



DOCUMENTO REGIONALE DI PRATICHE RACCOMANDATE PER LA PROMOZIONE E L'EDUCAZIONE ALLA SALUTE NELLA REGIONE MARCHE

Anno scolastico
2025/2026



Immagine realizzata con Freepik.com



“Documento regionale descrittivo dei programmi preventivi orientati alle life skills e delle azioni/interventi per facilitare l'adozione competente e consapevole di comportamenti e stili di vita salutari attraverso il cambiamento dell'ambiente scolastico sul piano sociale, fisico e organizzativo”

(PRP Regione Marche 2020-2025-PP1)

Documento redatto dal Gruppo Tecnico per il PP01 “Scuole che Promuovono Salute” (Dec. n.13 del 20.08.21) nell'ambito del Piano Regionale della Prevenzione 2020-2025 (DGR Marche n. 1640/21) e condiviso con i rappresentanti dell'Ufficio Scolastico Regionale delle Marche.

Realizzato dalla **Dott.ssa Maria Grazia Mercatili**, dalla **Dott.ssa Giulia Del Vais**, dal **Dott. Daniele Luciani** (UOSD Promozione Educazione Alla Salute, Dipartimento di Prevenzione AST Ascoli Piceno, Coordinatori PP01 “Scuole che Promuovono Salute”) con il contributo di:

- **Dott.ssa Laura Belardinelli**, Settore Prevenzione e Promozione della Salute nei Luoghi di Vita e di Lavoro, ARS - Regione Marche;
- **Dott.ssa Elisabetta Bernacchia**, Servizio Promozione della Salute, Dipartimento di Prevenzione Screening Oncologici AST di Ancona;
- **Prof. Marcello Branca**, Ufficio Scolastico Regionale per le Marche – Referente della Provincia di Pesaro-Urbino;
- **Dott.ssa Emanuela De Iaco**, Consultorio Familiare, Cure Tutelari AST di Pesaro-Urbino;
- **Prof.ssa Sara Polini**, Ufficio Scolastico Regionale per le Marche – Referente delle Province di Ascoli Piceno e Fermo;
- **Prof.ssa Sabrina Lisi**, Ufficio Scolastico Regionale per le Marche – Referente della Provincia di Macerata;
- **Prof. Mauro Marselletti**, Ufficio Scolastico Regionale per le Marche – Referente Regionale;
- **Dott.ssa Rosita Mori**, Servizio Territoriale Dipendenze Patologiche AST di Fermo;
- **Dott.ssa Clizia Pugli **, Servizio Promozione della Salute, Dipartimento di Prevenzione AST di Pesaro-Urbino;
- **Prof.ssa Margherita Rigillo**, Ufficio Scolastico Regionale per le Marche – Referente Regionale e della Provincia di Ancona;
- **Dott.ssa Samantha Sanchini**, Servizio Territoriale Dipendenze Patologiche AST di Pesaro-Urbino;
- **Dott.ssa Maria Sellitti**, UOSD Epidemiologia, Promozione alla Salute e Comunicazione del Rischio – Dipartimento di Prevenzione AST di Macerata;
- **Dott. Simone Sacco**, CNR (Consiglio Nazionale delle Ricerche);
- *Gruppo Regionale Igiene della Nutrizione - Decreto Dirigente Settore ARS Prevenzione Veterinaria e Sicurezza alimentare n. 75 del 26/04/2022:*
 - **Dott. Luca Belli**, Servizio Igiene degli Alimenti e Nutrizione AST di Ancona;
 - **Dott. Stefano Colletta**, Servizio Igiene degli Alimenti e Nutrizione AST di Macerata;
 - **Dott.ssa Martina Dichiar **, Servizio Igiene degli Alimenti e Nutrizione AST di Fermo;
 - **Dott.ssa Elsa Ravaglia**, Servizio Igiene degli Alimenti e Nutrizione AST di Pesaro-Urbino;
 - **Dott.ssa Benedetta Rosetti**, Servizio Igiene degli Alimenti e Nutrizione AST di Ascoli Piceno.

*Un ringraziamento particolare alla **Dott.ssa Annalisa Cardone** per il suo prezioso contributo in questi anni.*

INDICE

INTRODUZIONE	4
LO STATO DI SALUTE DEI BAMBINI E DEI RAGAZZI	6
“OKKIO ALLA SALUTE” NELLA REGIONE MARCHE (RILEVAZIONE 2023)	6
“HBSC” (HEALTH BEHAVIOR IN SCHOOL-AGED CHILDREN) - COMPORTAMENTI LEGATI ALLA SALUTE DEI RAGAZZI DI ETÀ SCOLARE IN ITALIA (RILEVAZIONE 2022)	8
“GYTS” (GLOBAL YOUTH TOBACCO SURVEY (RILEVAZIONE 2022	11
“ESPAD” (EUROPEAN SCHOOL SURVEY PROJECT ON ALCOHOL AND OTHER DRUGS (RILEVAZIONE 2022)	12
PIANO REGIONALE DELLA PREVENZIONE 2020-2025 DELLA REGIONE MARCHE	14
“SCUOLE CHE PROMUOVONO SALUTE” - PROGRAMMA PREDEFINITO 01 (PP 01)	15
COME ADERIRE ALLA RETE DELLE “SCUOLE CHE PROMUOVONO SALUTE”	17
PROPOSTE REGIONALI DI INTERVENTI PER LA PROMOZIONE E L’EDUCAZIONE ALLA SALUTE	18
PROPOSTE PER L’AZIENDA SANITARIA TERRITORIALE DI ANCONA	19
- “Guadagnare Salute... con le life skills”	19
- “Il mercoledì della frutta”	20
- “Conoscere per scegliere ed agire: sale iodato, intolleranze e allergie alimentari, etichettatura e altro”	20
- “La giusta alimentazione? La trovi a scuola: sinergie nutrizionali, ambientali e non solo...”	21
- “E vai con la frutta...”	21
- “Io, tu... noi”	22
- “Rete senza fili. Connessioni nazionali. Promuovere l’uso consapevole del digitale nella Scuola Primaria”	22
- “Educazione affettiva alla scoperta del corpo, delle emozioni e delle relazioni”	23
- “Affaridicuore va a scuola”	23
- “Conoscersi per amarsi”	24
- “Gioco o son serio? I serious games a scuola per imparare a gestire le emozioni e le relazioni”	24
- “Be safe Be smart! Programma di promozione della cultura della sicurezza sul lavoro attraverso la Peer Education”	25
- “Educare al benessere affettivo, emotivo e fisico”	26
PROPOSTE PER L’AZIENDA SANITARIA TERRITORIALE DI ASCOLI PICENO	27
- “Guadagnare Salute... con le life skills”	27
- “Promozione di sani stili di vita e Prevenzione dei disturbi vocali”	28
- “Conoscere per scegliere ed agire: sale iodato, intolleranze e allergie alimentari, etichettatura e altro”	28
- “Il mercoledì della frutta”	29
- “La commissione mensa che promuove salute”	30
- “La giusta alimentazione? La trovi a scuola: sinergie nutrizionali, ambientali e non solo...”	31

- "E vai con la frutta..."	32
- "Piedibus e percorsi sicuri casa-scuola"	33
- "Infezioni Sessualmente Trasmissibili e Contraccezione"	33
- "Guadagnare Salute con la LILT"	34
- "I centri di Informazione e Consulenza (C.I.C.)"	34
- "Nastro Rosa. Prevenzione dei tumori alla mammella"	35
- "Peer Education e sani stili di vita"	35
PROPOSTE PER L'AZIENDA SANITARIA TERRITORIALE DI FERMO	36
- "Guadagnare Salute... con le life skills"	36
- "Il mercoledì della frutta"	37
- "Sani Stili di Vita... con le life skills"	37
- "Conoscere per scegliere ed agire: sale iodato, intolleranze e allergie alimentari, etichettatura e altro"	38
- "La giusta alimentazione? La trovi a scuola: sinergie nutrizionali, ambientali e non solo..."	38
- "E vai con la frutta..."	39
- "Rete senza fili. Connessioni nazionali. Promuovere l'uso consapevole del digitale nella Scuola Primaria"	39
- "LEVEL UP oltre i videogiochi_ Corso di formazione per docenti"	40
- "LEVEL UP oltre i videogiochi_ Laboratorio"	41
- "Unplugged"	41
- "Appleschool: Digital Detox"	42
- "Appleschool: Drugs... what else?!"	42
- "Appleschool: svapo e non solo"	43
- "I centri di Informazione e Consulenza (C.I.C.)"	44
PROPOSTE PER L'AZIENDA SANITARIA TERRITORIALE DI MACERATA	45
- "Guadagnare Salute... con le life skills"	45
- "Il mercoledì della frutta"	46
- "Conoscere per scegliere ed agire: sale iodato, intolleranze e allergie alimentari, etichettatura e altro"	46
- "La giusta alimentazione? La trovi a scuola: sinergie nutrizionali, ambientali e non solo..."	47
- "E vai con la frutta..."	47
- "Build the future"	48
- "Cosa sai dell'alcol?"	48
- "Alcol-Lab"	49
- "I centri di Informazione e Consulenza (C.I.C.)"	49
PROPOSTE PER L'AZIENDA SANITARIA TERRITORIALE DI PESARO – URBINO	50
- "Potenziamento del linguaggio e sviluppo delle funzioni esecutive per il successo scolastico"	50
- "Qua la mano (se pulita)"	51
- "Guadagnare Salute... con le life skills"	51
- "Il mercoledì della frutta"	52
- "Conoscere per scegliere ed agire: sale iodato, intolleranze e allergie alimentari, etichettatura e altro"	53
- "La giusta alimentazione? La trovi a scuola: sinergie nutrizionali, ambientali e non solo..."	53
- "A scuola per prevenire il mal di schiena"	54

- "E vai con la frutta..."	54
- "Login- Robotica e Coding. Contrasto, prevenzione e riduzione del rischio da Gioco d'Azzardo Patologico e Dipendenze Tecnologiche"	55
- "Rete senza fili. Connessioni nazionali. Promuovere l'uso consapevole del digitale nella Scuola Primaria"	55
- "Un amico a quattro zampe"	56
- "Educazione affettiva, alla scoperta del corpo e delle emozioni, contraccezione e Malattie Sessualmente Trasmesse"	56
- "Dalla fattoria alla tavola: la medicina veterinaria che ci protegge"	57
- "Login: contrasto, prevenzione e riduzione del rischio da Gioco d'Azzardo Patologico e Dipendenze tecnologiche"	57
- "Potenziamento delle life skills attraverso il Museo Alle Stufe (MAS)"	58
- "Giovani ambasciatori: la scuola promuove salute"	59
- "I centri di Informazione e Consulenza (C.I.C.)"	59
- "Info sicure per essere al sicuro"	60
- "Oltre l'indifferenza parlare ancora di HIV/AIDS"	60
- "Prevenzione delle Malattie Sessualmente Trasmesse"	61
- "Unplugged"	61

INTRODUZIONE

L'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) definisce la *Salute* come uno stato di completo benessere fisico, mentale e sociale e non come semplice assenza di malattia o infermità; dunque, è un concetto positivo che valorizza le risorse personali e sociali delle persone e non soltanto le capacità fisiche. La salute è considerata come "*l'adattamento perfetto e continuo di un organismo al suo ambiente*": non si tratta di uno *stato* ma è una *condizione dinamica* di equilibrio, basata sulla capacità dell'individuo di interagire con il suo ambiente in maniera funzionale e di adattarsi ai suoi cambiamenti. *Essere un individuo in salute* significa possedere competenze personali e relazionali necessarie per modificare gli elementi ambientali e soggettivi con lo scopo ultimo di raggiungere i propri obiettivi e di soddisfare i propri bisogni.

