"GUADAGNARE SALUTE... CON LE *LIFE SKILLS*"

Progetto di promozione di sani stili di vita per
la Scuola dell'Infanzia, la Scuola Primaria e gli Istituti Secondari di I grado

a.s. 2018-2019

INTRODUZIONE

Il progetto "Guadagnare Salute… con le *Life Skills"* si colloca in continuità con il progetto Ministeriale "Guadagnare Salute" che ha l'obiettivo di rendere più facili le scelte di salute attraverso interventi informativi-formativi che mirano a modificare stili di vita inadeguati.

È un progetto realizzato in collaborazione con la LILT e con gli Ambiti Territoriali Sociali della Provincia di Ascoli Piceno e propone un percorso finalizzato allo sviluppo ed al potenziamento delle *Life Skills* ("abilità per la vita") degli studenti.
Le *Life Skills* sono abilità cognitive, emotive e relazionali che consentono alle persone di operare scelte consapevoli – sia sul piano individuale, che su quello sociale – nel campo della salute. Le principali *Life Skills* individuate dall'OMS (Organizzazione Mondiale della Sanità) sono le seguenti: *Gestione delle emozioni, Relazioni efficaci, Comunicazione efficace, Empatia, Pensiero critico, Consapevolezza di sé, Creatività, Prendere buone decisioni (Problem Solving), Risolvere problemi (Decision Making), Gestione dello stress*.

L'**obiettivo** del progetto è favorire lo sviluppo ed il potenziamento di queste *Life Skills* per acquisire fin da piccoli uno stile di vita sano e mantenerlo nel percorso di crescita. Diversi studi dimostrano, infatti, che se le azioni di promozione della salute vengono effettuate nei primi anni di vita i bambini acquisiscono atteggiamenti ed abitudini personali salutari e durature nel tempo; le stesse azioni, inoltre, sono maggiormente efficaci se condotte dagli stessi insegnanti.

I **DESTINATARI DEL PROGETTO**

I destinatari finali del progetto sono gli alunni delle Scuole dell'Infanzia, delle Scuole Primarie e degli Istituti Secondari di I grado del territorio dell'ASUR Marche AV n.5.
I destinatari intermedi sono, invece, gli insegnanti (per i quali è prevista una formazione specifica sulla *Life Skills Education,* sulla strutturazione delle attività e sui materiali previsti dal progetto) ed i genitori (per i quali verranno attivati dei corsi sulla *Life Skills Education* durante l'anno scolastico; **N.B. i corsi verranno attivati se, presso la scrivente U.O.S.D. saranno presenti operatori destinati**).

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Il progetto è articolato in 3 fasi:

1) **FORMAZIONE DEI DOCENTI:**
   a. **un incontro formativo per i docenti che aderiscono al progetto per la prima volta**.
   Moduli: "Le Life Skills", *"Guadagnare Salute…con le Life Skills"* (ottobre 2018)

   b. **un incontro informativo per i docenti che hanno partecipato al progetto nei precedenti aa.ss.**
   Moduli: *"Sani Stili di Vita…con le Life Skills", "Alimentazione"* (ottobre 2018)

2) **REALIZZAZIONE DELLE ATTIVITA' IN CLASSE DA PARTE DEI DOCENTI**

3) **INCONTRO DI MONITORAGGIO E SUPERVISIONE DELLE ATTIVITÀ** (febbraio, maggio 2019)

4) **INCONTRO FINALE DI PRESENTAZIONE DEI LAVORI PRODOTTI ALL'INTERNO DI OGNI ISC/PLESSO** (giugno 2019)

MODALITÀ DI ADESIONE

E' possibile aderire al progetto inviando la scheda di adesione in allegato entro il 29 settembre 2018 all'indirizzo e-mail z13.peas@sanita.marche.it

Per qualsiasi informazione e/o chiarimenti è possibile contattare il Responsabile o il Coordinatore del progetto.

COORDINATORE DEL PROGETTO

Dott.ssa Giulia Del Vais
Dirigente Psicologo U.O.S.D. Promozione Educazione Alla Salute
Dipartimento di Prevenzione ASUR Marche AV n.5
Tel. 0736/358032; e-mail: z13.peas@sanita.marche.it; giulia.delvais@sanita.marche.it

RESPONSABILE DEL PROGETTO

Dott.ssa Maria Grazia Mercatili,
Dirigente Medico Responsabile U.O.S.D. Promozione Educazione Alla Salute
Dipartimento di Prevenzione ASUR Marche AV n.5
Tel. 0736/358048; e-mail: z13.peas@sanita.marche.it; grazia.mercatili@sanita.marche.it