma Scuole che Promuovono Salute del Piano Regionale di Prevenzione 2020 - 2025 intende rafforzare la collaborazione tra Scuola e Sanità, lavorando in ottica intersettoriale per ampliare la collaborazione con altri attori e per adeguare l'articolazione organizzativa al fine di sostenere azioni congiunte a livello regionale e locale.

Le ASL del Piemonte, con la rete dei referenti per la promozione della salute, da anni lavorano per proporre alle scuole progetti omogenei di interventi su tematiche di salute considerate prioritarie, garantendo prodotti validati a livello nazionale e in alcuni casi internazionale, sui quali gli operatori hanno ricevuto una formazione accreditata. Ogni ASL definisce e propone alle scuole del proprio territorio un catalogo di azioni e offerte formative che riesce a coniugare le esigenze del Piano di Prevenzione con gli obiettivi ricompresi nell'insegnamento di "educazione civica", in particolare per quanto riguarda le competenze trasversali per la salute (life skills). Negli anni l'offerta formativa rivolta a insegnanti e alunni delle scuole di ogni ordine e grado si è estesa a molteplici temi di salute. Con l'intento di razionalizzare l'impegno e mettere a frutto l'esperienza acquisita dagli operatori concentrando gli sforzi sui bisogni di salute prioritari per ciascuna fascia d'età, nonché di favorire maggiore diffusione ed equità nell'accesso a interventi evidence based e/o buone pratiche certificate, si definisce questo documento regionale di pratiche raccomandate, che i servizi propongono in modo omogeneo su tutto il territorio. Tale documento può essere utilizzato come strumento di policy nella promozione della salute a scuola, utile per ragionare insieme anche sulle priorità da perseguire.

In quest'ottica è stato rinnovato con Deliberazione della Giunta Regionale 5 settembre 2022, n. 7-5553 il Protocollo d'Intesa tra Ministero dell'Istruzione e del Merito - Ufficio Scolastico Regionale per il Piemonte e Regione Piemonte - Assessorato alla Sanità, Livelli essenziali di assistenza, Edilizia sanitaria e Assessorato all'Istruzione, Lavoro, Formazione professionale e Diritto allo studio Universitario con la finalità di garantire la qualità delle azioni di promozione ed educazione alla salute dedicati alle scuole, ponendo attenzione alle relazioni, all'ambiente fisico e al rafforzamento dei legami con la comunità e alla collaborazione con i servizi sanitari, riconducendo le iniziative ad un quadro unitario, compatibile con le rispettive programmazioni di livello nazionale e regionale.

Strumento di condivisione e confronto è il Gruppo Tecnico Regionale (GTR), organo paritetico composto da rappresentanti delle Direzioni regionali Sanità e Welfare e Istruzione, Formazione e Lavoro e dell'Ufficio IV Ufficio per lo studente, l'integrazione e la partecipazione dell'Ufficio Scolastico Regionale

Il documento contiene le priorità di intervento emerse dal profilo di salute ed equità della popolazione piemontese e dal confronto con la scuola: sulla base di questi potrà essere quindi periodicamente aggiornato.

### **DESTINATARI DEL DOCUMENTO**

**ASL** nelle persone di Direttori Generali, Direttori di Dipartimento, Coordinatori Piani Locali Prevenzione e Referenti programma 1 Scuole che promuovono salute

**Ambiti Territoriali delle scuole** nelle persone dei referenti salute, inclusione, bullismo, attività fisica, di ogni ambito territoriale

## PRATICHE RACCOMANDATE

Ciclo scolastico	Icone	Titolo progetto	Tema di salute principale	Icone
Infanzia		<sup>1</sup> Affy fiutapericolo	Sicurezza	
		<sup>1</sup> MUOVINSIEME: Scuola ed enti territoriali per la promozione di uno stile di vita sano ed attivo	Attività fisica	
Primaria		<sup>1</sup> MUOVINSIEME: Scuola ed enti territoriali per la promozione di uno stile di vita sano ed attivo	Attività fisica	
Secondaria di primo grado		Un patentino per lo smartphone	Bullismo	
		<sup>2</sup> Diari di salute	Benessere	
		<sup>2</sup> Unplugged	Dipendenze	