La *Promozione della Salute* è, sempre secondo l'OMS, il "*processo che conferisce alle persone la capacità di aumentare e migliorare il controllo sulla propria salute*". Per questo motivo non è una responsabilità esclusiva del settore sanitario e sociale, ma è responsabilità di tutti i soggetti portatori di interesse, pubblici e privati. Infatti, solo con la sinergia di azioni congiunte, è possibile concorrere a sviluppare azioni protettive che riducano i fattori di rischio e rafforzino i fattori protettivi per la salute dei singoli e della collettività. Da questo quadro consegue un nuovo approccio alla salute, nel quale il *focus* si sposta dall'individuo alla comunità poiché la salute del singolo è influenzata dalle dinamiche di salute della collettività. Da un approccio settoriale si passa ad una visione multidisciplinare in cui vengono allargati i confini delle competenze e delle partecipazioni alle decisioni e vengono create alleanze con altri settori e discipline.

La Promozione della Salute si focalizza sui cosiddetti *Determinanti di Salute*, fattori che influenzano in senso positivo o negativo lo stato di salute di un individuo e di una comunità. Il modello concettuale a semicerchi concentrici, di seguito riportato, rappresenta la gerarchia di valori tra i vari elementi dei *Determinanti di salute*.

Al centro del modello vi è l'individuo, con le sue caratteristiche biologiche: il sesso, l'età ed il patrimonio genetico che costituiscono i *Determinanti di salute non modificabili*. Nei semicerchi più esterni, invece, vengono rappresentati i *Determinanti di Salute modificabili*, cioè gli elementi che influiscono maggiormente sullo stato di salute e che possono essere corretti e trasformati:

- gli stili di vita individuali,
- le reti sociali e comunitarie,
- l'ambiente di vita e di lavoro, l'educazione, l'assistenza sanitaria, le condizioni abitative, etc.,
- il contesto sociale, economico, culturale e ambientale.

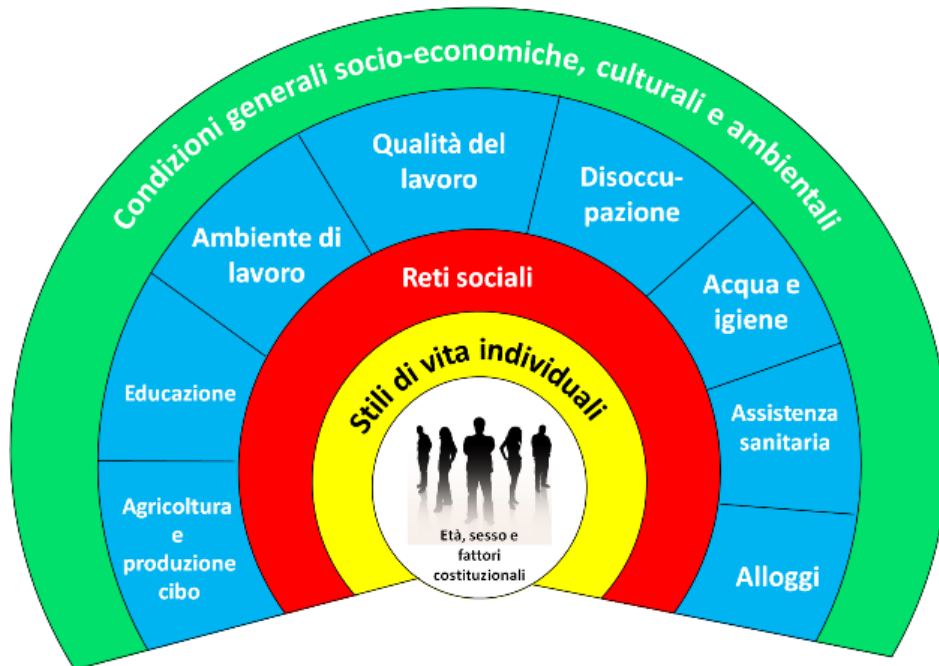


Immagine tratta da Dahlgren G. e Whitehead M. (1991)¹

Tra i *Determinanti di salute modificabili*, **gli stili di vita individuali** sono quelli su cui le persone hanno maggiore potere di cambiamento e che rivestono un ruolo fondamentale nella genesi delle principali Malattie Croniche Non Trasmissibili (MCNT) - come cardiopatie, ictus, tumori, disturbi respiratori cronici, diabete, etc.- che sono responsabili di una percentuale molto importante di decessi, morti premature e disabilità.

Più della metà delle principali MCNT possono essere prevenute adottando **stili di vita salutari**, in particolare modificando i comportamenti legati a:

- consumo di alcol,
- uso di tabacco,
- alimentazione scorretta,
- inattività fisica.

¹ Dahlgren G. e Whitehead M. (1991). *Policies and strategies to promote social equity in health*. Stockholm: Institute of futures studies

LO STATO DI SALUTE DEI BAMBINI E DEI RAGAZZI

In Italia sono attivi i seguenti sistemi di sorveglianza che, grazie ai Servizi Sanitari Regionali e agli Uffici Scolastici Regionali, rilevano lo stato di salute dei bambini e dei ragazzi consentendo di identificare le priorità sulle quali è necessario intervenire:

- **“OKKIO ALLA SALUTE”**: è un sistema di sorveglianza sul sovrappeso, l'obesità e i fattori di rischio correlati nei bambini delle scuole primarie (6-10 anni). La sorveglianza, iniziata nel 2008 con cadenza biennale, dal 2016 si ripete ogni tre anni; la prossima sorveglianza, dopo lo studio *“Effetti della pandemia da Covid 19 sui comportamenti di salute e sullo stile di vita dei bambini e delle loro famiglie residenti in Italia”* effettuato nel 2022, è prevista nel 2026.
- **“HBSC” (HEALTH BEHAVIOR IN SCHOOL-AGED CHILDREN)**: è un sistema di sorveglianza sui rischi comportamentali in età 11-17 anni che, a partire dal 2010, si ripete ogni quattro anni.
- **“GYTS” (GLOBAL YOUTH TOBACCO SURVEY)**: è un sistema di sorveglianza su abitudini, conoscenze e attitudini legate all'uso di sigarette tradizionali, elettroniche e dei dispositivi a tabacco riscaldato negli studenti di età 13-15 anni che si svolge ogni quattro anni.
- **“ESPAD” (EUROPEAN SCHOOL SURVEY PROJECT ON ALCOHOL AND OTHER DRUGS) (RILEVAZIONE 2022)**: è uno studio campionario sui comportamenti a rischio (gioco d'azzardo, dipendenza da internet, uso di sostanze psicotrope...) degli studenti di 15-19 anni che si svolge annualmente

Nella nostra Regione i suddetti sistemi di sorveglianza sono realizzati dalla rete regionale dei Servizi Igiene Alimenti e Nutrizione (SIAN) dei Dipartimenti di Prevenzione delle Aziende Sanitarie Territoriali (AST), grazie alla collaborazione degli Istituti Scolastici e dell'Ufficio Scolastico Regionale.

“OKKIO ALLA SALUTE” NELLA REGIONE MARCHE (RILEVAZIONE 2023)²

Stato ponderale. Tra i bambini della nostra Regione il 1,9% risulta in condizioni di obesità grave, il 6,4% risulta obeso, il 18,9% sovrappeso, il 70,8% normopeso e lo 2% sottopeso. Complessivamente il 27,2% dei bambini presenta un eccesso ponderale che comprende sia sovrappeso che obesità. Confrontando i dati regionali delle prevalenze di sovrappeso e obesità, si osserva un chiaro gradiente Nord-Sud, a sfavore delle Regioni meridionali; la nostra Regione si



colloca a livello intermedio, con valori di sovrappeso sovrapponibili a quelli nazionali e valori di obesità inferiori. Rispetto alle precedenti rilevazioni, nella nostra Regione si assiste ad una diminuzione progressiva della prevalenza di bambini in sovrappeso e obesi, prevalenza simile tra i bambini di 8 e 9 anni e tra maschi e femmine. Bambini che frequentano scuole in centri con meno di 10.000 abitanti sono in genere più in sovrappeso. Il rischio di sovrappeso è correlato in modo discontinuo con il crescere della scolarità della madre, da 19,6% per titolo di scuola elementare o media, a 20,7% per diploma di scuola superiore, a 17% per la laurea. Dai dati autoriferiti dai genitori emerge che, nella nostra Regione, il 20% delle madri è in sovrappeso e il 6,1% è obeso; i padri, invece, sono nel 46,2% sovrappeso e nel 10,7% obesi. Quando almeno uno dei due genitori è in sovrappeso il 20,5% dei bambini risulta in sovrappeso e l'8,7% obeso. Quando almeno un genitore è obeso il 24,6% dei bambini è in sovrappeso e il 18,5% obeso. Il 15,7% dei bambini dorme meno

² Estratto tratto da “OKkio alla salute. Indagine 2023: dati regionali – Regione Marche”, in corso di pubblicazione.

di 9 ore; a livello nazionale questo dato è stato pari al 17%. Anche nella nostra regione la percentuale di bambini sovrappeso-obesi aumenta al diminuire delle ore di sonno.

