



Coordinatore MARIA CASORATI

**Maria Grazia Alemanno, Gabriella Amoroso, Luca Ballerini,
Loretta Fabiani, Vera Incisa, Chiara Silvestris**



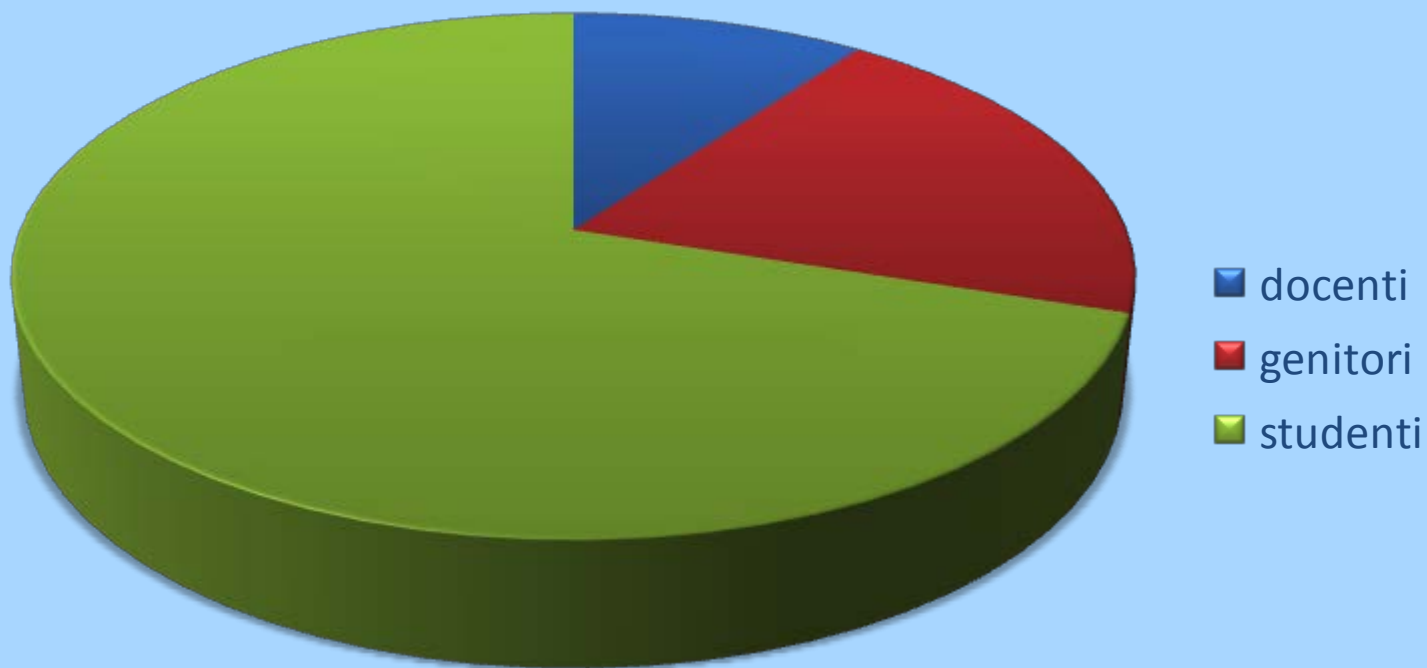
Il sistema scuola



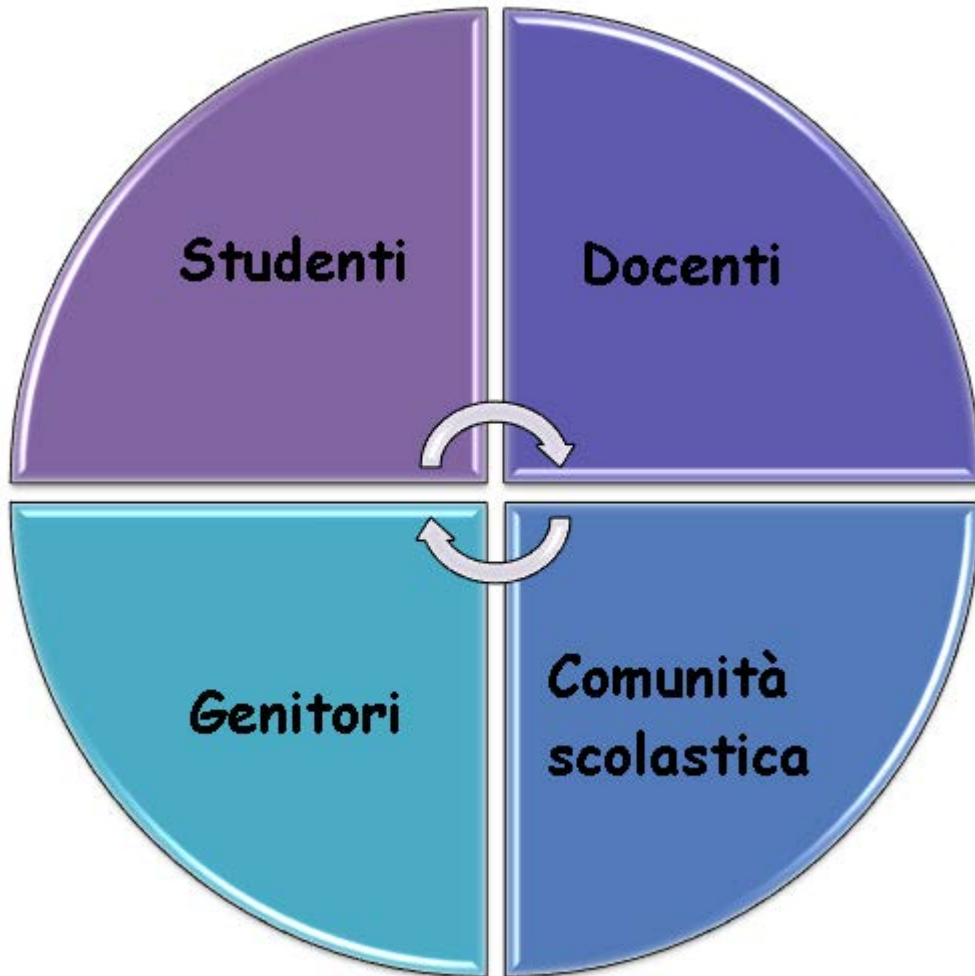
PROGETTO

- **EDUCAZIONE ALIMENTARE**
- **PREVENZIONE DISAGIO ADOLESCENZIALE**
- **PROMOZIONE BENESSERE PSICO-FISICO DELLA COMUNITÀ SCOLASTICA**

Destinatari delle attività



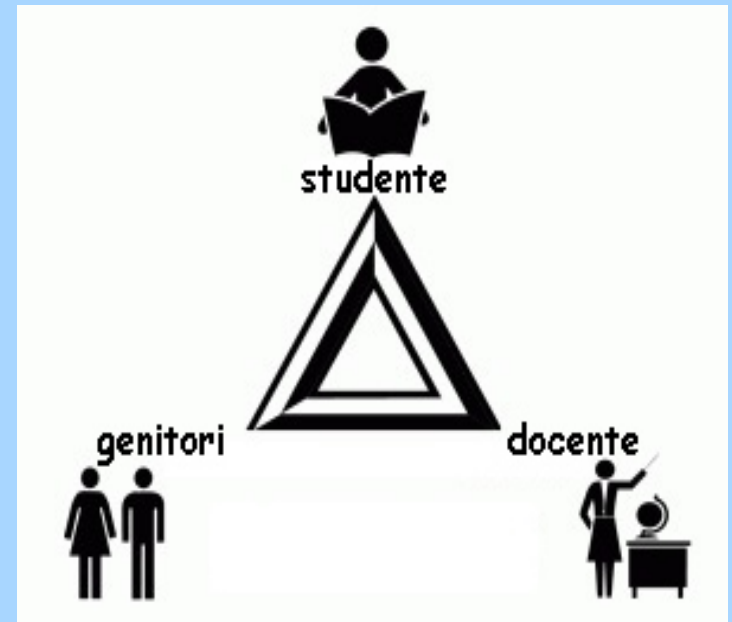
Obiettivi generali del progetto



L'educazione alla salute, intesa come benessere psico-fisico e sociale, si avvale di varie iniziative didattiche ed attività, all'interno e all'esterno dell'Istituto, e delle professionalità di operatori di vari ambiti.

Il gruppo di lavoro, considerando le esperienze fatte negli anni passati e le risorse presenti al suo interno, ha messo a punto un piano di attività, che in parte conferma iniziative già attuate con successo negli anni passati ed in parte ne promuove nuove allo scopo di arricchire l'offerta formativa nell'ambito dell'educazione alla salute.

Il piano cerca di coprire settori più ampi della scuola coinvolgendo **tutte le componenti (studenti, docenti, genitori)** e **tutte le classi, dalle prime alle quinte**, in **attività diversificate in relazione all'età e agli interessi specifici** dei ragazzi, scaturiti talvolta dalla programmazione didattica. Per quanto riguarda il futuro dell'educazione alla salute la promozione di alcune iniziative sarà condizionata dagli esiti dell'anno in corso e, soprattutto per le attività sui gruppi classe, dalle indicazioni degli esperti intervenuti.



