REGIONE AUTONOMA
FRIULI VENEZIA GIULIA

Le scuole che promuovono salute

IL BEN-ESSERE GENERA SALUTE

strumenti a disposizione

7 - 8 maggio 2019
Lignano Sabbiadoro

Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca
Ufficio Scolastico Regionale
per il Friuli Venezia Giulia - Direzione

S·H·E
Schools for Health in Europe

programma

7 maggio

8:30 *Registrazione partecipanti*

9:30 *Apertura dei lavori e saluti istituzionali*

Moderatore
Claudio Bardini

10:00 Scuole che promuovono salute in FVG
Patrizia Pavatti

10:30 Perchè far parte della rete di scuole che promuovono salute
Liliana Coppola

11:15 *Pausa*

11:30 Scuole che promuovono salute SHE in FVG

Moderatore
Roberta Fedele

Sviluppare competenze: Il progetto Afrodite
Paola Michetto

Le alleanze le reti come strumento di condivisione
Francesco Tomada

Rete territoriale B*sogno d'esserci
Ilaria Roncastri

L'ambiente relazionale: L'esperienza di unplugged
Antonella Meli
Rosa Maria Alfano

L'ambiente strutturale: Una scuola che promuove salute: identità in costruzione
Gaetano Marino

13:30 *Pranzo*

13:30 *Check in stanze*

15:30 Lo Yoga: strumento per l'educazione e il benessere
Antonietta Rozzi

19:00 *Cena*

20:30 *Life skills educational*
non perdo mai, o vinco o imparo!
Andrea Monculli

programma

8 maggio

8:45 *Apertura dei lavori*

9:00 Introduzione alla meditazione orientata alla mindfulness, dalle evidenze scientifiche, alla pratica
Cristiano Crescentini
Andrea Paschetto

13:30 Il futuro del percorso di Scuole che promuovono salute in FVG
Claudio Bardini
Luana Sandrin

14:00 *Light lunch e saluti*

docenti relatori

Rosa Maria Alfano
ITST J.F.Kennedy Pordenone

Claudio Bardini
Referente regionale per l'educazione alla salute dell'ufficio scolastico regionale del Friuli Venezia Giulia

Liliana Coppola
Dirigente della struttura promozione della salute e screening uo prevenzione direzione generale welfare Regione Lombardia

Cristiano Crescentini
Ricercatore universitario, dipartimento di scienze mediche e biologiche, università di Udine, psicologo, psicoterapeuta (sistemico, relazionale e familiare), phd in neuroscienze e istruttore di interventi basati sulla mindfulness

Roberta Fedele
Referente promozione della salute dell' azienda sanitaria universitaria integrata di Trieste

Gaetano Marino
Istituto Comprensivo di San Giorgio di Nogaro

Antonella Meli
Istituto Comprensivo VI di Udine

Paola Nichetto
Liceo Scientifico Statale G. Galilei di Trieste

docenti relatori

Patrizia Pavatti
Direttore generale dell'Ufficio scolastico regionale del Friuli Venezia Giulia

Andrea Paschetto
Psicologo, cultore della materia in psicologia clinica presso l'università di Udine e istruttore di mindfulness

Ilaria Roncastri
Coordinatore area educativa - Servizio Sociale dei Comuni dell'ambito territoriale del Gemonese e del Canal Del Ferro-Val Canale

Antonietta Rozzi
Docente, Presidente Onorario FIY, Presidente di Sarva Yoga International, nominata recentemente dall'Organizzazione mondiale della sanità (OMS) e dal Governo Indiano membro della Commissione Internazionale per l'attuazione del programma di salute globale attraverso lo yoga promosso dall'OMS.

Luana Sandrin
Area promozione salute e prevenzione, direzione centrale salute politiche sociali e disabilità della Regione Friuli Venezia Giulia

Francesco Tomada
Istituto statale di istruzione secondaria superiore G.D'Annunzio - M.Babiani Gorizia

7 - 8 maggio 2019 Lignano Sabbiadoro

presentazione

Life skills

Le life skills sono l'insieme delle abilità utili per affrontare la vita, tra cui l'abilità di apprezzare e rispettare gli altri, di creare relazioni positive con la famiglia e gli amici, di ascoltare e comunicare in modo efficace, di fidarsi degli altri e di assumersi le proprie responsabilità. Il fondamento teorico dell'intervento è la Life Skills Education, uno degli approcci per svolgere interventi di promozione della salute più promettenti nei confronti degli adolescenti e preadolescenti.

Il divertimento è riconosciuto quale veicolo di apprendimento. Fare esperienza, sapersi coinvolgere e mettersi in gioco, agevola la capacità di acquisire nozioni e strumenti oltre a facilitare una metariflessione sulla percezione di sè.

Yogaeducational

Lo yoga, disciplina dalle radici antichissime, offre tutt'oggi un aiuto particolarmente prezioso per la crescita armonica della persona. Allo stesso tempo, è un mezzo utilissimo al servizio degli insegnanti e degli studenti per favorire la relazione e l'apprendimento.

Lo yoga è stato valutato dall'Organizzazione Mondiale della Sanità, come una disciplina particolarmente adatta alla realtà attuale, idonea ad aiutare i giovani a costruirsi una personalità più equilibrata, capace di contribuire a ridurre lo stress e l'aggressività

presentazione

e tale da favorire una maggior capacità di attenzione e concentrazione ed aumentare l'attitudine alla convivenza civile in classe nel rispetto delle diversità.

Mindfulness

La mindfulness (presenza mentale o consapevolezza) è una tecnica per la riduzione dello stress che si basa sulla pratica dell'attenzione consapevole. Essa è utilizzata in numerose istituzioni universitarie nordamericane ed europee (http://www.umassmed.edu/cfm/; www.mindfulnet.org) per migliorare la gestione dello stress in soggetti con diverse forme di disagio fisico o psicologico e, più in generale, per migliorare il benessere psicofisico e la qualità di vita dei praticanti. La mindfulness consiste in un insieme di tecniche codificate che insegnano a porre attenzione al "qui e ora", mantenendo un atteggiamento gentile. Numerosi studi di psicologia e neuroscienze (cfr. mindfulness in www.pubmed.gov) hanno mostrato come la mindfulness agisca mediante un rafforzamento dei sistemi legati all'attenzione e alla concentrazione, promuovendo una migliore gestione e regolazione delle emozioni e un'aumentata consapevolezza del corpo. Per questa ragione la meditazione mindfulness viene utilizzata per migliorare la comunicazione, aumentare l'attenzione, ridurre lo stress e facilitare le relazioni d'aiuto in ambito medico, psicologico e educativo.

7 - 8 maggio 2019 Lignano Sabbiadoro

info sede

NUOVO VILLAGGIO SPORTIVO BELLA ITALIA EFA VILLAGE (EX GE.TUR)

Lignano Sabbiadoro (UD)
Viale Centrale, 29
Residence ALLE VELE

L'evento rientra nel percorso iniziato da **Scuole che promuovono salute in Friuli Venezia Giulia.**
La partecipazione è riservata ai dirigenti e docenti individuati dalle scuole che hanno aderito formalmente alla rete.

Si consiglia abbigliamento informale per le attività di yoga
Informazioni : prof. Caludio Bardini
efsudine@istruzione.it

Stampa a cura del Centro Stampa Regionale