Abitudini alimentari. Il 30.1% delle classi ha partecipato ad attività di promozione del consumo di alimenti sani e nel 14,3% delle classi sono state distribuite frutta, verdura e yogurt. Solo una piccola parte di bambini (22.6%) consuma una merenda adeguata di metà mattina. La maggior parte dei bambini (77.3%) la fa inadeguata e lo 0.1% non la fa per niente. Non sono emerse differenze per sesso del bambino e per livello di istruzione della madre. Nella nostra regione, i genitori riferiscono che solo il 17.3% dei bambini consuma la frutta 2-3 volte al giorno e il 21.6% una sola volta al giorno; l'8,7% dei bambini mangia frutta meno di una volta a settimana o mai; non sono emerse differenze per sesso del bambino e per livello di istruzione della madre. Nella nostra regione, i genitori riferiscono che il 12.3% dei bambini consuma verdura 2-3 al giorno; il 17.6% una sola volta al giorno ed il 15,6% dei bambini consuma verdura meno di una volta a settimana o mai. La % di bambini che consuma la verdura una volta al giorno è più alta in quelli la cui madre ha un titolo di studio più elevato. Il 38.6% dei bambini consuma almeno due volte al giorno frutta e/o verdura. In generale non sono emerse differenze per sesso del bambino eccetto che per "quasi tutti i giorni" del consumo della verdura con una percentuale delle bambine del 25.9 % vs 19,7% dei bambini, mentre non mangiano mai la frutta i maschi nell' 8.8% rispetto al 5.8% delle bambine. Nella nostra regione il 4% dei bambini assume bevande zuccherate confezionate contenenti zucchero quotidianamente. Il 49.3% dei bambini non consuma mai legumi o meno di una volta a settimana. Il consumo di snack salati e dolci "più volte al giorno, tutti i giorni" è rispettivamente del 0,6% e del 4,9%. Non vi è una forte differenza fra maschi e femmine per le diverse categorie di alimenti; la prevalenza di consumo di bibite confezionate contenenti zucchero una volta al giorno tutti i giorni diminuisce con il crescere della scolarità della madre.

Attività fisica. Nel nostro studio il 19,6% dei bambini risulta non attivo il giorno antecedente all'indagine. Solo il 20,9% tuttavia ha partecipato ad un'attività motoria curricolare a scuola nel giorno precedente (questo può dipendere dal fatto che il giorno precedente poteva non essere quello in cui era prevista l'ora curricolare). I maschi non attivi (20,5%) sono in percentuale maggiore delle femmine (18,6%). La percentuale maggiore di bambini non attivi vive in aree geografiche con 10.000-50.000 abitanti (20,8%). Il 61,2% del totale dei bambini ha giocato all'aperto il pomeriggio antecedente all'indagine. I maschi giocano all'aperto più delle femmine. Il 47,2% dei bambini ha fatto attività sportiva strutturata il pomeriggio antecedente all'indagine. I maschi fanno sport più delle femmine. Secondo i genitori, nella nostra regione, circa 1 bambino su 2 (48,4%) pratica attività sportiva strutturata, per almeno 1 ora e per 2 giorni la settimana, il 13,1% neanche un giorno e solo il 2,1% da 5 a 7 giorni. I maschi fanno attività sportiva strutturata più giorni rispetto alle femmine. La zona di abitazione non è associata a una diversa frequenza di attività sportiva strutturata da parte dei bambini. Per quanto riguarda il tempo dedicato ai giochi di movimento, nella nostra Regione, circa 1 bambino su 4 (24%) fa almeno 1 ora di attività per 2 giorni la settimana, il 6% neanche un giorno ed il 27% da 5 a 7 giorni. I maschi fanno giochi di movimento più giorni delle femmine. Il 17% dei bambini, nella mattina dell'indagine, ha riferito di essersi recato a scuola a piedi o in bicicletta/monopattino/pattini (indicatore del PNP); invece, l'83% ha utilizzato un mezzo di trasporto pubblico o privato. Non si rilevano differenze degne di nota per sesso e fra le diverse tipologie di zona abitativa.

Attività sedentarie. Nella nostra regione, in particolare nei giorni di scuola i genitori riferiscono che il 50,4% dei bambini guarda la TV o usa videogiochi/tablet/cellulare da 0 a due 2 ore al giorno, mentre il 42,8% è esposto quotidianamente alla TV o ai videogiochi/tablet/cellulare per 3 a 4 ore e il 6,7% per almeno 5 ore, maggiormente nel fine settimana con oltre il 44% per almeno 5 ore. L'esposizione

a più di 2 ore di TV o videogiochi/tablet/cellulare è più frequente tra i maschi (53,1% versus 45,4%) e diminuisce con l'aumento del livello di istruzione della madre. Complessivamente il 35,4% dei bambini ha un televisore nella propria camera. L'esposizione a più di 2 ore di TV al giorno è più alta tra i bambini che hanno una TV in camera (13,2% versus 8,5%). Considerando separatamente il tempo dedicato alle due attività, si rileva che la percentuale di bambini che trascorre più di 2 ore davanti alla TV è pari al 10%, mentre quella relativa all'utilizzo di videogiochi/tablet/cellulare è 8,3%. Nella nostra regione il 35% dei bambini ha guardato la TV la mattina prima di andare a scuola, il 79,5% il pomeriggio del giorno precedente ha guardato la TV o utilizzato videogiochi e il 77,6% la sera. Solo l'7,3% dei bambini non ha guardato la TV o utilizzato i videogiochi/tablet/cellulare nelle 24 ore antecedenti l'indagine, mentre il 20,8% lo ha fatto in un periodo della giornata, il 44,3% in due periodi e il 27,6% ne ha fatto uso durante la mattina, il pomeriggio e la sera. L'utilizzo di TV e/o videogiochi/tablet/cellulare è più frequente tra i maschi (32,2% versus 23,7%) e diminuisce con l'aumento del livello di istruzione della madre.

L'ambiente scolastico e il suo ruolo nella promozione di una sana alimentazione e dell'attività fisica. Le mense possono avere una ricaduta diretta nell'offrire ai bambini pasti qualitativamente e quantitativamente equilibrati che favoriscono un'alimentazione adeguata e contribuiscono alla prevenzione del sovrappeso/obesità.

Nella nostra Regione il 67% delle scuole campionate ha una mensa scolastica funzionante. Nelle scuole dotate di una mensa, il 78,5% di esse sono aperte almeno 5 giorni la settimana. La definizione del menù scolastico è più frequentemente stabilita da un esperto dell'ASL (46%), seguito dal un responsabile del comune (39%), dall'azienda appaltatrice (35%), dietetista esterno (24%) e commissione mensa (19%).

Secondo il giudizio dei dirigenti scolastici, il 94% delle mense risulta essere adeguato per i bisogni dei bambini. Negli ultimi anni sempre più scuole hanno avviato distribuzioni di alimenti allo scopo di integrare e migliorare l'alimentazione degli alunni.

I distributori automatici di alimenti sono presenti nel 47% delle scuole; il 5% è accessibile sia agli adulti che ai bambini. All'interno del gruppo di scuole con distributori automatici, il 49% mette a disposizione succhi di frutta 100% frutta, nettari/bevande alla frutta, frutta fresca, yogurt o latte.

Lo sviluppo di comportamenti sani nei bambini può essere favorito dalla presenza nelle scuole di distributori automatici con alimenti salutarie e da una riduzione progressiva di merendine o bevande zuccherate di libero accesso agli alunni.

“HBSC” (HEALTH BEHAVIOR IN SCHOOL-AGED CHILDREN) - COMPORTAMENTI LEGATI ALLA SALUTE IN RAGAZZI DI ETÀ SCOLARE IN ITALIA (RILEVAZIONE 2022)³

Dall'indagine del 2022 risulta che gli adolescenti marchigiani hanno un'alta percezione della loro qualità di vita, l'86% dei ragazzi considera il suo stato di salute eccellente/buono, in leggera diminuzione rispetto al 2018 (90%) anche se le loro abitudini non sono poi così sane. Circa il 23% degli studenti tra 11 e 15 anni, infatti, non fa la prima colazione nei giorni di scuola, solo un terzo dei ragazzi consuma frutta e verdura almeno una volta al giorno e meno del 10% svolge almeno 1 ora quotidiana di attività motoria (come raccomandato dall'OMS), mentre quasi un terzo di loro supera le 2 ore al giorno (il massimo raccomandato) davanti ad uno schermo.



³ Estratto tratto da “HBSC 2022 Regione Marche - Stili di vita e salute dei giovani italiani tra 11 e 17 anni”, in corso di pubblicazione.

L'indagine mostra, inoltre, la persistenza di fenomeni estremi quali il *binge drinking*, infatti a più della metà dei ragazzi diciassettenni (sia maschi che femmine) del campione è capitato di praticare il binge-drinking. Per le quindicenni si osserva il 39% (era circa il 35% nel 2018), per i maschi la percentuale è leggermente inferiore.

Per quanto riguarda l'uso dei social media, si conferma rispetto al 2018 l'abitudine ad avere contatti online "quasi tutti i giorni o più spesso" in particolare con gli amici stretti seppure in leggera diminuzione (78% vs 83% del 2018) mentre emerge un uso problematico dei social aumentato esponenzialmente rispetto al 2018 e in particolare nelle ragazze quindicenni (22% vs. 9% del 2018). Di contro, le Marche risultano essere poco interessate dal fenomeno del bullismo e del cyberbullismo. Per quanto riguarda i diciassettenni dall'indagine emerge un peggioramento del rapporto tra ragazzi di 17 anni e insegnanti rispetto alle fasce d'età 11, 13 e 15 anni. I dati confermano che all'aumentare dell'età diminuisce la percentuale di coloro a cui piace "molto" o "abbastanza" la scuola, specialmente nei maschi. Il lavoro scolastico rappresenta una fonte di stress per i ragazzi di 17 anni, in maggior misura nelle femmine rispetto che nei maschi.

Alimentazione e stato ponderale. Sulla base di quanto dichiarato dagli studenti, il 16% dei ragazzi 11-15 anni è in sovrappeso e il 3% obeso; il sovrappeso diminuisce lievemente con l'età ed è maggiore nei maschi. Rispetto alla precedente rilevazione effettuata nel 2018 tali valori sono tendenzialmente stabili. Tra i comportamenti alimentari non salutari, HBSC ha evidenziato nel 2022 l'abitudine frequente a non consumare la colazione nei giorni di scuola, con prevalenze che vanno dal 19% a 11 anni, al 22% a 13 anni e al 29% a 15 anni. Questa abitudine, rispetto al 2018, ha subito un peggioramento. Solo un terzo dei ragazzi consuma frutta e verdura almeno una volta al giorno (lontano dalle raccomandazioni) con valori migliori nelle ragazze. Rispetto al 2018 il consumo, almeno una volta al giorno, di verdura rimane invariato, ma diminuisce quello di frutta nelle femmine, pur rimanendo superiore ai consumi dei maschi. I legumi sono fonti proteiche spesso dimenticate ma molto importanti: soltanto il 26% del campione 11-15 anni li mangia tra 2 e 4 volte/settimana (consumo raccomandato) mentre il 16% non li consuma mai, dato migliore invece si osserva nei diciassettenni: il 36% li mangia tra 2 e 4 volte/settimana e il 10% mai. Il consumo di cola o altre bibite con zucchero risulta maggiore negli undicenni e nei maschi: le consuma almeno una volta al giorno l'11% degli undicenni, il 7% dei tredicenni ed il 9% dei quindicenni. Rispetto al 2018 i consumi sono invariati.