<sup>1</sup> Presenti nella sezione Buone Pratiche [Banca dati progetti e interventi di Prevenzione e Promozione della Salute \(retepromozionesalute.it\)](http://Banca dati progetti e interventi di Prevenzione e Promozione della Salute (retepromozionesalute.it))

<sup>2</sup> presenti nella banca dati europea [Xchange prevention registry | www.emcdda.europa.eu](http://Xchange prevention registry | www.emcdda.europa.eu)



INFANZIA

## Affy fiutapericolo

### Obiettivo generale

Progetto nazionale di prevenzione degli incidenti domestici in età 3-6 anni, finalizzato a promuovere la capacità di riconoscere e gestire gli oggetti e le situazioni che potrebbero generare rischi di incidente.

### Analisi di contesto

La prevenzione degli incidenti domestici è una delle priorità del piano nazionale sicurezza, che si traduce, nelle nostre regioni, in numerose iniziative di promozione della salute rivolte ai cittadini.

L'esperienza accumulata negli anni di attività ci conferma quanto sia importante e necessario affrontare il tema dei pericoli in casa sin dai primi anni di vita del bambino, per insegnare loro a riconoscere e a gestire gli oggetti e le situazioni che potrebbero generare rischi di incidente.

In ogni caso occorre tenere presente che comunicare con i piccoli non è sempre facile. E' fondamentale porre molta attenzione al modo in cui si propone l'argomento, al tono delle parole, al tipo di messaggio utilizzato, al buon equilibrio tra il monito d'attenzione e il rimprovero positivo in caso di comportamenti scorretti.

### Metodi e strumenti

Il gruppo di progetto, multiprofessionale, ha predisposto, per l'intervento educativo e gli aspetti comunicativi, un apposito kit didattico, la "valigia di Affy Fiutapericolo", contenente una fiaba, un insieme di giochi di tipo linguistico, motorio ed espressivo e letture di approfondimento per maestre e genitori. Un supporto pensato e realizzato per facilitare l'educazione alla sicurezza domestica dei bambini tra i 3 e i 6 anni di età. Affy Fiutapericolo, 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.

### Valutazione prevista/effettuata

Per la valutazione di processo è stata predisposta e testata una scheda di monitoraggio per gli insegnanti che utilizzano il kit didattico. E' previsto un questionario valutativo presente sul link ufficiale: [http://affyfiutapericolo.eclectica.it/pdf/Affy\\_valutazione\\_maestre.pdf](http://affyfiutapericolo.eclectica.it/pdf/Affy_valutazione_maestre.pdf)



## **MUOVINSIEME: Scuola ed enti territoriali per la promozione di uno stile di vita sano ed attivo**

### **Obiettivo generale**

Implementare interventi evidence-based sull'attività fisica a scuola, che prevedono collaborazione intersettoriale con tutti gli stakeholder di riferimento del territorio e la riorganizzazione/riqualifica degli ambienti interni e circostanti l'edificio scolastico sperimentando la Buona pratica UN MIGLIO AL GIORNO INTORNO ALLA SCUOLA.

### **Analisi di contesto**

L'attività fisica è uno strumento importante per sostenere e rafforzare il benessere psico-fisico e migliorare la qualità della vita a tutte le età e la scuola è un setting privilegiato nel quale avviare interventi utili anche per la salute dell'adulto. È dimostrata efficacia che la promozione dell'attività fisica a scuola e il contrasto alla sedentarietà agiscono positivamente sugli esiti formativi degli studenti e favoriscono un clima emotivo-relazionale positivo in classe e il miglioramento del benessere psicofisico generale dell'intera comunità scolastica (IUHPE, 2018). È importante che gli interventi attivati nella scuola vengano svolti in maniera integrata con quelli attivati fuori dall'ambito scolastico, creando un circolo virtuoso di collaborazione tra sanità, scuola e attori del territorio, utile per aumentare l'empowerment scolastico e di comunità.

### **Metodi e strumenti**

Costruire percorsi esperienziali per la promozione del benessere a scuola con strumenti e modalità innovative; nello specifico:

- promuovere il movimento e l'attività all'aria aperta come parte integrante della giornata a scuola;
- contrastare obesità e sedentarietà;
- diffondere nella comunità scolastica informazioni, conoscenze ed esperienze di stili di vita sani;
- promuovere l'esercizio della cittadinanza attiva;
- educare alla conoscenza ed al rispetto dell'ambiente.

