Azienda USL Toscana Sud Est
SEDE LEGALE: via Pietro Calamandrei, 173- 52100 Arezzo P.I. e C.F.: 02236310518
SEDE OPERATIVA GROSSETO: via Cimabue, 109 - 58100 Grosseto
UOC Promozione ed Etica della Salute - via Cimabue, 109 - 58100 Grosseto
tel. 0564 483709 -Direttrice dott.ssa Vittoria Doretti
U.O.S. Educazione alla Salute Area provinciale Grossetana
Responsabile Dr.ssa Guya Monti
Responsabile EAS Dip. delle Professioni Tecnico Sanitarie, della Riabilitazione e della Prevenzione
Dott. Aniello Buccino

# SCUOLA E SALUTE

## Proposta di attività per la Promozione ed Educazione alla Salute

## ISTITUTI COMPRENSIVI

Anno Scolastico 2025/2026

Area Provinciale di GROSSETO

eas.gr@uslsudest.toscana.it

Azienda USL Toscana Sud Est
SEDE LEGALE: via Pietro Calamandrei, 173- 52100 Arezzo P.I. e C.F.: 02236310518
SEDE OPERATIVA GROSSETO: via Cimabue, 109 - 58100 Grosseto
UOC Promozione ed Etica della Salute - via Cimabue, 109 - 58100 Grosseto
tel. 0564 483709 -Direttrice dott.ssa Vittoria Doretti
U.O.S. Educazione alla Salute Area provinciale Grossetana
Responsabile Dr.ssa Guya Monti
Responsabile EAS Dip. delle Professioni Tecnico Sanitarie, della Riabilitazione e della Prevenzione
Dott. Aniello Buccino

Alle Dirigenti e ai Dirigenti Scolastici, al Personale Docente e non Docente , alla Componente Studentesca e alle Famiglie

Da molti anni, nella nostra realtà, la collaborazione tra il mondo sanitario e quello della scuola rappresenta un elemento fondamentale per lo sviluppo di azioni basate su metodologie partecipative (inclusione, co-progettazione, formazione congiunta) in grado di garantire la qualità e l'efficacia reale degli interventi di promozione della salute.

La salute, quale risorsa per la vita, viene influenzata dai determinanti di salute, ovvero tutti i fattori che possono avere un ruolo nel determinare il benessere fisico, mentale e sociale della persona o della comunità.

Gli stili di vita costituiti da comportamenti individuali quali fumo, alcol, sostanze stupefacenti, sedentarietà, alimentazione definiscono comportamenti a rischio per la persona, che a sua volta è influenzato da altri determinanti che sono collegati tra loro.

Le caratteristiche personali, psicologiche, le emozioni, le condizioni mentali, influiscono sullo stato di salute e di benessere delle persone. Le persone inoltre sono soggette a stimoli esterni: l'ambiente sociale e culturale in cui vivono, la famiglia, le relazioni con gli amici, con il personale docente, le offerte e le opportunità che il territorio e la scuola offrono, gli eventi stressanti, l'affettività.

La Scuola costituisce la sede privilegiata per interventi educativi e di promozione della salute attraverso un approccio globale "intersettoriale" e trasversale ai fattori di rischio e determinanti di salute. Conoscere il profilo di salute della popolazione scolastica, ma anche il contesto in cui si trova permette di attivarsi con interventi che mirano a modificare e superare il problema.

"La salute è creata e vissuta dalle persone all'interno degli ambienti organizzativi della vita quotidiana: dove si studia, si lavora, si gioca e si ama"
The Ottawa Charter for Health Promotion,WHO, 1986

**In attuazione del Piano Regionale della Prevenzione 2020-25, verrà prioritariamente garantita la realizzazione dei progetti formativi agli Istituti che hanno aderito al programma regionale PP01: "Scuole che Promuovono Salute".**
**Per la realizzazione di alcuni progetti, in base al numero di adesioni, può essere prevista l'individuazione di una sede centrale dove svolgere il programma formativo.**

U.O.S. Educazione alla Salute Az Usl Toscana Sud Est
Area provinciale di Grosseto

Azienda USL Toscana Sud Est
SEDE LEGALE: via Pietro Calamandrei, 173- 52100 Arezzo P.I. e C.F.: 02236310518
SEDE OPERATIVA GROSSETO: via Cimabue, 109 - 58100 Grosseto
UOC Promozione ed Etica della Salute - via Cimabue, 109 - 58100 Grosseto
tel. 0564 483709 -Direttrice dott.ssa Vittoria Doretti
U.O.S. Educazione alla Salute Area provinciale Grossetana
Responsabile Dr.ssa Guya Monti
Responsabile EAS Dip. delle Professioni Tecnico Sanitarie, della Riabilitazione e della Prevenzione
Dott. Aniello Buccino

# METODOLOGIE

## LIFE SKILLS- ABILITA' PER LA VITA

L'Educazione e Promozione della Salute mirano a sviluppare la consapevolezza dell'interazione tra individuo, società e ambiente. Per questo è essenziale combinare le conoscenze disciplinari con le capacità relazionali, metodologiche e motivazionali rendendo le persone protagoniste di un percorso di sviluppo del senso critico, di analisi e comprensione dei fenomeni. L'obiettivo è favorire l'autotutela e il diritto di proposta (cittadinanza) riguardo ai fattori che influenzano lo stato di salute.

A questo proposito, nel 1993, l'Organizzazione Mondiale della Sanità, ha raccomandato l'utilizzo delle metodologie Life Skills Education e Peer Education come strumenti privilegiati da utilizzare per promuovere la salute.

Le Life Skills sono «l'insieme delle abilità utili per adottare un comportamento positivo e flessibile e far fronte con efficacia alle esigenze e alle difficoltà che si presentano nella vita di tutti i giorni». (Glossario della promozione della salute dell'OMS – 1998).

L'integrazione di queste competenze consente di potenziare i messaggi e le informazioni, di farli propri sviluppando la consapevolezza individuale. In questo modo si potenziano i fattori protettivi della persona: autostima, autoefficacia, resilienza, ovvero tutti quegli elementi fondamentali per affrontare situazioni che possono danneggiare la salute come stati d'ansia, autolesionismo, bullismo e cyberbullismo.

## PEER EDUCATION

La Peer Education o Educazione tra pari è una strategia educativa finalizzata a facilitare un processo naturale trasmissione di valori, simboli, conoscenze, emozioni ed esperienze da parte di alcuni membri del gruppo ad altri membri con lo stesso status. Questo approccio si basa su una comunicazione orizzontale tra pari, ritenuta più efficace e credibile rispetto a una comunicazione verticale tra individui che si trovano su piani differenti.

L'intervento di educazione tra pari si fonda sull'importanza che il gruppo riveste nel periodo dell'adolescenza e sul processo spontaneo attraverso il quale i giovani apprendono l'uno dall'altro nella vita quotidiana (Shiner, 1999).

I coetanei sono una potenziale risorsa per superare problemi di sviluppo: si trovano infatti nella stessa fase del ciclo di vita, si confrontano con le stesse difficoltà e possono costituire una valida palestra per l'acquisizione di competenze sociali. (Noack,1990)

Il peer educator, essendo in possesso dello stesso patrimonio linguistico, valoriale, rituale è percepito come fonte più credibile (Pellai, 2002).

Nella promozione della salute, la Peer Education è impiegata per l'empowerment, un approccio nato e diffuso in Italia, in cui l'individuo, spinto da motivazioni personali, decide di aderire a un processo formativo e di crescita personale. Questo percorso inizia con un'esplorazione di sé stessi per giungere a una relazione più consapevole con gli altri.

Questa modalità educativa si dimostra particolarmente efficace quando è implementata attraverso percorsi strutturati e di lunga durata, pur mantenendo una certa flessibilità e capacità di adattamento alle esigenze emergenti del gruppo.

Azienda USL Toscana Sud Est
SEDE LEGALE: via Pietro Calamandrei, 173- 52100 Arezzo P.I. e C.F.: 02236310518
SEDE OPERATIVA GROSSETO: via Cimabue, 109 - 58100 Grosseto
UOC Promozione ed Etica della Salute - via Cimabue, 109 - 58100 Grosseto
tel. 0564 483709 -Direttrice dott.ssa Vittoria Doretti
U.O.S. Educazione alla Salute Area provinciale Grossetana
Responsabile Dr.ssa Guya Monti
Responsabile EAS Dip. delle Professioni Tecnico Sanitarie, della Riabilitazione e della Prevenzione
Dott. Aniello Buccino

# STRUMENTI

Gli strumenti utilizzati per l'educazione delle Life Skills ed per la Peer Education sono:

Lavori a coppie e di gruppo: il lavoro nel piccolo gruppo o a coppie favorisce l'interazione, che attraverso una migliore conoscenza offre maggiori possibilità di mettersi in gioco, di esprimere la propria creatività, il pensiero critico, di risolvere problemi insieme, attuando proficue alleanze. La condivisione nel grande gruppo dei singoli lavori delle coppie o del piccolo gruppo offre ulteriori punti vista sui quali riflettere e confrontarsi.