Modalità di attuazione

- **incontri collettivi** con esperti e volontari
- **gruppi-classe** per interventi calibrati e mirati

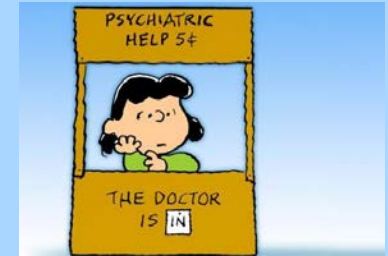
Finalità specifiche

- stimolare gli **studenti**, attraverso una corretta informazione, alla riflessione sulle tematiche legate alla salute per l'acquisizione di corretti stili di vita al fine di mantenere il benessere psico-fisico e prevenire i disordini;
- stimolare e promuovere la consapevolezza e la capacità di scelta dei giovani riguardo ai temi legati all'affettività, alla sessualità e ai problemi delle dipendenze;
- gestire l'ansia da prestazione, migliorare la capacità di concentrazione in modo da poter affrontare nuove situazioni, prove di verifica ,in particolare in vista dell'esame
- offrire qualche spunto di riflessione e supporto psicologico ai **genitori**
- promuovere un clima favorevole all'apprendimento e all'insegnamento, affrontando i temi della criticità e complessità della funzione docente e le problematiche legate al rischio di burnout e di sovraccarico psico-fisico dei docenti.

Attività - STUDENTI



1. **sportello d'ascolto** tenuto da un **psicologo** scelto dalla scuola (dottor Remo Sobrero);
2. **progetto “ Pegaso - BIRBA”** presso Educatorio della Provvidenza rivolto a tutte le classi prime (per un modo di vivere e divertirsi sano presso il “Centro di Aggregazione La Birba”);
3. **incontro sul tema della legalità** con il maresciallo Serio (triennio), in particolare in relazione all'uso di “sostanze”;
4. **incontri sul tema alimentazione** (biennio/triennio) in collaborazione con Eric Vassallo (collaboratore dell'Ufficio Educazione di Slow food, storico del cibo e promotore degli “Orti scolastici” e della cultura del cibo e della biodiversità);



5. **prevenzione tumori (progetto “Martina”)** rivolti alle classi quarte e quinte (in collaborazione con *Lions Club*);
6. **eventuale incontri di formazione sull’uso del defibrillatore** (c.s. *Lions Club*)
7. **breve corso di meditazione** (3 incontri) con l’esperta Silvia Fenoglio (“Le meditabonde”), da tenersi in palestra per le classi quarta G e quinta E/N (ed eventuali altri classi interessate)
8. **corso per la gestione dell’ansia** in vista dell’esame per le classi quinte (5 G) tenuto da esperta psicoterapeuta.
9. **incontri di formazione sulle malattie sessualmente trasmissibili** tenuti da esperti (L.I.L.A.) verso fine di novembre (prima della giornata AIDS del primo dicembre)
10. **altre eventuali attività** (omofobia, bullismo, sostanze)





I AM FINDING IT DIFFICULT
TO CONCENTRATE BUT I
AM NOT SURE WHY



“I FIGLI ADOLESCENTI: CAPIRLI MEGLIO PER PRENDERSENE CURA” ..perchè anche ESSERE GENITORI è un’OPERA D’ARTE

La proposta nasce da una prima attenta lettura del RAV da cui risulta chiara la positiva visione d’insieme del nostro Liceo, ma anche alcuni punti di debolezza. Tra questi potrebbe essere significativo tener conto del rilevamento dell’abbandono scolastico soprattutto dopo il primo anno...

Incontri rivolti ai genitori delle classi prime sui temi e problemi legati ai figli adolescenti tenuti dalla prof. Loretta Fabiani, counseling sistemico (orario pre-serale novembre / gennaio)




S.O.S. TEGNO DOCENTI

Un incontro pomeridiano con il Medico competente del Liceo (v. Sicurezza) per:

- **informare** sulle iniziative di promozione della salute e del benessere /prevenzione del disagio psicofisico in ambiente scolastico (burnout ecc.);
- fornire ai docenti la possibilità di **esprimere le varie forme di disagio** (Stress da Lavoro correlato), dialogare e riflettere (spazi/ tempi/ modalità di lavoro)così da avviare eventuali future iniziative migliorative.

La proposta nasce dalla constatazione delle scarse conoscenze tra i docenti circa la figura del medico competente e del livello elevato di ansia, conflittualità, stanchezza, disagio che spesso si esprimono nelle relazioni tra i soggetti della comunità scolastica (tra docenti, tra docenti e studenti, tra genitori e docenti ecc.), con inevitabili ricadute negative sul “clima educativo” e sulla qualità del lavoro e della vita.





Pagina
COMMISSIONE SALUTE
nel sito [http://](http://www.liceocottini.it)
www.liceocottini.it

indirizzo email
collettivo
salute@liceocottini.it
per info dai referenti
delle singole iniziative
e relativi contatti e
dati