L'indicazione data agli insegnanti è quella di compiere uscite quotidiane. L'attività non necessita di attrezzature, solo di un abbigliamento comodo per passeggiare; permette però di allenare il fisico e ossigenare la mente, contrastando il rischio di sovrappeso e la sedentarietà e offre ad insegnanti e ragazzi uno spazio completamente nuovo in cui inserire elementi della didattica con riscontri sorprendentemente positivi.

Durante le camminate sono incoraggiate eventuali attività didattiche, da svolgersi anche in parchi e giardini appositamente raggiungibili. La misura di un miglio è puramente indicativa ed è considerata minima: a discrezione degli insegnanti il percorso può essere di maggiore lunghezza. In tal senso, non necessariamente deve limitarsi all'area intorno alla scuola, ma prevedere itinerari interessanti dal punto di vista naturalistico, storico, culturale e laddove possibile privilegiando un percorso che garantisca la maggiore sicurezza, la presenza di aree verdi e/o di spunti utili agli insegnanti.

In caso di maltempo tale da impedire l'uscita, un'attività di movimento viene comunque svolta in palestra, o dove possibile, in luogo riparato.

### **Valutazione prevista/effettuata**

A tutte le classi partecipanti al progetto viene richiesta la registrazione quotidiana delle uscite effettuate e dei contenuti di attività su un apposito modulo, consegnato all'avvio del progetto.

### **Note**

Tutti i materiali si possono scaricare a questo link [www.muovinsieme.dors.it](http://www.muovinsieme.dors.it)



## Un patentino per lo smartphone

### Obiettivo generale

Promuovere l'uso consapevole dello smartphone e in particolare prevenire il suo utilizzo in episodi di cyberbullismo:

- 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.

### Analisi di contesto

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. Lo smartphone è uno strumento straordinario ma può destare molte preoccupazioni nei genitori per i possibili utilizzi spesso inconsapevoli. Molti ragazzi ormai lo posseggono e, se da un lato si dimostrano estremamente abili, allo stesso tempo rischiano di risultare carenti nella conoscenza di quelli che sono gravi rischi dovuti ad un utilizzo privo di regole e senza alcuna conoscenza della normativa. 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 e 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.

### Metodi e strumenti

L'attività, proposta da tutte le Asl del Piemonte e già sperimentata nel Verbano-Cusio-Ossola e a Torino, realizzata in collaborazione con l'Ufficio Scolastico del territorio, l'ARPA (Agenzia Regionale per la Protezione Ambientale) e le Forze dell'ordine, prevede un corso di

formazione per insegnanti che integra 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 lavoreranno con i propri studenti e, come 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.

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.

### **Valutazione prevista/effettuata**

- Nr insegnanti partecipanti al corso di formazione;
- nr studenti coinvolti;
- nr studenti che supereranno l'esame finale;
- somministrazione agli alunni di un test conclusivo come esame per il conseguimento della patente per lo smartphone;
- questionario di valutazione inviato online agli insegnanti.



## Diario della salute

### Percorsi di promozione del benessere tra i pre-adolescenti

#### Obiettivo generale

Promuovere il benessere e la salute tra i preadolescenti attraverso lo sviluppo di alcune life skills degli studenti di età compresa tra gli 11 e i 13 anni attraverso il supporto dei fattori protettivi (sviluppo delle life-skills). Promuovendo l'agio e rafforzando i fattori protettivi individuali, i ragazzi svilupperanno: maggiore resistenza all'influenza negativa dei pari o dei messaggi che provengono dalla società; incremento della consapevolezza di sé; migliori strategie di autoprotezione.

Il progetto prevede il coinvolgimento diretto e attivo degli insegnanti nella realizzazione degli interventi attraverso il normale svolgimento dell'attività curricolare.

#### Analisi di contesto

La pre-adolescenza è il momento della vita nel quale inizia una complessa trasformazione del corpo, della percezione del sé, degli affetti e delle relazioni.

Le life skills vengono considerate elementi essenziali per la crescita di tutti i bambini e adolescenti e il loro potenziamento non è indicato soltanto per coloro che già sono a rischio o che hanno già problemi.