Discussioni e confronti: la discussione e il confronto guidato dalla persona docente su un argomento di apprendimento stimola le risorse di creatività, pensiero critico, comunicazione efficace. E' importante che la persona docente cerchi di coinvolgere tutte le persone del gruppo classe nella discussione.

Brainstorming: neologismo inglese composto dalle parole brain (cervello) e storming (tempesta), significa letteralmente tempesta di cervelli. Strumento utile per ascoltare il gruppo, conoscere idee ed esperienze su qualunque argomento, per far sperimentare e comprendere che per essere creativi è necessario lasciare spazio al pensiero divergente. Modalità di svolgimento: le persone partecipanti sono invitate ad elencare in modo veloce, senza censura, le associazioni mentali che ciascun partecipante fa sul tema proposto: tutte le idee sono accettate e segnate. Uniche regole sono la rapidità degli interventi e il non-giudizio.

Role-playing: è una tecnica che permette di sperimentare in vivo le situazioni, mettersi nei panni delle altre persone, esplorare in modo attivo emozioni e atteggiamenti propri e altrui; riprodurre in un contesto protetto abilità da trasferire poi all'esterno. Modalità di svolgimento: si propone alle persone partecipanti di impersonare un ruolo, mettere in scena una situazione definita dalla persona conduttrice: è una rappresentazione di un momento di vita dove alcune persone svolgono il ruolo di attori, altre di osservatori. Dopo la performance si attiva un'elaborazione sulle difficoltà incontrate, le emozioni provate, le scoperte fatte riguardo il "come si funziona".

Circle time: letteralmente dall'inglese Tempo del cerchio, è una tecnica educativa utilizzata per favorire la comunicazione paritaria nella quale le persone del gruppo, disposte in cerchio, possono parlare, ascoltare, osservare, sperimentare, in piena libertà, senza essere giudicate né giudicare gli altri.

Azienda USL Toscana Sud Est
SEDE LEGALE: via Pietro Calamandrei, 173- 52100 Arezzo P.I. e C.F.: 02236310518
SEDE OPERATIVA GROSSETO: via Cimabue, 109 - 58100 Grosseto
UOC Promozione ed Etica della Salute - via Cimabue, 109 - 58100 Grosseto
tel. 0564 483709 -Direttrice dott.ssa Vittoria Doretti
U.O.S. Educazione alla Salute Area provinciale Grossetana
Responsabile Dr.ssa Guya Monti
Responsabile EAS Dip. delle Professioni Tecnico Sanitarie, della Riabilitazione e della Prevenzione
Dott. Aniello Buccino

# STRUMENTI

Cooperative learning: è una modalità di apprendimento in cui gli studenti lavorano insieme in piccoli gruppi per raggiungere obiettivi comuni, cercando di migliorare reciprocamente il loro apprendimento. Tale metodo si distingue sia dall'apprendimento competitivo che dall'apprendimento individualistico e, a differenza di questi, si presta ad essere applicato a ogni compito, materia e curriculum. È una modalità di apprendimento in gruppo caratterizzata da una forte interdipendenza positiva tra i partecipanti. Questa condizione non si raggiunge né riunendo semplicemente le persone, né limitandosi a stimolarle alla cooperazione, né richiedendo loro di produrre insieme un qualche prodotto finale. Essa, invece, è frutto della capacità di strutturare in maniera adeguata il compito da assegnare alle persone del gruppo, di allestire i materiali necessari per l'apprendimento e di predisporre le attività per educare le persone ai comportamenti sociali richiesti per un'efficace cooperazione.

Focus Group: è una tecnica qualitativa, utilizzata nella ricerca sociale, di rilevazione di dati relativi a informazioni, credenze, desideri, basandosi sulle informazioni che emergono da una discussione di gruppo su un tema o argomento che il ricercatore desidera indagare in profondità. Il numero dei partecipanti ad un focus group è contenuto (dai 6 ai 12). Viene utilizzato nella Promozione della Salute in quanto offre ai partecipanti un ruolo attivo nello sviluppo di reti sociali e nella progettazione del benessere della comunità di appartenenza (empowerment). Inoltre stimola la presa di posizione nei confronti di comportamenti salutari.

Attività di consapevolezza corporea sono tutte quelle attivazioni che ci aiutano a sentire e ascoltare il nostro corpo in maniera consapevole. Le persone si ricordano di possedere un corpo quando questo rimanda loro sensazioni di piacere, di malessere o dolore. Per questo, alla base dell' autoconsapevolezza e della capacità di gestire emozioni e stress è importante migliorare la presa di coscienza del modo in cui respiriamo, ci muoviamo e ci posizioniamo nello spazio. Queste attività si rilevano tanto più importanti nel periodo della crescita, quando il corpo del bambino e dell'adolescente, coinvolto in un processo di continuo cambiamento, ha bisogno di essere ascoltato, compreso e accettato nelle sue trasformazioni e particolarità.

Azienda USL Toscana Sud Est
SEDE LEGALE: via Pietro Calamandrei, 173- 52100 Arezzo P.I. e C.F.: 02236310518
SEDE OPERATIVA GROSSETO: via Cimabue, 109 - 58100 Grosseto
UOC Promozione ed Etica della Salute - via Cimabue, 109 - 58100 Grosseto
tel. 0564 483709 -Direttrice dott.ssa Vittoria Doretti
U.O.S. Educazione alla Salute Area provinciale Grossetana
Responsabile Dr.ssa Guya Monti
Responsabile EAS Dip. delle Professioni Tecnico Sanitarie, della Riabilitazione e della Prevenzione
Dott. Aniello Buccino

# INDICE:

## ALIMENTAZIONE E MOVIMENTO


- STRETCHING CHE FAVOLA! -Infanzia
- STRETCHING IN CLASSE - Primaria
- UN MIGLIO INTORNO ALLA SCUOLA - Infanzia e Primaria
- QUANTE PIRAMIDI!!! - Primaria
- CONOSCERE E PREVENIRE I DISTURBI ALIMENTARI - Scuola Secondaria di I° Grado
- SALUTE A COLORI - Scuola Secondaria di I° Grado


## PREVENZIONE DELLE DIPENDENZE


- UNPLUGGED - Scuola Secondaria di I° Grado
- SMART TRAINING - Scuola Secondaria di I° Grado
- SOGNA IN GRANDE - Scuola Secondaria di I° Grado


## PROMOZIONE DI COMPETENZE INDIVIDUALI E CAPACITA' D'AZIONE (LIFE SKILLS)


- SKILLS FOR LIFE: STAR BENE A SCUOLA -Istituti Comprensivi (infanzia, primaria e secondaria di primo grado)
- IO CRESCO - Asilo Nido e Genitori
- IL BAMBINO E LA BAMBINA BILINGUE A SCUOLA - Infanzia e Primaria
- MI PREPARO PER LA PRIMA- Infanzia
- A, B, C...RAFFORZIAMOCI: Identificazione precoce e potenziamento- Primaria
- LABORATORI EMOZIONI IN FIABA - Infanzia
- VIVERE LE RELAZIONI- Scuola Secondaria di I°Grado
- SIAMO TUTTI SPECIALI. UN FUTURO SENZA PREGIUDIZI- Scuola Secondaria di I°Grado
- PROGETTO 0-3 "Promozione delle abilità motorie, comunicativo-relazionali e cognitive nel nido d'infanzia" - Asilo Nido
- GENITORI 2.0 "la promozione dello sviluppo psicomotorio e linguistico nel bambino da 0-3 anni a casa- Asilo Nido

Azienda USL Toscana Sud Est
SEDE LEGALE: via Pietro Calamandrei, 173- 52100 Arezzo P.I. e C.F.: 02236310518
SEDE OPERATIVA GROSSETO: via Cimabue, 109 - 58100 Grosseto
UOC Promozione ed Etica della Salute - via Cimabue, 109 - 58100 Grosseto
tel. 0564 483709 -Direttrice dott.ssa Vittoria Doretti
U.O.S. Educazione alla Salute Area provinciale Grossetana
Responsabile Dr.ssa Guya Monti
Responsabile EAS Dip. delle Professioni Tecnico Sanitarie, della Riabilitazione e della Prevenzione
Dott. Aniello Buccino

# INDICE:


## AFFETTIVITA' E SESSUALITA'

**Incontro propedeutico con insegnanti e famiglie per illustrare contenuti e metodi per un'adesione consapevole**

- W L'AMORE- Scuola Secondaria di I°Grado
- BUONE PRATICHE DI ACCOGLIENZA PER GIOVENTU' QUEER - Scuola Secondaria di I° Grado
- SONO UN CUCCIOLO DI UOMO- Primaria
- LOVE LAB- Scuola Secondaria di I° Grado

## CULTURA DELLA DONAZIONE E CITTADINANZA CONSAPEVOLE

- PROMOZIONE STILE DI VITA NON VIOLENTO - IL CODICE ROSA - Istituti Comprensivi (infanzia, primaria e secondaria di primo grado)
- FARMACI A SCUOLA- Istituti Comprensivi (infanzia, primaria e secondaria di primo grado)
- IL MONDO DEI FUNGHI - Primaria
- APPROCCIO AL REGNO DEI FUNGHI E RISCHIO ALIMENTARE-Scuola Secondaria di I° Grado
- FAST HEROES: insieme possiamo salvare il mondo, un nonno alla volta- Primaria
- SCOPRI L'EROE CHE E' IN TE- Primaria e Secondaria di I° Grado
- MAGICA ALLEANZA TRA GENERAZIONI- Primaria e Secondaria di I° Grado

Alimentazione e Movimento

# STRETCHING CHE FAVOLA!

## Descrizione

L'attuale stile di vita familiare è sempre più caratterizzato da sedentarietà e inattività fisica (uso di computer, TV, PlayStation, mancanza di spazi e tempo all'aperto, ecc.), riducendo così le opportunità di esperienza motoria. È cruciale promuovere sin dall'infanzia lo sviluppo di queste capacità. Tali attività non solo favoriscono uno sviluppo psico-motorio ed emotivo più armonioso, ma anche un atteggiamento positivo verso l'attività fisica. Questo progetto propone l'uso di una favola strutturata sui principi dello stretching, utilizzata come gioco di imitazione dei personaggi, per offrire ai bambini e alle bambine l'opportunità di scoprire il piacere del movimento durante il tempo scolastico.