Attività fisica e sedentarietà. Nel 2022 la frequenza raccomandata di attività fisica per un totale di almeno 60 minuti al giorno quotidiana è rispettata solo dall'8% dei ragazzi 11-15 anni, diminuisce con l'età (11 anni: 10%; 13 anni: 8%; 15 anni: 6%) tale comportamento risulta in diminuzione rispetto al 2018 tranne che per i tredicenni nei quali è leggermente aumentata. Per quanto riguarda l'attività fisica moderata-intensa settimanale il 5% dei maschi e il 14% delle femmine dichiara di non svolgerla mai. Le linee guida internazionali raccomandano di non superare 2 ore al giorno in attività dedicate a guardare uno schermo (TV/videogiochi/computer/internet/social); dai dati del 2022 si evince che circa più di un terzo dei ragazzi supera questo limite con valori in aumento dopo gli 11 anni.

Tra i diciassettenni, il 24% riferisce di usare "PC/ Tablet/ cellulare per stare sui social networks (es.: Facebook, Twitter, Snapchat, ecc.)" 5 ore o più al giorno, in particolare le femmine (32%).

Fumo, alcol, cannabis e gioco d'azzardo. Nella fascia d'età 11-15 anni, la quota totale dei non fumatori di sigaretta negli ultimi 30 giorni risulta 89% nel 2022, dato leggermente migliorato rispetto al 2018 (88%), mentre nei diciassettenni tale percentuale di non fumatori si attesta al 59%. Per quanto riguarda l'uso di sigaretta elettronica negli ultimi 30 giorni, i non fumatori nella fascia d'età 11-15 anni risultano il 90%, mentre sono il 73% dei diciassettenni. Nelle Marche, l'80% dei quindicenni dichiara di non aver mai fumato cannabis, percentuale che si abbassa al 62% nei

diciassetenni. Aumentano i fenomeni estremi legati al consumo di alcolici tra i giovani. Il binge drinking (assunzione di 6 o più bicchieri di bevande alcoliche, in un'unica occasione) è sicuramente una misura più oggettiva della generica ubriacatura per rilevare comportamenti a rischio.

Nell'indagine 2022, si rileva il "sorpasso" delle quindicenni: il 39% delle femmine e il 31% dei coetanei maschi hanno dichiarato di aver consumato almeno una volta 5 o più bicchieri di bevande alcoliche in un'unica occasione negli ultimi 12 mesi con un distacco dunque di ben 8 punti percentuali tra i due sessi (nel 2018 la differenza era di 3,3% con maggiore prevalenza maschile).

Tali consumi aumentano ulteriormente nei diciassetenni: dichiarano di aver consumato almeno una volta 5 o più bicchieri di bevande alcoliche in un'unica occasione negli ultimi 12 mesi il 58% dei maschi e il 56% delle femmine.

Per quanto riguarda il gioco d'azzardo nei quindicenni, coloro che hanno scommesso denaro nella loro vita risultano il 44% dei maschi (in diminuzione rispetto al 2018, quando era il 58%) e il 23% delle femmine (in aumento rispetto al 2018, quando era il 19%); tra i diciassetenni la percentuale di coloro che hanno scommesso denaro nella loro vita sale al 53% dei maschi e nelle femmine resta invariata rispetto alle quindicenni ovvero il 23%.

Il rapporto tra pari, il contesto scolastico, il bullismo e il cyberbullismo. Nel 2022, più del 70% dei ragazzi 11-15 anni parla molto facilmente/facilmente con la madre e il 57% con il padre, mentre il 66% dei 17enni parla molto facilmente/facilmente con la madre di cose che preoccupano vs il 47% dei 17enni che ne parla con il padre. Anche nella fascia 11-15 anni il dato decresce al crescere dell'età. I maschi rispetto alle femmine comunicano più facilmente con i genitori. Più dell'80% dei 11-15enni e dei 17enni dichiara di avere amici con cui condividere gioie e dispiaceri e più del 70% di poter parlare con loro dei propri problemi. Infine, il 57% dei ragazzi degli 11-15enni e il 52% dei 17enni ritiene i propri compagni di classe gentili e disponibili. Quasi un ragazzo su due nella fascia 11-15 anni e il 34% dei diciassetenni dichiara che gli insegnanti sono interessati a lui come persona; il 51% dei ragazzi 11-15enni e il 31% dei 17enni dichiara di avere molta fiducia negli insegnanti. L'86% degli 11enni, il 70% dei 13enni, il 59% dei 15enni e il 58% dei 17enni afferma che i loro insegnanti li accettano per quello che sono. Anche nelle Marche sono presenti atti di bullismo, quelli subiti a scuola nel corso dei due mesi precedenti la rilevazione decrescono con l'età: coloro che dichiarano di essere stati vittima di bullismo almeno una volta negli ultimi 2 mesi sono il 20% degli undicenni (erano il 13% nel 2018), il 15% dei tredicenni (13% nel 2018) e il 10% dei quindicenni (9% nel 2018). Rispetto al 2018 tale fenomeno è quindi complessivamente in aumento, soprattutto negli undicenni. Nei diciassetenni il 7% dichiara di aver subito bullismo e quasi il 9% di aver partecipato ad azioni di bullismo nei 2 mesi precedenti all'indagine; inoltre il 20% dichiara di essere stato coinvolto in azioni violente negli ultimi 12 mesi precedenti all'indagine. La maggior parte dei ragazzi della fascia di età 11-15 anni (oltre il 75%) dichiara di non aver subito - e oltre l'88% di non aver praticato - azioni di cyberbullismo; il 25% delle undicenni però dichiara di aver subito azioni di cyberbullismo negli ultimi 2 mesi, dato che appare sicuramente preoccupante.

Infine, il 93% dei diciassetenni dichiara di non aver subito azioni di cyberbullismo, mentre oltre il 92% dichiara di non aver partecipato ad azioni di cyberbullismo.

Uso e uso problematico dei social media. Il 78% dei ragazzi di 11-15 anni ha dichiarato di avere contatti online giornalmente o più volte al giorno con la cerchia di amici stretti (in calo nel gruppo analogo rispetto al 2018 quando era l'83%); tale percentuale sale all'86% dei diciassetenni.

La preferenza per le interazioni sociali online rispetto agli incontri faccia a faccia è frequentemente considerato un comportamento che contribuisce al rischio di sviluppare un uso problematico dei social media. I risultati 2022 mostrano che i giovani tra gli 11 e i 15 anni che fanno uso problematico

dei social media nelle Marche sono il 18% delle ragazze e il 9% dei ragazzi. Tale dato risulta fortemente aumentato rispetto al 2018, in particolare nelle ragazze quindicenni (22% vs. 9% del 2018).

Le abitudini sessuali. L'indagine rileva le abitudini sessuali nei quindicenni e nei diciassettenni.

Il 20% dei 15enni (21,2% maschi vs 19,3% femmine) dichiara di aver avuto rapporti sessuali completi; il dato è in leggero aumento rispetto al 2018 quando era il 18% (20% maschi e 17% femmine).

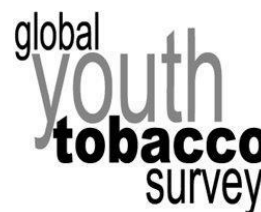
In relazione ai diversi metodi contraccettivi, si evincono alcune differenze nel loro utilizzo tra maschi e femmine: in particolare i maschi utilizzano maggiormente il preservativo (74%) rispetto alle femmine (56%) che invece confidano più frequentemente nel coito interrotto (67%) contro il 47% nei maschi; il 27% dei maschi e delle femmine riferisce l'uso di metodi naturali (conteggio dei giorni fertili).

Nei diciassettenni, il 42% dichiara di aver avuto rapporti sessuali completi: il 44% delle femmine e il 40% dei maschi. Anche in questa fascia di età il metodo utilizzato con più frequenza dai maschi è il preservativo (66% vs 56% nelle femmine) mentre nelle femmine è il coito interrotto (61% vs 55% nei maschi), seguono i metodi naturali (18% dei maschi; 21% delle femmine).

Covid-19. L'indagine HBSC 2022 ha previsto anche una sezione dedicata al periodo pandemico, per i cui risultati si rimanda allo specifico report HBSC Regione Marche 2022 in corso di pubblicazione.

"GYTS" (GLOBAL YOUTH TOBACCO SURVEY) NELLA REGIONE MARCHE (RILEVAZIONE 2022)

La sorveglianza Global Youth Tobacco Survey (Gyts) è un'indagine globale sull'uso del tabacco fra i giovani dai 13 ai 15 anni, promossa dall'Ufficio regionale per l'Europa dell'OMS. Le aree indagate sono: la prevalenza dell'abitudine al fumo di sigaretta e di altri prodotti del tabacco, le conoscenze e attitudini verso il fumo di sigaretta, il ruolo dei media e della pubblicità sull'uso di sigarette, l'accessibilità dei prodotti del tabacco,



l'informazione scolastica sul tabacco, l'esposizione al fumo passivo, la cessazione dell'abitudine al fumo. Può essere uno strumento utile per guidare l'attuazione e la valutazione di programmi di prevenzione e promozione della salute, anche all'interno delle scuole, e in particolare per supportare politiche di contrasto al fumo.

Di seguito i risultati principali della rilevazione 2022 nella Regione Marche.

Prevalenza dell'abitudine al fumo: tre ragazzi su cinque tra i 13 e i 15 anni non hanno mai fumato i prodotti del tabacco o provato la sigaretta elettronica; un ragazzo su quattro fuma attualmente, cioè almeno una volta negli ultimi 30 giorni, sigarette, e-cig o HTP; il 15% ha provato il fumo di sigaretta, la e-cig o HTP, almeno una volta nella vita.

Contesto di vita: il consumo di tabacco/nicotina è più diffuso tra chi ha amici fumatori (38% vs nessun amico 5%), compagni di classe fumatori (32% vs nessun compagno 9%), almeno un genitore fumatore (32% vs nessun genitore 21%), scarsa consapevolezza dei danni del fumo (36% vs consapevoli 13%)

E-cig e HTP: il 22% dei ragazzi marchigiani usa abitualmente la sigaretta elettronica e/o prodotti a tabacco riscaldato (HTP), poiché sono resi attraenti da design, varietà di aromi e marketing. Di norma contengono nicotina (o sali di nicotina) che induce dipendenza e riducono la percezione del rischio; infatti è consapevole dei danni: l'89% per le sigarette, il 67% per le HTP e il 52% per le e-cig (percentuale che scende al 27% tra chi le usa).

Disponibilità a fumare: circa un ragazzo su tre che non ha mai provato il fumo di sigaretta, la e-cig o gli HTP pensa che potrebbe farlo se un amico glieli offrisse o che lo farà nei prossimi 12 mesi.