La ricerca scientifica evidenzia che l'attuazione di questi programmi basati sulle life skills in giovane età (6-16 anni), prima che si instaurino modelli disfunzionali, è estremamente efficace per la prevenzione e la promozione del benessere globale dei ragazzi.

Il Programma Diario della Salute si sviluppa nell'ambiente scolastico in quanto questo svolge un ruolo importante nella crescita del ragazzo per più ragioni:

- la presenza del gruppo dei pari che mobilita emozioni, favorisce lo sviluppo di competenze cognitive, emozionali e relazionali, favorendo un confronto simmetrico;
- l'insegnante: un adulto che può favorire la crescita non solo cognitiva e promuove l'autonomia e il confronto con gli altri;
- la possibilità di sperimentarsi giornalmente e monitorare il livello di cambiamento;
- un contesto che può favorire la prevenzione di eventi negativi, sollecitando le risorse del soggetto e sviluppando le sue competenze.

#### Metodi e strumenti

Il progetto prevede diverse azioni:

- 1) Percorso di formazione rivolto agli insegnanti delle scuole coinvolte che intendono realizzare il programma con le loro classi con l'obiettivo di fornire le linee metodologiche e le indicazioni generali utili alla realizzazione degli interventi in classe;
- 2) Attuazione degli interventi in classe a cura degli insegnanti formati (5 unità didattiche di 2/3 ore ciascuna);
- 3) Percorso informativo rivolto ai genitori degli studenti delle classi ove viene proposto Diario della Salute (almeno 1 incontro);
- 4) Stampa e distribuzione degli strumenti didattici costruiti ad hoc (Diario dei ragazzi; Diario dei genitori; Quaderno degli insegnanti);
- 5) la versione digitale di Diario della Salute Ragazzi <https://www.diariodellasaluteragazzi.it/>
- 6) Monitoraggio e accompagnamento degli insegnanti;
- 7) Workshop finale;
- 9) Disseminazione dei risultati.

E' previsto anche il Corso di Formazione ReTraining - Formatori rivolto agli operatori delle ASL coinvolte;

### **Valutazione prevista/effettuata**

Sono previsti questionari di valutazione a fine corso di formazione degli operatori e degli insegnanti e di gradimento alla fine del percorso attuato con i genitori.

### **Note**

E' attivo il sito web [www.diariodellasalute.it](http://www.diariodellasalute.it)



SECONDARIA DI PRIMO GRADO-3 anno

## Unplugged

### Obiettivo generale

Miglioramento del benessere e della 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 per prevenire e/o ritardare l'uso di sostanze.

### Analisi di contesto

L'uso e abuso di sostanze (tabacco, alcol, droghe), è attualmente il più rilevante problema di salute nei paesi sviluppati. Dal momento che quattro consumatori su cinque iniziano l'uso di sostanze prima di aver raggiunto l'età adulta, l'età scolare rappresenta il momento più appropriato per attuare programmi di prevenzione, con l'obiettivo di prevenire la sperimentazione in chi non ha mai fatto uso e di disincentivare l'abitudine e la dipendenza in chi ha già sperimentato.

### Metodi e strumenti

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. È il primo programma europeo di provata efficacia. Consiste in un percorso articolato in 12 unità di 1 ora ciascuna condotto dall'insegnante di classe con metodologia interattiva. 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 per prevenire e/o ritardare l'uso di sostanze. Per avviare il programma nelle classi è necessario che almeno un insegnante per classe frequenti il corso di formazione predisposto a questo scopo, i due incontri di supervisione e l'incontro di chiusura a fine anno.

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.

### Valutazione prevista/effettuata

Avviene attraverso:

- schede di valutazione compilate dagli insegnanti su ogni singola unità tematica;

- questionari di soddisfazione degli insegnanti sul progetto;
- schede di valutazione degli studenti che hanno partecipato alle attività;
- schede di valutazione del corso di formazione rivolto agli insegnanti.

Vengono trasmesse all'Osservatorio Epidemiologico delle Dipendenze della Regione Piemonte che si è occupato di formare gli operatori sanitari, di coordinare e monitorare la realizzazione del progetto.