## Formazione

Formazione rivolta al personale docente delle scuole dell'infanzia

- N. 1 incontro di 1 ora e 30 minuti

Dopo la formazione, il personale docente programmerà esperienze motorie con i bambini e le bambine delle proprie classi. Verrà fornito materiale illustrativo con le dimostrazioni dei movimenti corretti da svolgere, in base al racconto della favola scelta o ideata.

## Obiettivo

- Favorire il benessere dei bambini  e delle bambine
- Promuovere elementi di stretching sotto forma di gioco simbolico divertente e allo stesso tempo educativo
- Stimolare lo sviluppo dello schema motorio in un'età sensibile

## Operatori

Fisioterapista e Assistente Sanitario/a Referente Educazione alla Salute AUSL Toscana Sud Est

Alimentazione e Movimento

# STRETCHING IN CLASSE

## Descrizione

Il Progetto Regionale "Stretching in classe" prevede la proposta di alcuni semplici esercizi della durata di 10 minuti da svolgere in classe, fra una lezione e l'altra, illustrati in un poster appeso in aula e guidati a turno dalla componente studentedesca. Gli esercizi proposti sono mirati alla riduzione dei problemi dovuti ad una posizione prolungata e scorretta sui banchi.

## Formazione

Formazione rivolta al personale docente delle scuole della primaria

- N.1 incontro di 1 ora e 30 minuti
- Dopo la formazione, il personale docente programmerà le esperienze motorie acquisite con i bambini e le bambine delle proprie classi. Il personale docente, a loro volta, ripropone alla componente scolastica sia la parte teorica che pratica degli esercizi. Ogni giorno, a turno, uno studente presenta alla classe i semplici esercizi seguendo un poster illustrativo appeso in aula. Il coinvolgimento degli studenti come "guide" consente loro di essere protagonisti del messaggio educativo, incrementando la consapevolezza del proprio corpo e delle proprie competenze per la vita.

## Obiettivo

- Contrastare gli effetti di posizioni spesso scorrette nei banchi di scuola
- Favorire il benessere degli studenti e delle studentesse
- Promuovere elementi di stretching sotto forma di gioco
- Stimolare lo sviluppo dello schema motorio in età sensibile
- Promuovere la consapevolezza di sé, l'ascolto corporeo e la gestione dello stress

## Operatori

Fisioterapista e Assistente Sanitario/a Referente Educazione alla Salute AUSL Toscana Sud Est

Alimentazione e Movimento

# UN MIGLIO AL GIORNO INTORNO ALLA SCUOLA

## Descrizione

"Un miglio al giorno intorno alla scuola" propone ai docenti, senza rinunciare alla qualità della didattica svolta in classe, un intervento per ridurre la sedentarietà degli studenti e delle studentesse durante le ore di lezione: camminare, dalle 3 alle 5 volte a settimana, per circa un miglio (1.600 metri) o 20', in prossimità della scuola, svolgendo anche attività educative e didattiche.

Quest'azione permette di allenare il fisico e ossigenare la mente. Inoltre, modificare la routine della quotidianità a scuola in maniera attiva, permette ai docenti e alla componente studentesca di vivere uno spazio completamente nuovo, la realtà intorno alla scuola, in cui inserire elementi della didattica con riscontri positivi.

Aumentare le occasioni per svolgere attività motoria e ridurre i comportamenti sedentari durante l'orario scolastico favorisce un'abitudine al movimento che può consolidarsi e strutturarsi in uno stile di vita attivo in età adulta. Inoltre, apprendere in un luogo diverso dalla classe (didattica outdoor) potenzia maggiormente le abilità senso-motorie, la cooperazione e la collaborazione tra pari, le relazioni intra-generazionali, aumenta l'autostima negli alunni e migliora la self efficacy degli insegnanti.

## Formazione

Formazione rivolta al personale docente della scuola dell'infanzia e della Primaria

- N. 1 incontro di 1 ora e 30 minuti ad inizio anno scolastico rivolto al personale docente della scuola dell'infanzia e della Primaria
- N. 1 incontro di monitoraggio e di valutazione a fine percorso

## Obiettivo

- Aumentare le opportunità di svolgere movimento all'aria aperta come parte integrante della giornata a scuola, acquisendo l'importanza di uno stile di vita attivo e salutare
- Migliorare le relazioni interpersonali (clima di classe, dinamiche di inclusione)
- Favorire lo sviluppo di attività educative e didattiche outdoor

## Operatori

Fisioterapista e Assistente Sanitario/a Referente Educazione alla Salute AUSL Toscana Sud Est

Alimentazione e Movimento

# QUANTE PIRAMIDI!!!
# Scuola Primaria

## Descrizione

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Percorso improntato sul confronto fra la piramide alimentare Toscana, quella mediterranea, quelle di altre culture per passare alla piramide transculturale pediatrica e all'analisi della piramide dell'attività fisica per bambini. Con la guida degli insegnanti, i bambini acquisiscono informazioni su come si compone un pasto equilibrato grazie al "piatto sano", giocando a completarlo con gli elementi corretti. Attraverso attività ludiche e creative, da sperimentare in classe e anche a casa, (come ottenere acquerelli dalle bucce degli ortaggi e della frutta) gli alunni scoprono come poter rendere l'alimentazione più sostenibile per la loro salute e per quella del pianeta.su alimentazione, attività fisica e sostenibilità in ottica di "One Health approach".

## Formazione

Formazione rivolta al corpo docente delle classi III e IV della scuola primaria

N. 1 incontro della durata di due ore online

E' previsto un questionario di gradimento.

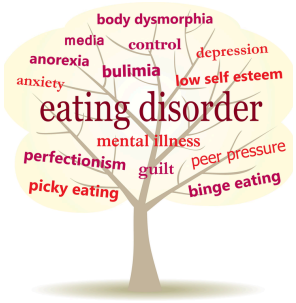
## Obiettivo

Condividere un percorso per trasmettere ai bambini le competenze per scelte consapevoli e partecipate per la propria salute e per la salute del pianeta.

## Operatori

Dietista AUSL Toscana Sud Est

Alimentazione e Movimento




# CONOSCERE E PREVENIRE I DISTURBI ALIMENTARI

## Descrizione

I disturbi della Nutrizione e della Alimentazione stanno diventando sempre più diffusi, soprattutto negli ultimi anni tra i giovani della prima adolescenza.
E' cruciale che anche nell'ambito scolastico, un contesto in cui i ragazzi e le ragazze trovano più facile aprirsi sui propri disagi, il personale docente e non docente venga formato per comprendere adeguatamente tali comportamenti, per discuterne con gli studenti e con i genitori, e per conoscere i percorsi di cura disponibili presso il Centro per i Disturbi della Nutrizione e dell'Alimentazione (DNA).

## Formazione

Formazione rivolta al personale docente e non docente delle scuole secondarie di I° grado

- N. 1 incontro online di 2 ore

## Obiettivo

- Aumentare la consapevolezza sulla diffusione dei disturbi alimentari
- Introdurre le prime conoscenze riguardanti il mondo dei social media ed il loro impatto sui DA
- Aumentare la conoscenza sui primi segnali da individuare e sui percorsi di cura disponibili presso l'ASL
- Formare al dialogo costruttivo con gli studenti e i genitori per incoraggiare l'avvio di un percorso di valutazione

## Operatori

Docenti del Centro DNA dell'AUSL Toscana Sud Est: Psicologi, Medici Nutrizionisti e Dietisti

Alimentazione e Movimento

# SALUTE A COLORI

## Descrizione

Gli stili di vita "salutari", come corretta alimentazione e attività fisica regolare, sono riconosciuti come presupposto essenziale per migliorare la qualità della vita e il benessere degli individui e della società (1, 2); costituiscono, inoltre, un importante fattore di protezione per l'organismo e contribuiscono a prevenire alcune malattie croniche non trasmissibili (MCNT), come obesità, malattie dell'apparato cardiocircolatorio, diabete e alcune forme di tumori (3, 4), patologie che rappresentano oggi la principale causa di morte e di perdita di anni in buona salute in quasi tutto il mondo (5). In Italia, nel 2017, circa un terzo dei decessi è stato infatti attribuito a fattori di rischio comportamentali, determinanti proprio nell'insorgenza delle MCNT: il 16% a comportamenti legati all'alimentazione (scarso consumo di frutta e verdura e assunzione elevata di zucchero e sale); il 14% al fumo di tabacco (anche passivo); il 4% al consumo di alcol; il 3% a scarsa attività fisica (6). Pertanto, l'azione su tali fattori di rischio modificabili, ampiamente diffusi in tutte le fasce d'età della popolazione italiana (7, 8), è considerata prioritaria nell'agenda sanitaria nazionale, come in quella internazionale (5).