Fumo a scuola: il 51% dei ragazzi delle secondarie di primo grado e delle secondarie di secondo grado dichiara di aver visto qualcuno fumare a scuola (sia all'interno che nelle pertinenze esterne).

“ESPAD” (EUROPEAN SCHOOL SURVEY PROJECT ON ALCOHOL AND OTHER DRUGS) (RILEVAZIONE 2022)

ESPAD®Italia è uno studio campionario dell'Istituto di Fisiologia Clinica (IFC) del Consiglio Nazionale delle Ricerche (CNR) sui comportamenti a rischio, come gioco d'azzardo, dipendenza da internet, cyberbullismo, ritiro sociale volontario, uso di sostanze psicotrope legali e illegali tra gli studenti e le studentesse degli Istituti Secondari di Secondo Grado italiani.

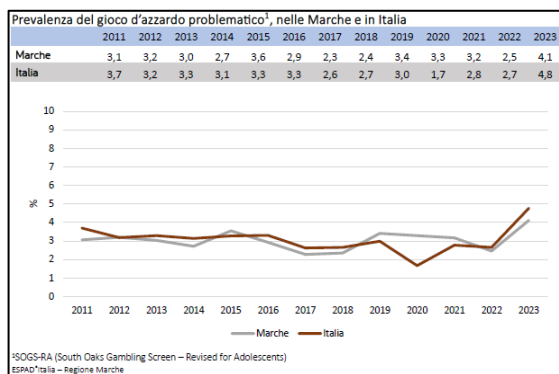
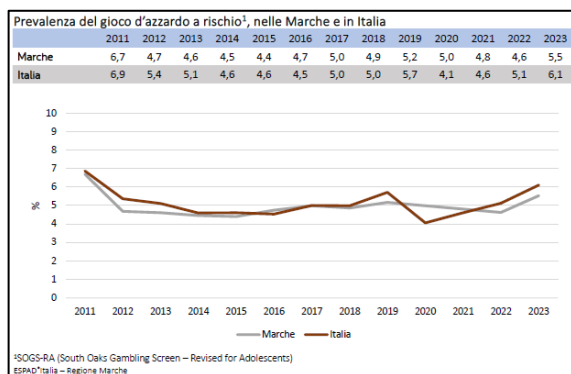
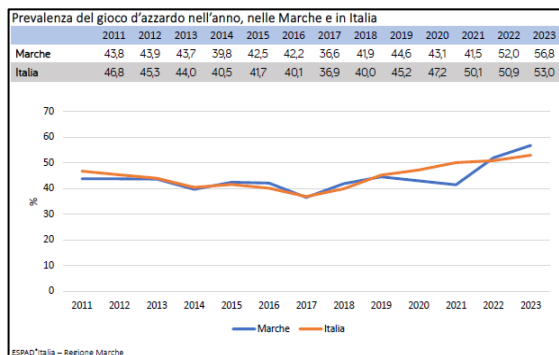
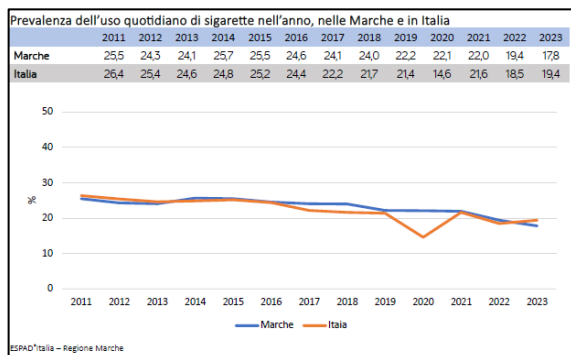
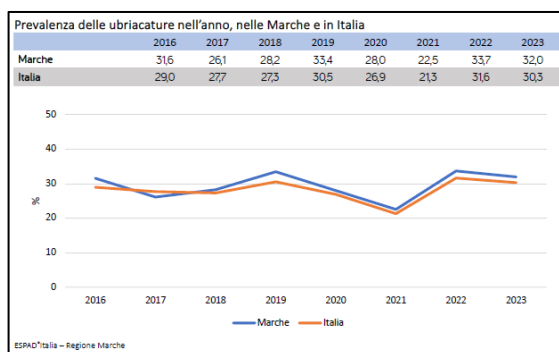
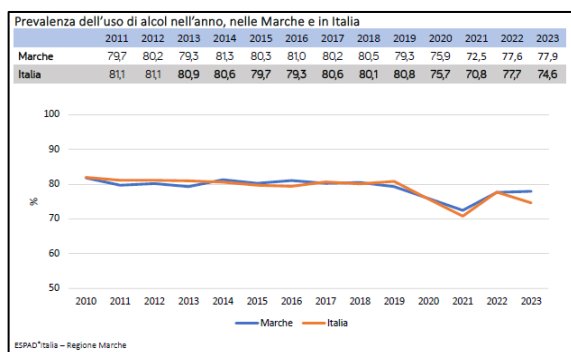
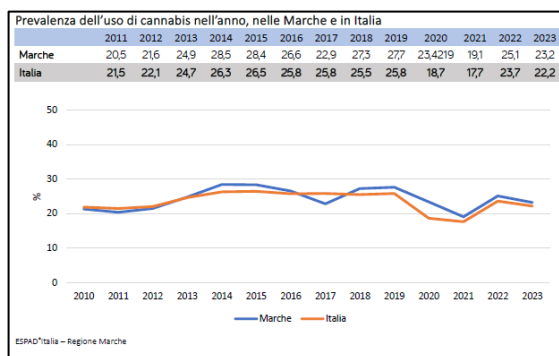
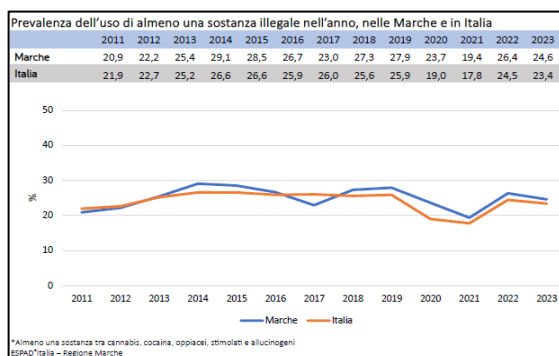


ESPAD®Italia è parte dell'omonimo studio europeo ESPAD (European School Survey Project on Alcohol and other Drugs) attuato per la prima volta nel 1995 e supportato dall'European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction (EMCDDA), al quale hanno aderito negli anni oltre 50 Paesi dell'area europea.

Lo studio svolge un importante ruolo nel monitoraggio dei comportamenti a rischio messi in atto fra i giovanissimi permettendo una migliore comprensione dello stato di salute della popolazione studentesca e può essere utilizzato come strumento di programmazione degli interventi di prevenzione e di valutazione della loro efficacia. Il metodo utilizzato è quello della compilazione contemporanea di un questionario online, attraverso un'apposita applicazione sviluppata per i dispositivi mobili degli studenti delle classi partecipanti, in modo da garantire che i dati siano rilevati con le stesse condizioni di un compito scritto e nel pieno rispetto dell'anonimato degli studenti. Il questionario, infatti, è anonimo e non richiede informazioni che consentano di risalire all'identità del compilatore né alla sezione della classe di appartenenza. Inoltre, nelle pubblicazioni scientifiche e divulgative che descrivono i risultati dello studio, le scuole che partecipano non compariranno mai come singole entità, ma solo come macro-aggregati. Ogni anno, infine, sulla piattaforma S.O.F.I.A. del MIUR, i docenti interessati possono fruire, a titolo gratuito, di un corso di formazione certificato incentrato sui principali risultati dello studio⁴.

⁴ Per approfondimenti sullo studio italiano è possibile consultare: www.espad.it e www.epid.ifc.cnr.it, mentre per approfondimenti sullo studio europeo www.espad.org e per avere accesso ai relativi dati è possibile consultare: <https://data.espad.org>

Di seguito i risultati principali della rilevazione 2022 nella Regione Marche.



PIANO REGIONALE DELLA PREVENZIONE 2020-2025 DELLA REGIONE MARCHE⁵

Lo strumento fondamentale di pianificazione centrale degli interventi di Prevenzione e Promozione della Salute è il Piano Nazionale della Prevenzione (PNP)⁶. Ogni Regione è chiamata ad adottare il PNP e a predisporre un proprio Piano locale chiamato Piano Regionale della Prevenzione (PRP). L'obiettivo di entrambi è garantire la salute individuale e collettiva della popolazione e la sostenibilità del Servizio Sanitario Nazionale.



Immagine tratta dal sito della Regione Marche

Le strategie del PRP sono volte a:

- migliorare l'alfabetizzazione sanitaria (*Health Literacy*),
- accrescere la capacità degli individui di agire per la propria salute e per quella della collettività (*Empowerment*),
- migliorare l'interazione con il Sistema Sanitario (*Engagement*),
- rafforzare le intersectorialità,
- contrastare le disuguaglianze sociali e geografiche.

Nel PRP 2020-2025 viene posto ulteriore risalto alla valutazione di efficacia e alla sostenibilità, anche attraverso la scelta condivisa, all'interno dei macro-obiettivi, di azioni/interventi riconosciuti come costo-efficaci e con garanzia di buona pratica. Particolare attenzione viene conferita ai Determinanti ambientali che, come anticipato nell'introduzione, possono impattare fortemente sulla salute e sulle disuguaglianze.

In questo senso, le prospettive del PRP 2020-2025, per quanto riguarda le azioni di Prevenzione e Promozione della Salute, si basano sul rilancio del ruolo del Dipartimento di Prevenzione che è tenuto a mettere in campo alleanze con le altre Istituzioni, con la Scuola, con i Luoghi di lavoro, con le Forze sociali, con gli Enti territoriali e con tutti i portatori di interesse coinvolgibili.

Si sottolinea, in particolare, il ruolo della Scuola in quanto ambiente privilegiato per interventi educativi e di *Promozione della Salute* che promuovano e garantiscano l'*equità*, utilizzando un approccio globale, intersectoriale, lungo l'arco della linea evolutiva e trasversale ai fattori di rischio nonché ai Determinanti di Salute.

In questo senso, la Promozione della Salute nelle scuole può essere declinata non soltanto attraverso interventi *ad hoc*, ma anche mediante politiche per il miglioramento degli ambienti fisici e sociali delle scuole, mediante la creazione di una Rete tra Scuola, Servizi, Istituzioni e Associazioni e mediante metodologie di comprovata efficacia indirizzate allo sviluppo delle *life skills* dei giovani ed alla loro partecipazione attiva alla vita scolastica ed extra-scolastica.

⁵ Piano Regionale della Prevenzione 2020-2025 – Regione Marche.
https://www.salute.gov.it/portale/prevenzione/DELIBERE_PRP_2020-2025/Marche/PRP_ALLEGATO_DGR.pdf

⁶ Piano Nazionale della Prevenzione 2020-2025.
https://www.salute.gov.it/imgs/C_17_pubblicazioni_2955_allegato.pdf

“SCUOLE CHE PROMUOVONO SALUTE” - PROGRAMMA PREDEFINITO 01 (PP 01)

Il PRP 2020-2025 si compone di dieci Programmi Predefiniti tra cui, per i nostri obiettivi, risulta centrale il PP01 **“Scuole che Promuovono Salute” (SPS)**. Questo Programma prevede di strutturare *un percorso congiunto e continuativo tra Scuola e Sanità*⁷ che includa formalmente la Promozione della Salute, il benessere e la cultura della sicurezza e della legalità con una visione integrata e a medio/lungo termine secondo i principi dell’azione intersettoriale e della pianificazione partecipata, in coerenza con le norme e i programmi nazionali.

Questi sono anche gli obiettivi della **Rete delle Scuole che Promuovono Salute**⁸, una Rete che utilizza un approccio rivolto agli studenti, alle loro famiglie, al personale docente e non, finalizzata a:

- **sviluppare le competenze individuali e la capacità di azione** di tutti i componenti della comunità scolastica: didattica quotidiana, attività dedicate allo sviluppo delle competenze e delle abilità che favoriscono la messa in atto di comportamenti intenzionali per migliorare la salute, il benessere e il successo formativo;
- **qualificare l’ambiente sociale**: relazioni interne ed esterne, clima organizzativo, regole...;
- **migliorare l’ambiente fisico**: ubicazione, struttura, spazi adibiti ad attività fisica / pratica sportiva, attività all’aperto, laboratori, ristorazione, aree verdi...;
- **migliorare l’ambiente organizzativo**: servizi disponibili quali mensa, trasporti, accessibilità, fruibilità extrascolastica, policy interne...;
- **rafforzare la collaborazione comunitaria**: relazioni tra la scuola e le famiglie degli studenti e tra la scuola e gli individui/gruppi chiave della comunità circostante;
- **collaborare con i Servizi Sanitari**;
- **condividere documenti ufficiali e le buone pratiche**.

La Rete delle Scuole che Promuovono Salute trova il proprio punto di riferimento nella rete europea di Paesi e ricercatori, supportati dall’OMS e dalla Commissione Europea, *SHE- Schools for Health in Europe* che costituisce la Rete europea delle Scuole che Promuovono Salute con la finalità di supportare, monitorare e migliorare le azioni delle rispettive Reti nazionali SPS.



⁷ “Facilitating Dialogue Between The Health And Education Sectors To Advance School Health Promotion And Education”. International Union For Health Promotion And Education (IUPHE) – 2012. Traduzione italiana *“Facilitare il dialogo tra il settore sanitario e quello scolastico per favorire la promozione e l’educazione alla salute nella scuola”*. https://www.iuhpe.org/images/PUBLICATIONS/THEMATIC/SCHOOL/FacilitatingDialogueHE_EN.pdf

⁸ “Achieving Health Promoting Schools: Guidelines to Promote Health in Schools”. International Union for Health Promotion and Education (IUHPE) – 2009. Traduzione italiana *“Verso una Scuola che Promuove Salute: linee guida per la promozione della salute nelle scuole”*. http://www.iuhpe.org/images/PUBLICATIONS/THEMATIC/HPS/HPSGuidelines_IT.pdf

La Rete delle SPS si impegna, infatti, ad operare a partire dai riferimenti internazionali sul tema come la *Carta di Ottawa*⁹, la *Risoluzione di Vilnius*¹⁰ e la *Dichiarazione di Odense*¹¹, ispirandosi ai principi fondamentali di equità, inclusione, partecipazione e sostenibilità.

Il Programma delle SPS prevede che le Scuole si impegnino a gestire fattivamente la propria specifica titolarità nel governo dei Determinanti di salute riconducibili all'ambiente formativo, all'ambiente sociale ed all'ambiente fisico ed organizzativo, promuovendo nella loro programmazione ordinaria iniziative finalizzate alla promozione della salute di tutti i soggetti in campo (studenti, docenti, personale non docente, dirigenza, famiglie, etc.). In questo senso, sono promosse le alleanze strategiche con la Sanità e con i diversi attori della comunità locale (Comuni, Associazionismo, Volontariato) affinché il benessere e la salute costituiscano valori reali nella vita delle comunità scolastiche e che da queste si diffondano alle altre componenti sociali, in particolare alle famiglie.

Il Programma delle SPS ha, quindi, l'obiettivo di sostenere *l'empowerment* individuale e di comunità nel setting scolastico in un'ottica intersettoriale, promuovendo il rafforzamento di competenze e la consapevolezza di tutti gli attori della comunità scolastica, mettendo in atto le modifiche strutturali ed organizzative sostenibili per facilitare l'adozione di stili di vita salutari e, infine, attuando interventi di provata efficacia o "buone pratiche" validate per la prevenzione di fattori di rischio comportamentali e ambientali.

Ne discende l'avvio ed il radicamento di azioni sostenibili e fondate su criteri *Evidence Based* o raccomandate per la promozione di stili di vita favorevoli alla salute coerenti al setting¹².

⁹ "The Ottawa Charter For Health Promotion" - 1^a Conferenza Internazionale sulla Promozione della Salute - World Health Organization (1986). https://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0004/129532/Ottawa_Charter.pdf

¹⁰ "Vilnius Resolution" - 3rd European Conference on health promoting schools: "Better Schools through Health", Vilnius 2009. Traduzione italiana "Migliorare le Scuole attraverso la salute". <https://www.scuolapromuovesalute.it/wp-content/uploads/2020/09/Risoluzione-di-Vilnius-2009.pdf>

¹¹ *Dichiarazione di Odense- 4a Conferenza Europea sulle Scuole che promuovono salute*. <https://www.schoolsforhealth.org/sites/default/files/editor/conference%20statements/Odense%20Statement/italian-odense-statement.pdf>

¹² "Promoting Health in Schools: From evidence to Action" International Union for Health Promotion and Education (IUHPE) – 2010. Traduzione italiana "Promuovere la Salute a Scuola dall'evidenza all'azione" http://www.iuhpe.org/images/PUBLICATIONS/THEMATIC/HPS/Evidence-Action_IT.pdf ; <https://www.iuhpe.org/index.php/en/iuhpe-thematic-resources/298-on-school-health>

COME ADERIRE ALLA RETE DELLE “SCUOLE CHE PROMUOVONO SALUTE”

È possibile aderire alla Rete delle “*Scuole che Promuovono Salute*” attraverso i seguenti passaggi istituzionali atti a formalizzare l’impegno di una singola scuola nello scegliere di investire, sviluppare e sostenere azioni finalizzate a migliorare il benessere di tutti coloro che, a vario titolo, si muovono nel contesto scolastico:

1. il Dirigente scolastico indica un Referente SPS e un eventuale Gruppo di lavoro specifico (che si avvarranno della consulenza e supporto metodologici di un referente dell’Azienda Sanitaria Territoriale) con l’obiettivo di guidare la comunità scolastica nel diventare e rimanere una Scuola che Promuove Salute;
2. il Referente SPS con l’eventuale Gruppo di lavoro, secondo le competenze definite dal D.S., compila la domanda di iscrizione alla Rete SPS ed allega i documenti¹³ necessari all’interno dei form predisposti dalla Regione Marche nella sezione “PP01 Scuole che Promuovono Salute” al seguente link: https://www.regione.marche.it/ars/Aree-di-Attivit%C3%A0/Area-Prevenzione#21646_PP01---Scuole-che-promuovono-salute ;
3. il Referente SPS, con l’eventuale Gruppo di lavoro, identifica e propone di intervenire su uno o più temi specifici nel corso dell’anno scolastico ed individua una o più iniziative tra quelle contenute nel Documento di Pratiche Raccomandate proposte per il proprio territorio;
4. il Referente SPS con l’eventuale Gruppo di lavoro monitora e valuta gli interventi attivati durante l’anno scolastico, avendo premura di informare tutta la comunità scolastica in merito ai risultati conseguiti.
5. il Referente SPS invia annualmente all'indirizzo e-mail del rispettivo referente di AST la relazione sintetica di quanto realizzato in merito alla Rete delle Scuole che Promuovono Salute;

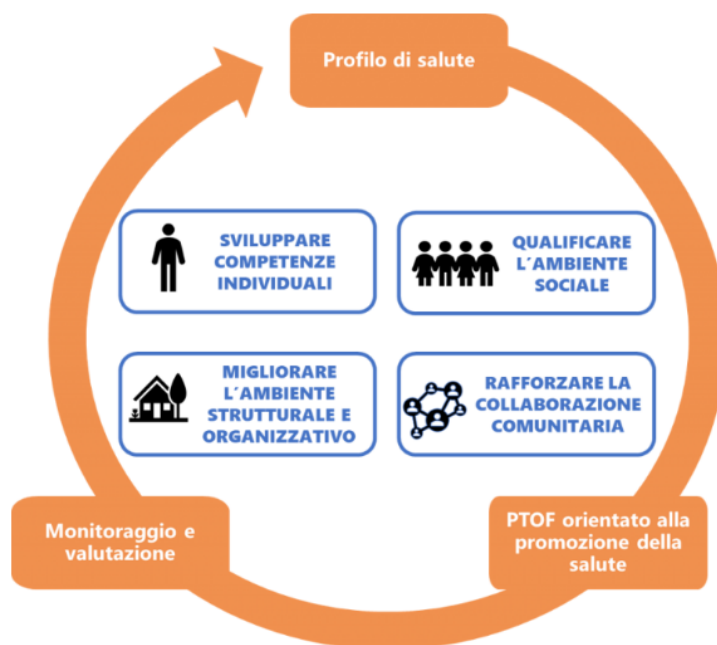


Immagine tratta dal sito www.scuolapromuovesalute.it

¹³ I Documenti da caricare, debitamente compilati e firmati dal Dirigente scolastico sono i seguenti:

- “Richiesta di adesione alla rete delle Scuole che Promuovono Salute”
- “Profilo di Salute della scuola” (va aggiornato e caricato ogni volta in concomitanza col rinnovo del PTOF)
- “Carta della Scuola che Promuove Salute”
- “Delibera Collegio Docenti - Consiglio di Istituto “Scuole che Promuovono Salute”

PROPOSTE REGIONALI DI INTERVENTI PER LA PROMOZIONE E L'EDUCAZIONE ALLA SALUTE

Nelle pagine successive si elencano le *Pratiche Raccomandate* a cui le scuole possono aderire che sono state individuate tra le diverse iniziative che gli operatori delle Aziende Sanitarie Territoriali propongono da almeno un anno nelle scuole dei rispettivi territori e che verranno proposte nel periodo di vigenza del Piano Regionale della Prevenzione.