Mente e corpo non sono entità separate ma un tutt'uno che lavora in modo complementare. Promuovere uno stile di vita sano, che unisce attività fisica, alimentazione sana e genuina e salute mentale, può aiutare a risolvere e prevenire disturbi e malattie

## Formazione

<u>Il progetto è rivolto ad adolescenti (11-15 anni) e alle loro famiglie</u>

- ampia azione di sensibilizzazione, informazione e formazione diretta ai cittadini più giovani e delle loro famiglie, mediante un evento pubblico di avvio del progetto
- 1) azioni divulgative per fornire un'adeguata informazione relativamente a pratiche di corretta alimentazione e all'importanza di assumere stili di vita sani e sostenibili;
- 2) promozione di percorsi di conoscenza e ri-scoperta dell'alimentazione tipica e delle tradizioni agricole del territorio;
- 3) promozione di percorsi volti a incentivare l'assunzione di stili di vita sani e sostenibili;
- 4) realizzazione con associazioni e istituto Alberghiero di Grosseto di almeno due occasioni di convivialità che prevedano dimostrazione pratica di preparazione di cibi sani, sostenibili e che diano spazio a convivialità e condivisione.

## Obiettivo

Stimolare la consapevolezza che alimentazione e stile di vita hanno sulla salute della persona e sull'ambiente nel quale ella vive.

## Operatori

Equipe multiprofessionale UOS Educazione alla Salute e operatori/operatrici del terzo settore

PREVENZIONE DELLE DIPENDENZE

# UNPLUGGED

## Descrizione

Programma scolastico per la prevenzione dell'uso di tabacco, alcol e altre sostanze rivolto agli adolescenti (dai 12 ai 14 anni), basato sul Modello dell'Influenza Sociale e dell'Educazione Normativa attraverso le LIFE SKILLS.

Unplugged utilizza la metodologia Attiva-esperenziale per favorire il coinvolgimento diretto degli studenti e del personale docente.

## Formazione

Formazione rivolta al personale docente delle classi II delle Scuole Secondarie di I grado, che durante l'anno scolastico formerà gli studenti e le studentesse.

La formazione, della durata di 20 ore in presenza, sarà svolta con una metodologia interattiva.
Al personale docente saranno forniti i manuali UNPLUGGED.

## Obiettivo

- Modificare gli atteggiamenti nei confronti dell'uso di sostanze, in particolare alcol e tabacco.
- Sviluppare e rafforzare negli studenti le abilità, le competenze e le risorse (LIFE SKILLS) necessarie per resistere alle pressioni dei coetanei e alle influenze sociali
- Prevenire o ritardare l'uso di sostanze psicotrope
- Facilitare la creazione di relazioni e il consolidamento del gruppo classe

## Operatori

Educatori/Educatrici Professionali e Personale Sanitario formatori Unplugged

PREVENZIONE DELLE DIPENDENZE

# SMART TRAINING

## Descrizione

Percorso di sensibilizzazione per prevenire l'uso di sostanze e aumentare la consapevolezza nell'utilizzo degli strumenti digitali negli adolescenti.
Il programma consiste in 7 unità, ciascuna della durata di circa un'ora, condotte dal personale docente formatosi attraverso il corso.
Sarà fornito online il manuale Smart Training per il personale docente partecipante.

## Formazione

Formazione rivolta al personale docente delle classi II delle Scuole Secondarie di I grado, che durante l'anno scolastico formerà la componente studentesca

Il percorso di formazione avrà una durata di 8-12 ore, svolto online, con modalità concordate con il personale docente. La metodologia sarà attiva-esperienziale, favorendo il coinvolgimento diretto e attivo del personale docente, che a sua volta utilizzerà la stessa metodologia in classe con gli studenti.

## Obiettivo

- Conoscere il modello dell'influenza sociale, le life skills e il loro ruolo nella prevenzione dell'uso di sostanze e nella promozione della salute della componente studentesca
- Favorire il riconoscimento e l'allenamento delle abilità necessarie per gestire l'emotività e le relazioni sociali
- Migliorare le conoscenze sui rischi dell'uso di tabacco e alcol
- Aumentare la consapevolezza nell'uso responsabile degli strumenti digitali negli adolescenti e contrastare la dipendenza

## Operatori

Educatori/Educatrici Professionali e Personale Sanitario formatori Unplugged

PREVENZIONE DELLE DIPENDENZE

# SOGNA IN GRANDE

## Descrizione

La metodologia si basa su un approccio interattivo tra gli insegnanti e gli studenti al fine di stimolare la loro partecipazione, partendo dai loro vissuti in famiglia e con i coetanei, dalle loro esperienze fino ad arrivare a fargli esplorare i loro bisogni e loro "sogni".

Si affronterà la discussione dell'argomento proponendo attività di gioco con le "carte virtuali" contenenti domande le cui risposte saranno concertate in gruppo. Importante sarà raccogliere il loro pensiero sulle principali sostanze in uso tra i giovani: fumo e alcol .

Sono previsti inoltre momenti di role-playing e problem-solving su alcune tematiche (ad es. gestione delle emozioni, assertività e inclusione nel gruppo dei pari).

L'aula è organizzata con sedie disposte a semicerchio per favorire la massima partecipazione, attenzione e scambio interattivo con i docenti ed i coetanei .

Gli argomenti si affrontano con il supporto delle slides e di un video sulle puff bar.

## Formazione

Il progetto prevede:

- incontro formativo/informativo di 2 ore con i genitori sulle problematiche di alcol e fumo tra gli adolescenti;
- incontro formativo/informativo di 2 ore con gli insegnanti finalizzato ad acquisire strumenti e informazioni su fumo e alcol da trasmettere agli alunni.

Il progetto, che prevede un percorso di 3 incontri di 2 ore per classe, sarà poi realizzato dagli insegnanti su supervisione degli operatori ASL.

Gli operatori saranno disponibili a recarsi in classe su chiamata da parte della scuola in caso di particolari problematiche evidenziate tra gli alunni inerenti il fumo e l'alcol.

Formazione rivolta agli e alle insegnanti e ai genitori della componente studentesca delle classi II delle Scuole Secondarie di I grado

## Obiettivo

- - fornire informazioni generali sul consumo di sostanze nei giovani,
- - far comprendere le conseguenze
- - aumentare le abilità emotive

## Operatori

Medico, sociologa ed educatrice professionale SerD di Grosseto

PROMOZIONE DI COMPETENZE INDIVIDUALI E CAPACITA' D'AZIONE (LIFE SKILLS)

# SKILLS FOR LIFE: STAR BENE A SCUOLA

## Descrizione

Il personale docente riveste un ruolo fondamentale nel promuovere il benessere quotidiano degli studenti attraverso lo sviluppo delle competenze vitali integrate nelle proprie attività didattiche. Le competenze essenziali nel contesto educativo per favorire una crescita sana e completa degli studenti comprendono competenze personali come la capacità di relazionarsi, una buona consapevolezza di sé, la gestione emotiva, e la capacità di prendere decisioni informate utilizzando il pensiero critico e creativo. Queste competenze, definite Life Skills dall'OMS, si suddividono in SKILLS EMOTIVE (consapevolezza di sé, gestione delle emozioni, gestione dello stress), SKILLS RELAZIONALI (relazioni efficaci, empatia, comunicazione efficace) e SKILLS COGNITIVE (pensiero critico, problem solving, prendere buone decisioni, pensiero creativo). L'implementazione di percorsi formativi, secondo la metodologia Life skills education, rappresenta un passaggio cruciale per promuovere il benessere degli studenti a scuola, facilitando anche l'acquisizione di "competenze chiave per l'apprendimento permanente".

## Formazione

Formazione rivolta al personale docente

1 incontro di 4 ore

- Life skills emotive
- Life skills relazionali
- Life skills cognitive

L'adesione al progetto è prevista da un minimo di 5 a un massimo di 35 membri del personale docente per Istituto (le adesioni inferiori a 5 saranno accettate previo accorpamento con altro Istituto aderente). Vista la natura della formazione, si raccomanda lo svolgimento delle attività in presenza; la modalità on-line sarà disponibile solo su esplicita richiesta dell'istituto.
L'accettazione delle adesioni avverrà sulla base della data di ricevimento delle stesse.