Tali iniziative fanno riferimento alla definizione di “Buona pratica” di Kahan e Goodstadt (2001)¹⁴ e ai criteri stabiliti dalla *Commissione Europea- Direzione Generale per la Salute e la Sicurezza Alimentare* per identificare una “Buona Pratica”¹⁵.

Oltre a soddisfare i criteri basilari della Commissione Europea (***essere rilevante, possedere determinate caratteristiche, basarsi su prove e teorie ben documentate, rispondere ad aspetti etici***), le iniziative contenute nel presente Documento possiedono **almeno altri due** dei seguenti criteri aggiuntivi (“fondamentali” e/o “di qualificazione”) che identificano una *Buona Pratica*:

- ***Efficacia ed efficienza***: considera il grado di successo dell'intervento nel produrre il risultato desiderato in modo ottimale; viene misurata attraverso una *valutazione di processo* ed una *valutazione di risultato*;
- ***Equità***: prevede che si prendano in considerazione i bisogni della popolazione per identificare e ridurre le disuguaglianze in materia di salute;
- ***Trasferibilità***: valuta in che misura i risultati raggiunti vengono sistematizzati e documentati rendendo possibile il trasferimento ad altri contesti/ambienti/Paesi e l'estensione ad una popolazione/target/contesto geografico più ampio;
- ***Sostenibilità***: considera la capacità della Pratica di essere mantenuta a lungo termine con le risorse disponibili adattandosi ai requisiti sociali, economici ed ambientali del contesto in cui viene sviluppata;
- ***Collaborazione intersettoriale***: valuta la capacità della Pratica di promuovere la collaborazione tra i diversi settori (es. sanitario, sociale, educativo) coinvolti in uno specifico campo di interesse (es. Promozione della salute, Prevenzione e gestione delle malattie, etc.);
- ***Partecipazione***: considera l'inclusione delle parti interessate durante l'intero ciclo di vita del processo e la capacità della Pratica di promuovere la collaborazione tra i diversi settori coinvolti.

L'elenco delle proposte seguenti non è esaustivo di tutte le iniziative che vedono la scuola come setting di intervento, né è rappresentativo di tutti gli attori/ agenzie/ Enti proponenti.

¹⁴ Secondo Kahan e Goodstadt (2001) sono Buone Pratiche gli interventi/attività/programmi che “...in armonia con i principi/valori/credenze e le prove di efficacia e ben integrati con il contesto ambientale, sono tali da poter raggiungere il miglior risultato possibile in una determinata situazione”
https://www.retepromozionesalute.it/bd2_ipertesto.php?idcriterio=7

¹⁵ https://ec.europa.eu/health/sites/health/files/major_chronic_diseases/docs/sgpp_bestpracticescriteria_en.pdf

PROPOSTE PER LE SCUOLE DELL'AST DI ANCONA

SCUOLE DI OGNI ORDINE E GRADO

"GUADAGNARE SALUTE... CON LE LIFE SKILLS"

È un programma di *Life Skills Education* che ha l'obiettivo di promuovere la salute psico-sociale dei soggetti in età evolutiva attraverso l'apprendimento ed il rafforzamento delle *life skills*, competenze emotive, relazionali e cognitive trasversali "*...che è necessario apprendere per mettersi in relazione con gli altri, per affrontare i problemi, le pressioni e gli stress della vita quotidiana*" (Bollettino OMS, Skills for Life, n.1, 1992). Il programma si colloca in linea con le indicazioni dell'OMS, dell'Istituto Superiore di Sanità, con il programma del Ministero della Salute "*Guadagnare Salute. Rendere facili le scelte salutari*" e con il PRP della Regione Marche 2020-2025 (Programma PP1 "*Scuole che Promuovono Salute*"). Nel 2021 è stato riconosciuto dall'Unione Europea come una delle "*Best Practices*" europee nell'area "*Specific non-communicable disease or group of diseases*".

È rivolto agli insegnanti e agli alunni delle Scuole dell'Infanzia, Primarie e Secondarie di I e II grado; attraverso attività individuali e di gruppo proposte dai **docenti appositamente formati**, gli alunni avranno a disposizione due percorsi ludico-esperienziali:

- ✓ "Guadagnare Salute...con le life skills", finalizzato allo sviluppo ed al potenziamento delle principali abilità emotive (*Gestione delle emozioni, Consapevolezza di sé, Gestione dello stress*), sociali (*Relazioni efficaci, Comunicazione efficace, Empatia*) e cognitive (*Pensiero Creativo, Pensiero Critico, Problem Solving e Decision Making*);
- ✓ "Sani Stili di Vita...con le life skills", finalizzato alla promozione della salute ed alla prevenzione dei comportamenti a rischio per le principali Malattie Croniche Non Trasmissibili derivanti dal consumo di alcol, dal tabagismo, dall'alimentazione scorretta e dall'inattività fisica; il percorso prevede attività tematiche sui vari temi di salute attraverso la metodologia della *Life Skills Education*. È rivolto ai Docenti senior (formati nel percorso "*Guadagnare Salute... con le life skills*" nel precedente a.s.).

Per le Scuole dell'Infanzia e Primarie potrà essere attivato anche il percorso integrativo "A casa con mamma e papà", parallelo a quelli di *Life Skills Education* svolti in classe, per promuovere il potenziamento delle *life skills* in famiglia attraverso **attività proposte dai genitori**.

I corsi verranno attivati in presenza, se possibile, oppure on-line in collaborazione con l'UOSD Promozione Educazione Alla Salute (PEAS) dell'AST di Ascoli Piceno. Ai docenti verranno forniti i Manuali contenenti le attività da proporre agli alunni e/o ai genitori.

- **AST Ancona.** Dipartimento di Prevenzione, Servizio Promozione della Salute: Dott.ssa Giusi Giacomini, segreteria: elisabett.bernacchia@sanita.marche.it, tel. 0718705591

“IL MERCOLEDÌ DELLA FRUTTA”

È un intervento regionale nato nel 2008, proposto dai Servizi Igiene degli Alimenti e Nutrizione (SIAN), successivamente inserito nei Piani Regionali della Prevenzione e che nel tempo è stato seguito da numerosi Istituti Scolastici. È rivolto sia alle scuole dell'infanzia e primaria che secondarie di primo e secondo grado. L'azione mira a promuovere il consumo di frutta e verdura fresca di stagione per i bambini/ragazzi in modo naturale, piacevole e abituale, per lo spuntino di metà mattina a scuola durante l'intervallo. Lo svolgimento, semplice e sostenibile, prevede la collaborazione delle/gli insegnanti e dei genitori che, in libera scelta, forniscono alle proprie bambine-i/ragazze-i frutta e/o verdura fresca di stagione come merenda di metà mattina a scuola, per favorirne il consumo da parte loro, almeno una volta a settimana (o anche più spesso) considerando che l'apporto ideale per una sana alimentazione è di 5 porzioni al giorno di frutta e verdura secondo CREA rev. 2018. Modalità di svolgimento: individuazione di un insegnante di riferimento per ogni classe, contatto via email o telefonico da parte del personale SIAN con le scuole aderenti qualora siano necessarie ulteriori informazioni, brevi incontri con gli insegnanti referenti e rappresentanti dei genitori per condividere gli obiettivi educativi del progetto e per la consegna dei materiali specifici e a supporto/rinforzo dell'azione. La modalità di espletamento degli incontri verrà concordata con i Dirigenti scolastici/ insegnanti referenti.

- **AST Ancona.** UOC Igiene degli Alimenti e della Nutrizione: Dott.ssa Isabella Romani, e-mail: isabella.romani@sanita.marche.it, tel. 0732/634166

SCUOLE DELL'INFANZIA, PRIMARIE E SECONDARIE DI I GRADO

“CONOSCERE PER SCEGLIERE ED AGIRE:**SALE IODATO, INTOLLERANZE E ALLERGIE ALIMENTARI, ETICHETTATURA E ALTRO”**

Si tratta di una specifica azione prevista dal PRP 2020-25 nell'ambito del PP01 “Scuole che Promuovono Salute”. Obiettivo è l'attuazione di un intervento complesso di formazione/informazione in ambito nutrizionale. L'intervento è rivolto alla popolazione scolastica e suoi afferenti (es. insegnanti, operatori di mensa, famiglie, ecc.). La prima fase riguarderà la costituzione di un gruppo di lavoro regionale intersettoriale e multidisciplinare che collabori alla progettazione dell'intervento formativo/informativo. Sarà il gruppo che si occuperà poi dell'attuazione dell'intervento. I temi affrontati riguarderanno intolleranze e allergie alimentari, etichettatura, utilizzo di sale iodato e altri temi connessi alla sana alimentazione tra cui in particolare il taglio degli alimenti in sicurezza. Le migliori conoscenze acquisite consentiranno la corretta gestione di situazioni specifiche quali il momento del pasto e/o merenda a scuola, laboratori, gite, uscite di classe, distributori automatici, ecc. e avranno una positiva ricaduta anche sulla popolazione generale. Gli alunni, gli insegnanti, il personale di mensa, le famiglie, e altri interessati destinatari dell'intervento, infatti, potranno fungere da moltiplicatori anche in altri ambienti.

- **AST Ancona.** UOC Igiene degli Alimenti e della Nutrizione: Dott.ssa Susy Maria Greganti, e-mail: susymaria.greganti@sanita.marche.it, tel. 071/79092644

**“LA GIUSTA ALIMENTAZIONE? LA TROVI A SCUOLA:
SINERGIE NUTRIZIONALI, AMBIENTALI E NON SOLO...”**

È un'azione specifica prevista dal PRP 2020-25 nell'ambito del PP01 “Scuole che Promuovono Salute”. Obiettivo è modificare positivamente gli stili di vita individuali rendendo l'ambiente scolastico salutogenico. **Si rivolge a studenti, insegnanti, personale di mensa, rappresentanti degli Enti Locali e direttamente o indirettamente, alle famiglie.** Analogamente alla precedente, la realizzazione del percorso e il coordinamento di questa Azione sarà effettuato da un gruppo di lavoro regionale intersettoriale e multidisciplinare. Prevede una metodologia di tipo attivo-esperienziale (secondo il modello dell'influenza sociale) che favorisce la partecipazione diretta ed il coinvolgimento di tutti i portatori di interesse. Il programma include, secondo le buone pratiche per promuovere la qualità della ristorazione scolastica e dell'educazione ai consumi alimentari: promozione della Dieta Mediterranea, approccio positivo al cibo, lettura delle etichette alimentari, integrazione con le Unità Didattiche di apprendimento, collaborazione per i Patti educativi di corresponsabilità scuola-famiglia-sanità, riduzione dello spreco alimentare, conoscenza e riduzione dell'impatto ambientale delle abitudini alimentari, criteri etico culturali identitari del servizio mensa.