## Obiettivo

- Far acquisire al personale docente le competenze necessarie per promuovere il proprio benessere e quello degli studenti, migliorando le relazioni interpersonali, l'ascolto e la gestione emotiva.
- Allenare le life skills personali per migliorare la capacità di individuare le proprie risorse, le aree di miglioramento e le strategie per il proprio benessere

## Operatori

Team multidisciplinare composto da Educatori/Educatrici Professionali ed Assistenti Sanitari AUSL Toscana Sud Est

PROMOZIONE DI COMPETENZE INDIVIDUALI E CAPACITA' D'AZIONE (LIFE SKILLS)

# IO CRESCO

## Lo sviluppo neuropsicomotorio e comunicativo-linguistico nel bambino e nella bambina da 0-36 mesi

## Descrizione

La conoscenza delle tappe di sviluppo neuropsicomotorio e comunicativo nei primi tre anni di vita del bambino e della bambina è fondamentale per supportare la crescita e favorire l'acquisizione delle competenze cognitive, relazionali, motorie e linguistiche.

## Formazione

Formazione rivolta agli educatori ed alle educatrici dei Servizi Educativi per la Prima Infanzia e ai genitori in essi inseriti

Il programma prevede:

- 1 incontro di 3 ore iniziale
- 1 Incontro di valutazione a distanza di 3 mesi

## Obiettivo

Il progetto di promozione della salute si propone di fornire suggerimenti e attività ludiche agli educatori, educatrici e genitori per stimolare correttamente il bambino e la bambina nei diversi contesti di vita

## Operatori

L'equipe sarà composta da professionisti della riabilitazione del Dipartimento delle Professioni Tecnico Sanitarie della Riabilitazione e della Prevenzione Ausl Toscana Sud Est

PROMOZIONE DI COMPETENZE INDIVIDUALI E CAPACITA' D'AZIONE (LIFE SKILLS)

# IL BAMBINO E LA BAMBINA BILINGUE A SCUOLA

## Descrizione

Introduzione al bilinguismo affrontando i seguenti temi:

- Collocazione del fenomeno migratorio
- Caratteristiche delle varie tipologie di bilinguismo
- Descrizione dei fenomeni di bilinguismo sottrattivo e i problemi ad esso connessi
- Definizione dei tempi e i modi di insegnamento/apprendimento nella seconda lingua italiana nel bambino e nella bambina
- Individuazione dei reali fattori di rischio per le difficoltà di apprendimento nei bambini e nelle bambine bilingui

## Formazione

Formazione rivolta agli insegnanti ed alle insegnanti della Scuola dell'Infanzia e della Scuola Primaria

Il programma formativo prevede:

- 1 Incontro di 2 ore teorico per Scuola dell'Infanzia e la Scuola Primaria
- 1 Incontro pratico di 2 ore per la Scuola dell'Infanzia
- 1 Incontro pratico di 2 ore per la Scuola Primaria
- 1 Incontro di valutazione a distanza dopo 3 mesi

## Obiettivo

- Informare il corpo docente sul tema del bilinguismo, avviando un percorso formativo volto a ridurre gli invii impropri al servizio di Salute Mentale Infanzia e Adolescenza
- Offrire al corpo docente l'opportunità di affinare la capacità di osservazione degli alunni e delle alunne bilingue
- Fornire al corpo docente strumenti operativi per integrare nuove attività nella programmazione didattica, considerando le specificità del percorso di apprendimento dei bambini e delle bambine bilingui

## Operatori

Logopedisti e Logopediste del Dipartimento delle Professioni Tecnico Sanitarie della Riabilitazione e della Prevenzione Ausl Toscana Sud Est

PROMOZIONE DI COMPETENZE INDIVIDUALI E CAPACITA' D'AZIONE (LIFE SKILLS)

# MI PREPARO PER LA PRIMA

## Potenziamento dei prerequisiti nella Scuola dell'Infanzia

## Descrizione

Il livello di sviluppo delle abilità linguistiche, delle funzioni esecutive e delle abilità motorie globali e di motricità fine in età prescolare influenza l'adattamento nel futuro contesto scolastico e negli outcomes di apprendimento; i bambini e le bambine con un miglior funzionamento in tali domini nella scuola d'infanzia otterranno prestazioni migliori in lettura, scrittura e calcolo (si vedano Viterbori et al., 2015; Bull, Espy e Wiebe, 2008; Andersson, 2008; Christopher et al., 2012; Jacobson et al., 2017; Peterson et al., 2017; Sesma et al., 2009).

## Formazione

Formazione rivolta agli insegnanti ed alle insegnanti della Scuola dell'Infanzia, con particolare riferimento alla fascia d'età 4-6 anni.

Il programma formativo comprende:

- N. 2 Incontri teorici di 2 ore ciascuno
- N. 1 Incontro di valutazione a distanza dopo 3 mesi

## Obiettivo

L'obiettivo del progetto di promozione della salute è fornire agli insegnanti della scuola dell'infanzia strumenti operativi per potenziare i prerequisiti sopra indicati durante l'età prescolare integrandoli nei percorsi educativi curricolari

## Operatori

L'equipe sarà composta da professionisti della riabilitazione del Dipartimento delle Professioni Tecnico Sanitarie della Riabilitazione e della Prevenzione Ausl Toscana Sud Est

# PROMOZIONE DI COMPETENZE INDIVIDUALI E CAPACITA' D'AZIONE (LIFE SKILLS)

## A, B, C...
## Identificazione precoce e potenziamento

### Descrizione

La scuola svolge una funzione strategica e riveste un ruolo determinante nel promuovere il successo formativo e ridurre le diseguaglianze socio-culturali. Agli insegnanti dei primi anni della scuola primaria si pone una vera e propria sfida legata alle eterogeneità dello stile e dei tempi di apprendimento dei loro alunni. Ecco perché è di fondamentale importanza cogliere precocemente i segnali di allarme e i fattori predittivi per un disturbo di apprendimento.

Il livello di sviluppo delle abilità linguistiche, delle funzioni esecutive e delle abilità motorie globali e di motricità incide sull'adattamento nel contesto scolastico e negli outcomes di apprendimento. In questo progetto verranno suggeriti strumenti utili a identificare precocemente le fragilità di ogni alunno, consentendo agli insegnanti di fornire l'opportunità didattica più adeguata sulla base delle differenze individuali.

### Formazione

Formazione rivolta agli ed alle docenti della Scuola Primaria

Due incontri da 2 ore ed un incontro di 2 ore di verifica a distanza di 3 mesi.
Modalità: in presenza oppure on line

### Obiettivo

- Fornire indicazioni teoriche e pratiche sui prerequisiti degli apprendimenti (linguistici, visivi, motori)
- Fornire un supporto per identificare precocemente i segnali di allarme che possono esitare un disturbo di apprendimento e
- Fornire strumenti utili per contrastare le iniziali difficoltà di apprendimento e potenziare le abilità carenti

### Operatori

Logopediste/i e TNPEE dell'Azienda UsL Toscana Sud Est

PROMOZIONE DI COMPETENZE INDIVIDUALI E CAPACITA' D'AZIONE (LIFE SKILLS)

# LABORATORI EMOZIONI IN FIABA

## Descrizione

Il presente progetto ha come finalità la conoscenza e l'esplorazione delle principali emozioni, presenti nella prima infanzia, in un contesto di lavoro di gruppo, attraverso la lettura di albi illustrati relativi alla prima infanzia e ad attività laboratoriali.

Destinatari diretti
Bambine e bambini dell'ultimo anno della scuola dell'infanzia.

Destinatari indiretti
Scuole e famiglie aderenti al patto educativo col presente progetto.

## Formazione

Auspicabile e fortemente raccomandato: incontro con istituzione scuola e genitori delle classi coinvolte
2 incontri per ogni sezione coinvolta
Auspicabile e fortemente raccomandato: incontro di restituzione con insegnanti e genitori

## Obiettivo

- Scoperta e conoscenza delle principali emozioni
- Condivisione dell'esperienza in contesto relazionale di gruppo, attraverso attività di lettura e di gioco
- Favorire un processo di consapevolezza in merito ai propri vissuti emotivi e relazionali in linea con la fase di sviluppo

## Operatori

Equipe multidisciplinare UOS Educazione alla salute

PROMOZIONE DI COMPETENZE INDIVIDUALI E CAPACITA' D'AZIONE (LIFE SKILLS).

# VIVERE LE RELAZIONI
## Classi prime scuola Secondaria di I grado

### Descrizione

Il presente progetto ha come finalità l'aumento di consapevolezza e conoscenza inerenti gli aspetti relazionali che sottostanno ai rapporti umani, sia nell'ambito delle relazioni affettive e sentimentali, sia nell'ambito più ampio dei rapporti tra parie di quello col mondo adulto (in contesto familiare ed educativo)

### Formazione

Formazione rivolta agli studenti e studentesse delle classi prime sella scuola secondaria di I grado

Auspicabile e fortemente raccomandato: incontro con istituzione scuola e genitori delle classi coinvolte
3 incontri per ogni classe coinvolta dalla durata di 2 ore
Auspicabile e fortemente raccomandato: incontro di restituzione con insegnanti e genitori

### Obiettivo

Esplorazione dei principali vissuti emotivi in relazione ai rapporti e alle relazioni significative presenti nella propria vita. Aumento della consapevolezza dei propri vissuti e del proprio funzionamento nelle relazioni diadiche e di gruppo.
Introduzione al concetto di assertività nelle relazioni. Proposta di immedesimazione e cambiamento su quanto sopra esposto attraverso laboratori ed esperienze di gruppo.
Indicatori:
Riduzione in frequenza di segnalazioni riguardanti atti di aggressione e conflitto sia in relazione al rapporto tra pari che in relazione al rapporto.
Aumento dell' utilizzo di strumenti di decisione di gruppo basati sull'espressione del consenso personale in relazione alle scelte da prendere.

### Operatori

Equipe multidisciplinare aziendale e dell'AD Promozione ed Etica della Salute

PROMOZIONE DI COMPETENZE INDIVIDUALI E CAPACITA' D'AZIONE (LIFE SKILLS)

# SIAMO TUTTI SPECIALI
## Un futuro senza pregiudizi

## Descrizione

Il presente progetto ha come finalità la diminuzione dei pregiudizi basati sugli stereotipi relativi a fattori individuali, sociali e culturali che possano influire sulle dinamiche del gruppo classe. Ci si riferisce in particolare ad elementi che possano poggiare su etnie, religione, identità sessuale, fattori socio economici, e aspetti del funzionamento individuale relativi a fattori fisici, modalità di elaborazione delle informazioni, comportamento e modalità relazionali.

## Formazione

Formazione rivolta agli studenti e studentesse delle classi prime della Secondaria di I grado

2 incontri in presenza all' interno del gruppo classe;
1 incontro opzionale su richiesta della scuola relativo al modulo più specifico se presente.

## Obiettivo

Condividere informazioni relative al concetto di Minority stress
Analisi e cambiamento delle modalità comunicative presenti nel gruppo classe
Inclusione e valorizzazione delle singole individualità come risorsa per la comunità
Favorire lo strutturarsi di relazioni positive nel gruppo classe

## Operatori

Psicologi e psicologhe AUSL Toscana Sud Est

# PROMOZIONE DI COMPETENZE INDIVIDUALI E CAPACITA' D'AZIONE (LIFE SKILLS)

## PROGETTO 0-3

## "la promozione dello sviluppo psicomotorio e linguistico nel bambino da 0-3 anni a casa"

### Descrizione

Sempre più numerosi sono i bambini tra 0 e 36 mesi di età che presentano un rallentamento nelle varie aree dello sviluppo (motorio, linguaggio e relazione) in assenza nza di altri disturbi accertati. ati Studi comeor quelli di Rescorla (2013) e Roos e Ellis Weismer (2008) indicano che circa il 10-20% di questi bambini mostra un ritardo nello sviluppo del linguaggio espressivo, con una parte significativa (20-30%) che potrebbe sviluppare seguito disturbi del linguaggio. La mancanza di un intervento precoce, spesso causata da scarsa consapevolezzae informazione, può ritardare l'avvio di trattamenti adeguati, aumentando il rischio di sviluppare disturbi del linguaggio e dell'apprendimento durante la scolarizzazione. E cruciale prpromuovere un intervento tempestivo e preventivo attraverso il nido d'infanzia per favorire uno sviluppo cognitivo e relazionale ottimale nei bambini, offrendo loro migliori opportunità di crescita e di successo nel lungo termine.

La formazione è destinata al personale educativo dei nidi d'infanzia, comprensivo di educatori educatrici.

### Formazione

Il progetto si propone di fornire lororo competenze e metodologie per riconoscere e supportare lo sviluppo dei bambini, partendo dalle loro reali esigenze.
La formazione prevede due incontri formativi, ciascuno della durata di 2 ore:

- Primo incontro: sarà incentrato su attività teoriche, fornendo ai partecipanti una base teorica solida sullo sviluppo psicomotorio e sulle metodologie educative efficaci
- Secondo incontro: sarà dedicato a attività pratiche, durante le quali il personale educativo avrà l'opportunità di applicare direttamente le conoscenze acquisite attraverso esercitazioni e simulazioni pratiche

Gli incontri formativi avranno luogo presso le sedi UFSMIA di Villa Pizzetti, con gruppi di massimo 10 partecipanti nella fascia pomeridiana. Questo approccio mira non solo a fornire conoscenze teoriche, ma anche a garantire un apprendimento esperienziale che prepari il personale educativo ad affrontare in modo efficace le sfide legate allo sviluppo dei bambini nei nidi d'infanzia.

### Obiettivo

- Migliorare la qualità dello sviluppo psicomotorio e delle abilità cognitive nei bambini attraverso un approccio educativo preventivo
- Potenziare le capacità dei partecipanti nell'identificare precocemente eventuali difficoltà nello sviluppo e nel fornire un aiuto tempestivo

### Operatori

L'equipe sarà composta da professioniste e professionisti del Dipartimento delle Professioni Tecnico Sanitarie della Riabilitazione e della Prevenzione Ausl Toscana Sud Est

# PROMOZIONE DI COMPETENZE INDIVIDUALI E CAPACITA' D'AZIONE (LIFE SKILLS)

## GENITORI 2.0

"la promozione dello sviluppo psicomotorio e linguistico nel bambino da 0-3 anni a casa"

### Descrizione

Scopriamo insieme quali sono le attività e di giochi più adatti ai piccoli nella fascia di età 0-3 anni utili a favorire lo sviluppo neuromotorio fin dai primissimi giorni di vita.

### Formazione

La formazione è destinata alle famiglie dei piccoli e piccole iscritte ai nidi di infanzia privati e pubblici che hanno partecipato al Percorso formativo "Promozione delle Abilità Motorie, Comunicativo-Relazionali e Cognitive nel Nido di Infanzia"

Previsto 1 incontro a gruppo (max 20 persone) in presenza

fascia oraria: dalle ore 13 alle ore 15.00
sede: da definire

### Obiettivo

Promuovere un' alleanza educativa tra i servizi della comunità e le famiglie a supporto dello sviluppo neuromotorio del bambino

### Operatori

L'equipe sarà composta da logopediste e fisioterapiste del Dipartimento delle Professioni Tecnico Sanitarie della Riabilitazione e della Prevenzione Ausl Toscana Sud Est

AFFETTIVITA' E SESSUALITA'

# W L'AMORE

**Incontro propedeutico con insegnanti e famiglie per illustrare contenuti e metodi per un'adesione consapevole**

## Descrizione

Educare all'affettività e alla sessualità implica accompagnare i ragazzi e le ragazze nel loro percorso di sviluppo fornendo loro gli strumenti necessari per sviluppare consapevolezza emotiva ed affettiva al fine di vivere esperienze positive e, soprattutto, evitare quelle negative come molestie, abuso, violenza e comportamenti a rischio. Significa affrontare argomenti in armonia con la crescita e le esperienze personali. Prima della pubertà, si tratta di aiutarli a conoscere il proprio corpo e i propri sentimenti, a sapere quello che si vuole e quello che non si vuole e a stabilire relazioni positive con gli altri, a fare amicizia. L'educazione comprende anche i temi delle relazioni sentimentali, della maturazione sessuale, dei cambiamenti del corpo e della mente, nonché delle relazioni intime.
Durante questo processo educativo, verrà presentato il Consultorio Giovani e saranno affrontati temi quali le malattie sessualmente trasmesse, i comportamenti sessuali sicuri e l'uso dei contraccettivi.

Il comma 16 della Legge 107/2015 di Riforma su "La Buona Scuola" recita testualmente: "Il piano triennale dell'offerta formativa assicura l'attuazione dei principi di pari opportunità, promuovendo nelle scuole di ogni ordine e grado l'educazione alla parità tra i sessi, la prevenzione della violenza di genere e di tutte le discriminazioni, al fine di informare e di sensibilizzare la comunità studentesca e il personale scolastico, enti e i genitori."

## Formazione

<u>Formazione rivolta alla componente studentesca delle classi Terze della Scuola Secondaria di I° Grado</u>

- N. 1 incontro di massimo 2 ore con educatori e educatrici professionali e con il personale sanitario del Consultorio Giovani
- Su richiesta visita al Consultorio Giovani

## Obiettivo

Aiutare i preadolescenti a sviluppare attitudini e competenze nel campo delle relazioni, dell'affettività e della sessualità, affinché possano affrontarle in modo consapevole e sicuro durante il loro percorso di crescita.

## Operatori

Educatrici e Educatori Professionali e Personale del Consultorio Giovani AUSL Toscana Sud Est

AFFETTIVITA' E SESSUALITA'

# BUONE PRATICHE DI ACCOGLIENZA PER GIOVENTÙ QUEER

**Incontro propedeutico con insegnanti e famiglie per illustrare contenuti e metodi per un'adesione consapevole**

## Descrizione

La letteratura recente indica un crescente bisogno, da parte degli adolescenti, d'informazioni e supporto riguardo all'affettività e alla sessualità, aree sempre più ricche di termini e sfumature di significato sia lessicali che emotive e identitarie.

Nello specifico i dati emersi negli ultimi anni, mostrano come la popolazione LGBTQI+ sia costantemente esposta ad un malessere psicofisico che può sfociare non di rado in patologie quali ansia e depressione, compromettendo la qualità della vita (Lorraine et al., 2020).

La scuola da sempre è un ambiente fondamentale che funge da luogo di ascolto, supporto e accompagnamento nella scoperta e nella crescita dell'identità individuale, offrendo contemporaneamente punti di riferimento alternativi e a volte complementari all'ambiente familiare.

Il comma 16 della Legge 107/2015 di Riforma su "La Buona Scuola" recita testualmente: "Il piano triennale dell'offerta formativa assicura l'attuazione dei principi di pari opportunità, promuovendo nelle scuole di ogni ordine e grado l'educazione alla parità tra i sessi, la prevenzione della violenza di genere e di tutte le discriminazioni, al fine di informare e di sensibilizzare la comunità studentesca e il personale scolastico, enti e i genitori."

## Formazione

Formazione rivolta al personale docente e non docente delle scuole secondarie di I° grado

- N. 1 incontro di due ore, in modalità sincrona oppure online, dalle seguenti tematiche:
- Introduzione al costrutto d'identità sessuale (orientamento sessuale, ruolo di genere, identità di genere, sesso biologico)
- Le parole sono importanti (introduzione al significato e all'utilizzo del lessico queer)
- Gli spazi sono importanti (riflessione sulla questione degli spazi dedicati agli studenti e alle studentesse)
- Buone pratica per l'accoglienza di persone queer in ottica preventiva per situazioni di marginalizzazione e minority stress e di promozione del benessere della persona

## Obiettivo

- Incrementare la consapevolezza rispetto all'ambito dell'affettività e della sessualità, con particolare riferimento alla popolazione queer
- Incrementare conoscenze e competenze rispetto all'area dell'affettività e della sessualità
- Incrementare conoscenze e competenze relative alle buone pratiche per l'accoglienza e il sostegno di persone queer

## Operatori

Personale del servizio di Psicologia AUSL Toscana Sud Est

AFFETTIVITA' E SESSUALITA'

# SONO UN CUCCIOLO DI UOMO

Progetto Pilota per solo una classe

**Incontro propedeutico con insegnanti e famiglie per illustrare contenuti e metodi per un'adesione consapevole**

## Descrizione

Il presente progetto ha l'obiettivo di esplorare le tematiche relative alla nascita e alla formazione del contesto familiare, con particolare riferimento alla dimensione biologica, affettiva e relazionale, in un'ottica d'inclusività e volorizzazione delle differenze individuali, secondo un modello di educazione affettiva di tipo estensivo (comprensivo di famiglia e scuola)

## Formazione

Formazione rivolta ai bambini e alle bambine Alunni della classe V della Primaria

Cinque incontri da 2 h ciascuno (il primo e l'ultimo con genitori ed insegnanti, i restanti 3 incontri con i bambini) e in cui verrà stipulato sempre il Patto di aula con i ragazzi

Incontro preliminare con i genitori e gli insegnanti (2 h)

Questo incontro ha la finalità di stipulare un patto d'aula tra genitori, insegnanti ed operatori per porre le basi per una concreta fiducia e collaborazione tra gli attori in causa.

In questo incontro viene acquisito il consenso da parte dei genitori per affrontare gli argomenti in oggetto, vengono spiegate le finalità del corso con i relativi obiettivi e vengono rese note le tematiche che verranno trattate durante le lezioni.

3 incontri da 2 h ciascuno con i ragazzi in presenza dell'insegnante(vedi descrizione dettagliata in seguito)

Incontro conclusivo: Chiusura con i genitori e gli insegnanti di due ore circa per raccogliere i feedback, le osservazioni e miglioramenti

## Obiettivo

- Scoprire come avviene la fecondazione, la nascita e l'evoluzione della gravidanza.
- Avere consapevolezza dell'anatomia maschile e femminile e della propria identità sessuale
- Affrontare la dinamica delle relazioni così da fornire le basi per un rispetto degli altri e di se stessi
- Creare una consapevolezza del corpo femminile e maschile
- Creare consapevolezza della dinamica di una sana relazione affettiva
- Porre le basi per la prevenzione dell'abuso
- Creare un dialogo e un momento di conversazione tra bambini, genitori e insegnanti al fine di far nascere un confronto per una crescita affettiva dei ragazzi

## Operatori

Ostretrica e Psicologo/a

AFFETTIVITA' E SESSUALITA'

# LOVE LAB

**Incontro propedeutico con insegnanti e famiglie per illustrare contenuti e metodi per un'adesione consapevole**

## Descrizione

Il presente progetto ha come come finalità l'aumento di consapevolezza e conoscenza inerente l'area dell'affettività e della sessualità secondo un approccio estensivo e comunitario. Nello specifico coniuga le dimensioni relazionale e sentimentale a quella della sessualità e la prevenzione delle IST(Infezioni Sessualmente trasmesse) oltre che a quella di una genitorialità consapevole.

## Formazione

Formazione rivolta gli studenti e studentesse delle classi III scuola secondaria di primo grado

Auspicabile e fortemente raccomandato: Incontro con istituzione scuola e genitori degli studenti delle classi coinvolte

4 incontri per ogni classe coinvolta

Visita al consultorio del territorio di riferimento e allo spazio SAM

Auspicabile e fortemente raccomandato: Incontro di restituzione con insegnanti e genitori

## Obiettivo

- Conoscenza ed esplorazione delle principali dimensioni di cambiamento caratterizzanti lo sviluppo psicofisico in adolescenza
- Conoscenza ed esplorazione dell'identità sessuale e delle sue componenti
- Conoscenza dei principali metodi anticoncezionali e principali IST
- Esplorazione degli elementi fondanti lo strutturarsi di relazioni sane, prevenzione della violenza di genere e conoscenza del codice rosa
- Visiting ai servizi consultoriali e servizio SAM (Spazio Uomini Maltrattanti)

## Operatori

Equipe multidisciplinare dell' Educazione alla salute

CULTURA DELLA DONAZIONE E CITTADINANZA CONSAPEVOLE

# PROMOZIONE STILE DI VITA NON VIOLENTO
# "Il Codice Rosa"

## Descrizione

Il progetto "Codice Rosa", sviluppato nell'ambito dell'Educazione e Promozione alla Salute, ha trovato un punto di forza nella collaborazione con il sistema scolastico, concentrandosi sui temi della "la promozione di uno stile di vita non violento" e sulla "tutela delle fasce vulnerabili della popolazione". La formazione del personale docente e non docente, il supporto degli operatori ASL e gli interventi nei gruppi classe hanno costituito una solida base da cui si stata costruita una rete, innescando un significativo "effetto domino" che nel corso degli anni si è esteso dalla scuola alla comunità. Attraverso una riflessione guidata su casi ed esperienze condotta dagli operatori del Codice Rosa, si mira a stimolare la consapevolezza sulle diverse forme di violenza e a formare "sentinelle" capaci di un coinvolgimento profondo, basato sulla percezione che ognuno possa contribuire alla costruzione di una società consapevole e rispettosa dei diritti, capace di farsi carico anche di situazioni difficili.

## Formazione

Formazione rivolta al personale docente e non docente delle scuole di ogni ordine e grado

- N. 1 incontro di due ore durante il quale verranno esaminati vari aspetti legati alla violenza sulle fasce vulnerabili della popolazione, con particolare attenzione alla dimensione del fenomeno, alla normativa vigente e alle strategie di presa in carico dei dei servizi territoriali socio-sanitari e delle forze dell'ordine
- su richiesta focus su figura maltrattante

## Obiettivo

- Fornire informazioni su servizi disponibili e le persone di riferimento
- Sensibilizzare sulla tematica e promuovere un' osservazione più attenta per riconoscere situazioni problematiche

## Operatori

Personale sanitario della Promozione ed Educazione alla Salute e della UOSD Codice Rosa e Medicina di Genere AUSL Toscana Sud Est

CULTURA DELLA DONAZIONE E CITTADINANZA CONSAPEVOLE

# FARMACI A SCUOLA

## Descrizione

Le urgenze e le emergenze pediatriche sono da sempre motivo di ansia per tutti, e in particolare per il mondo della scuola. Pertanto è fondamentale addestrare e diffondere le manovre di primo soccorso, attraverso una didattica basata sulle simulazioni d'intervento, al fine di sviluppare conoscenze e capacità nell'applicazione di manovre e di tecniche di primo soccorso e salva-vita

## Formazione

Formazione rivolta al personale docente e non docente di ogni ordine e grado delle scuole

- Un webinar sincrono di formazione online della durata di 2 ore, aperto a tutto il personale scolastico

Argomenti trattati:

- Criteri e modalità di attivazione del 112 e del 118
- Farmaci di uso comune in pediatria e salvavita

## Obiettivo

Fornire nozioni di base al personale scolastico sul riconoscimento e gestione delle emergenze pediatriche e delle problematiche cliniche minori di frequente riscontro in età pediatrica. Tra gli obiettivi la corretta attivazione del soccorso sanitario e la somministrazione in sicurezza di farmaci nell'ambiente scolastico.

## Operatori

Professionisti e Professioniste dell'Area Pediatrica e della UOC Promozione ed Etica della Salute AUSL Toscana Sud Est

CULTURA DELLA DONAZIONE E CITTADINANZA CONSAPEVOLE

# IL MONDO DEI FUNGHI

## Descrizione

Il progetto prevede un incontro della durata di due ore nelle singole classi. Consapevoli che il miglior modo per apprendere è stimolare la curiosità, proponiamo un progetto-laboratorio sui funghi (es. sporata su carta), lieviti (es. sviluppo di anidride carbonica dall'unione di farina, acqua e lievito) e muffe (es. crescita fungina su confetture e marmellate).

Durante i laboratori, in modo semplice, saranno descritti i funghi e la loro importanza nell'ecosistema, con alcune curiosità e peculiarità, accennando alla professione del micologo pubblico e ai rischi legati al consumo dei funghi. Per i laboratori è sufficiente un piccolo spazio sulla cattedra e tutto il materiale sarà a carico e portato dal personale ASL e/o concordato preventivamente con gli insegnanti.

## Formazione

Formazione rivolta alle alunne e alunni delle classi IV e V della scuola primaria

## Obiettivo

Avvicinare le bambine ed i bambini alla micologia per trasmettere l'importanza dei funghi nella vita quotidiana e dell'ecosistema in generale, comunicando i primi rischi correlati al consumo dei funghi.

## Operatori

Tecnici della Prevenzione Micologhe e Micologi AUSL Toscana Sud Est

CULTURA DELLA DONAZIONE E CITTADINANZA CONSAPEVOLE

# APPROCCIO AL REGNO DEI FUNGHI E RISCHIO ALIMENTARE

## Scuola Secondaria di I grado

### Descrizione

Il progetto si sviluppa su due annualità.
Il primo incontro, destinato agli studenti del primo anno delle secondarie inferiori, avrà una durata di due ore per classe. Verranno inquadrati i funghi con le loro peculiarità sulla riproduzione, nutrizione e "comunicazione". Saranno evidenziati gli aspetti sul consumo alimentare ed il rischio legato alle intossicazioni. Descritto il ruolo dei micologi della ASL e dell'Ispettorato Micologico.
La seconda parte si svolgerà l'anno scolastico successivo, in autunno, prevedendo aspetti pratici con osservazione di materiale fresco raccolto.

### Formazione

Studenti della prima classe delle scuole secondarie di primo grado (prima parte), delle stesse classi aderenti nel secondo anno.

Due ore di lezione a classe aderente per ogni parte del progetto.

### Obiettivo

Informare sugli aspetti peculiari dei funghi e loro rischio in relazione al consumo alimentare.

### Operatori

Tecnici della Prevenzione Micologhe e Micologi AUSL Toscana Sud Est.

CULTURA DEL DONO E CITTADINANZA CONSAPEVOLE

# FAST HEROES

## Insieme possiamo salvare il mondo, un nonno alla volta

## Scuola Primaria

### Descrizione

FAST Heroes è un progetto didattico gratuito
Nel corso di ogni lezione (5 lezioni da 1 ora), i bambini impareranno a conoscere un sintomo dell'ictus e cosa fare in caso di comparsa del sintomo grazie ad una serie di attività dal carattere pedagogico, divertente e giocoso. Ad accompagnare i bambini in questo percorso educativo i nostri "supereroi in pensione"; tre Supernonni che aiuteranno i bambini a riconoscere i sintomi associandoli a uno dei numeri che costituiscono il numero unico per le emergenze 112.

### Destinatari

Formazione rivolta a bambini e bambine della scuola Primaria

### Formazione

Il progetto è strutturato in 5 lezioni di 1 ora ciascuno che può essere svolta nel momento individuato da ciascun docente come il più adeguato. Il progetto non ha scadenza, può essere realizzato nel corso dell'anno scolastico 2025-2026

### Obiettivo

Il progetto parte dall'incredibile entusiasmo dei bambini verso l'apprendimento e la condivisione con l'obiettivo di aumentare la conoscenza sull'ictus e i suoi sintomi attraverso materiali didattici e interattivi semplici e divertenti.

### Operatori

Il progetto viene realizzato dai docenti stessi; è possibile prevedere – su richiesta – il coinvolgimento di: volontari dell'Associazione (A.L.I.Ce. Italia Odv)

CULTURA DEL DONO E CITTADINANZA CONSAPEVOLE

# SCOPRI L'EROE CHE E' IN TE
## Solo per le scuole sec. di I grado
## Zona Distretto Colline dell'Albegna

## Descrizione

Gli insegnanti e le insegnanti preparano i ragazzi e le ragazze a cosa è il sangue, a quali sono le funzioni, ecc... proiettando video scelti tra quelli proposti e forniti da Avis.

Le classi potranno essere unite (max 2) e gli studenti interagiranno coi dirigenti, soci, donatori su temi inerenti la donazione del sangue.

Al termine del percorso formativo verrà somministrato un questionario totalmente anonimo agli studenti utile a fini statistici.

## Destinatari

Formazione rivolta a studenti e studentesse della primaria e della secondaria di II grado

## Formazione

Il progetto si articola su 2 incontri:

1. Conferenza di presentazione del progetto in assemblea, quindi in presenza, con tutti i soggetti coinvolti; Tra il primo ed il secondo incontro, gli studenti coinvolti nel progetto potranno sviluppare un elaborato a tema (componimento, elaborato grafico, pittorico, disegno) – (facoltativo)
2. Presentazione e preparazione all'argomento Donazione di sangue in aula da parte delle insegnanti con l'ausilio di video opuscoli, ecc... forniti da AVIS alle scuole;

I supporti saranno scelti in base all'età degli studenti che riceveranno la formazione e consegnati ai docenti e agli studenti delle scuole e degli istituti interessati. Il percorso coinvolgerà gli studenti con giochi sia alla lavagna che al banco, con video e/o cartoni animati. Al termine verrà consegnato ai ragazzi un questionario anonimo da compilare e consegnare che verrà utilizzato da AVIS a fini statistici.

1. Restituzione alla classe dei risultati legati al questionario e presentazione del mondo Avis;

Il progetto prevede il coinvolgimento delle famiglie a cui verrà consegnato un opuscolo informativo riguardante l'attività. Il materiale verrà fornito da Avis e distribuito dalla scuola.

## Obiettivo

Far conoscere le attività, il funzionamento e gli ideali alla base di una associazione di volontariato.
Approfondire la funzione del sangue nel nostro organismo e comprendere la necessità della donazione.
Sensibilizzare alla solidarietà ed alla reciprocità per una convivenza civile attraverso l'esperienza del volontariato.

## Operatori

Dirigenti e donatori/donatrici AVIS comunale Volontari AVIS-Servizio civile
Equipe professionale del Centro trasfusionale del P.O. Orbetello

CULTURA DEL DONO E CITTADINANZA CONSAPEVOLE

# MAGICA ALLEANZA TRA GENERAZIONI

## Descrizione

Nel nostro ordinamento si riconosce l'importanza dell'incontro tra generazioni già all'articolo 317 bis del Codice civile, il quale prevede, al comma primo, che «gli ascendenti hanno diritto di mantenere rapporti significativi con i nipoti minorenni». Questo perché si riconosce l'importanza dei "nonni", i quali contribuiscono alla crescita dei nipoti arricchendo il loro bagaglio culturale e aiutandoli nella formazione della loro personalità. Per gli stessi motivi può essere considerato efficace qualunque altro incontro tra generazioni, i cui benefici principali sono: rafforzare i legami tra età diverse, educare al rispetto della diversità, favorire l'instaurazione di una società più coesa.

L'incontro tra generazioni comporta il trasferimento di valori, credenze e skills. Tutto ciò rafforza i legami tra due generazioni considerate, spesso, poli opposti. Si creano così punti di congiunzione tra personealtrimenti distanti ed estranee.

L'uno è risorsa per l'altro: l'adulto aiuta il bambino a partecipare in modo attivo, gli insegna a riflettere e fa luce sul patrimonio storico e culturale. Insomma lo prepara al futuro. Il bambino a sua volta aiuta l'adulto a custodire (e, a volte, a riprendere) le redini della sua vita, lo aiuta a concentrarsi sul domani , ad aprirsi alle novità e a rallentare o addirittura evitare quel ritiro sociale tanto deleterio e foriero di perdita di autonomie e decadimento cognitivo

## Destinatari

Progetto rivolto a alunni e alunne delle classi IV e V della Primaria e della I e II secondarie di I grado, popolazione ultrasessantacinquenne

## Formazione

Il progetto prevede incontri tra gruppi di anziani e gruppi di bambini in un luogo dedicato, strutturati in laboratori nei quali si affronteranno temi che aumenteranno, da un lato, le conoscenze dei bambini attraverso racconti esperienziali degli anziani e dall'altro potranno favorire la conoscenza, da parte degli anziani dell'attuale mondo dei bambini, soprattutto riferito al mondo digitale. Possibili attività laboratoriali possono essere:

- arti e mestieri di un tempo
- laboratorio di cucina per sperimentare antiche ricette
- laboratorio di lettura animata di fiabe
- il Natale e le feste in generale com'erano per i nonni uso degli smartphone

## Obiettivo

Accrescere il benessere e la qualità di vita degli anziani e dei bambini,.

## Operatori

Equipe multiprofessionale UOS Educazione alla Salute e operatori/operatrici del terzo settore