- **AST Ancona.** *UOC Igiene degli Alimenti e della Nutrizione:* Dott.ssa Beatrice Sartini, e-mail: beatrice.sartini@sanita.marche.it, tel. 071/79092308

SCUOLE PRIMARIE

“E VAI CON LA FRUTTA...”

L'Iniziativa chiamata BUONE PRATICHE SULL'ALIMENTAZIONE “... e Vai con la Frutta”, promossa dai Ministeri della Salute e dell'Istruzione e già coordinata nel 2010/2011 dalla Regione Toscana in collaborazione con le Regioni Campania, Marche, Puglia e Sicilia, promuove il consumo di prodotti ortofrutticoli freschi fra i bambini/ bambine delle scuole primarie classe III. È presente nel Programma “Guadagnare Salute: rendere facili le scelte salutari” (DPCM il 4 Maggio 2007) ed è stato inserito nei Piani Regionali della Prevenzione. Lo strumento operativo per lo svolgimento del percorso è il Kit didattico-educativo “L'Asino Ettore & Co”, composto da un libro per i bambini/ bambine delle Scuole Primarie e da una guida per l'insegnante. I contenuti spaziano anche su temi sensibili come l'amore e il rispetto per il prossimo, la natura, gli animali, l'ambiente e l'ecologia, il senso della convivenza con gli altri, il rispetto per chi ha più bisogno, l'inclusione di etnie diverse. Pertanto l'intervento è interdisciplinare e gli insegnanti potranno scegliere le tematiche che più si integrano con i curricula scolastici e le varie unità educative di apprendimento. Questi strumenti didattici sono articolati in modo sistematico: a una prima parte descrittiva, d'inquadramento generale, ne consegue una più operativa, in cui si suggeriscono varie attività da fare con i bambini, descrivendone sia le *life skills* e gli ambiti disciplinari coinvolti sia gli obiettivi formativi e didattici. Modalità di svolgimento: **incontri con gli insegnanti referenti delle classi terze delle Scuole Primarie ed i rappresentanti dei genitori** per condividere gli obiettivi educativi del progetto e per la consegna del Kit didattico. La modalità di espletamento degli incontri verrà concordata con i Dirigenti scolastici/ insegnanti referenti.

- **AST Ancona.** *UOC Igiene degli Alimenti e della Nutrizione:* Dott.ssa Emanuela Bovio, e-mail: emanuela.bovio@sanita.marche.it, tel. 071/8705919

"IO, TU... NOI"

Il programma è rivolto alle bambine e ai bambini delle classi quinte della scuola primaria ed è proposto dal Consultorio di Senigallia alle scuole del territorio di pertinenza nell'ottica di una sinergia tra istituzioni che implementi percorsi di promozione della salute. La disponibilità vincolata alle risorse di personale del Consultorio di Senigallia e alla congrua programmazione con le scuole richiedenti. Il programma nasce dall'idea di proporre, in condivisione con le docenti della classe, un percorso di riflessione, confronto e consapevolezza rivolto a ragazzine e ragazzini che si affacciano alla fase della preadolescenza. I temi trattati riguardano la salute e la sessualità in particolare rispetto all'anatomia dei genitali, alla percezione del proprio corpo che cambia, ai cambiamenti nelle relazioni interpersonali e alla gravidanza in linea con le indicazioni dell'OMS (Ufficio Regionale per l'Europa dell'OMS e BZgA, 2010). L'iniziativa prevede due incontri per ogni classe dove sono previsti dei momenti informativi con l'ausilio di immagini, animazioni e materiale didattico e delle attività in circle time per stimolare una riflessione condivisa che parta dagli interessi della classe stessa.

Destinatari: il progetto è rivolto alle studentesse e studenti delle classi quinte della scuola primaria del territorio di competenza del Consultorio di Senigallia, è possibile prevedere un incontro informativo preliminare con le famiglie e gli adulti di riferimento.

Il progetto si attua durante l'anno scolastico tra ottobre e giugno con un calendario preventivamente concordato con le/i Dirigenti Scolastici o loro delegate/i. Si prevedono 2 incontri da circa 1,5 ore per ogni gruppo classe.

- **AST Ancona.** Consultorio Familiare (sede di Senigallia): Dott.ssa Laura Ginocchini, e-mail: a204.consultorio@sanita.marche.it; laura.ginocchini@sanita.marche.it

"RETE SENZA FILI. CONNESSIONI NAZIONALI. PROMUOVERE L'USO CONSALPEVOLE DEL DIGITALE NELLA SCUOLA PRIMARIA"

È un programma, già finanziato dal CCM - Ministero della Salute, rivolto ai docenti delle classi 4^a e 5^a delle Scuole Primarie e si propone di prevenire l'insorgenza della dipendenza da Internet attraverso azioni di riduzione del rischio di sviluppare un uso scorretto ed eccessivo di strumenti tecnologici (*social media*, videogiochi, *internet*, ecc.). Gli interventi sono volti a migliorare le competenze (*life skills*) dei ragazzi e favorire l'accesso dei soggetti a rischio ai servizi sociosanitari. Nel dettaglio si tratta di **formare gli insegnanti delle Scuole Primarie** su metodi e strumenti adeguati per affrontare con gli alunni i temi legati alle nuove tecnologie e invitare le scuole alla realizzazione di elaborati di classe (video, slogan, ecc.) su queste tematiche.

I Manuali e tutti i materiali utili potranno essere scaricati dal sito www.retesenzafili.it in cui sarà anche possibile iscriversi al Blog per ricevere costantemente articoli ed aggiornamenti sul progetto. Sono inoltre previsti degli incontri per accompagnare il mondo adulto (genitori, nonni e altri adulti significativi) e la comunità locale nella costruzione di un corretto rapporto con le nuove tecnologie e con i *social network* in un'ottica educativa che favorisca anche la relazione intergenerazionale.

- **AST Ancona.** Dipartimento Prevenzione Screening Oncologici- Servizio Promozione della Salute: Dott.ssa Giusi Giacomini, segreteria: elisabett.bernacchia@sanita.marche.it, tel. 0718705591. Servizio Territoriale Dipendenze Patologiche (STDP): Dott. Rodolfo Rabboni, e-mail: rodolfo.rabboni@sanita.marche.it. Ambito Territoriale Sociale 11: Roberto Giachi (Cooperativa RES per Comune di Ancona)

SCUOLE PRIMARIE E SECONDARIE DI I E II GRADO

“EDUCAZIONE AFFETTIVA ALLA SCOPERTA DEL CORPO, DELLE EMOZIONI E DELLE RELAZIONI”

Il Laboratorio prevede un incontro per classe della durata di circa due ore. I temi trattati sono i seguenti: Il mio corpo e l'immagine di me; la pubertà e i suoi cambiamenti; anatomia e fisiologia dell'apparato genitale; I legami affettivi e le relazioni; come sono nato; malattie sessualmente trasmesse e contraccezione. L'obiettivo è quello di rendere consapevoli i ragazzi dell'importanza di conoscere questa parte del proprio corpo e il suo funzionamento e imparare a prendersene cura in maniera più consapevole, rispettando i confini con l'altro. Si vuole portare a una riflessione sugli aspetti sia fisici che emotivi dei cambiamenti legati alla pubertà e alle emozioni che suscitano le prime relazioni. Gli incontri si svolgono tra ottobre e maggio e sono tenuti dall'ostetrica e/o ginecologa e dalla psicologa. Gli argomenti subiranno delle modifiche nei contenuti a seconda delle classi coinvolte. **Il Laboratorio viene proposto alle Scuole Primarie (classi V) e Secondarie di I grado (classi III). Su richiesta viene portato anche nelle Scuole Secondarie di II grado.**

- **AST Ancona.** *Consultorio Familiare (sede di Fabriano):* Dott.ssa Lisa Lenci, e-mail: lisa.lenci@sanita.marche.it, Dott.ssa Daniela Liguori, e-mail: daniela.liguori@sanita.marche.it, tel. 800231515 (numero verde del Consultorio di Fabriano), Dott.ssa Katia Bellucci, e-mail: katia.bellucci@sanita.marche.it

SCUOLE SECONDARIE DI I GRADO

“AFFARIDICUORE VA A SCUOLA”

Percorso formativo su relazioni e sessualità rivolto agli studenti e alle studentesse delle **III classi delle Scuole Secondarie di I grado**. Il progetto si pone l'obiettivo di aiutare i preadolescenti a sviluppare attitudini e competenze per quanto riguarda le relazioni, l'affettività e la sessualità e a viverla in modo consapevole e sicuro, sviluppando una maggiore consapevolezza e rispetto di sé e dell'altro. Ponendosi in un'ottica formativa, il progetto vuole fornire informazioni corrette sui temi dell'affettività e della sessualità per incoraggiare comportamenti preventivi, attraverso il potenziamento delle competenze relazionali ed emotive quali l'autoconsapevolezza, l'empatia, la capacità di prendere decisioni, fattori determinanti per il benessere e la salute. Il programma nasce da una collaborazione tra il Consultorio di Ancona e il Comune di Ancona “Ufficio Città Sane” ed è svolto nel territorio di Ancona e di Falconara e comuni limitrofi afferenti a tali distretti.

Articolazione: 2 incontri di 2 ore con i ragazzi per un totale di 4 ore a classe; la possibilità di effettuare un incontro finale facoltativo rivolto ai ragazzi presso il Consultorio Familiare territorialmente competente, al di fuori dell'orario scolastico. I temi che verranno affrontati a scuola sono: cambiamenti del corpo, della mente e delle relazioni in adolescenza; modelli, stereotipi e pregiudizi relativi all'essere uomo e all'essere donna presenti nel nostro contesto familiare, sociale e mediatico; innamoramento, esperienze affettive in adolescenza, assertività nelle relazioni, autoconsapevolezza, comprensione dei sentimenti dell'altro, capacità di comunicare. I temi che verranno affrontati in Consultorio sono i seguenti: comportamenti sessuali sicuri (contraccezione, prevenzione delle gravidanze indesiderate e delle infezioni sessualmente trasmissibili).

- **AST Ancona.**
 - *Consultorio Familiare sede di Ancona:* Dott.ssa Valeria Bezzeccheri, e-mail: valeria.bezzeccheri@sanita.marche.it, Dott.ssa Federica Lanari, Dott.ssa Tiziana Gallo, Dott.ssa Silvia Zoppi
 - *Consultorio Familiare sede di Falconara:* Dott.ssa Solmas Talebi, Dott.ssa Cecilia Collamati, Dott.ssa Valeria Pigin

“CONOSCERSI PER AMARSI”

Il programma è indirizzato alle studentesse e agli studenti del terzo anno delle Scuole Secondarie di I grado. Si prevedono due incontri con il gruppo classe, di due ore ciascuno, a breve distanza uno dall'altro, coordinati dalla ginecologa e dall'ostetrica del Consultorio di Senigallia. La presenza è attualmente assicurata in tutte le classi terze del territorio di pertinenza del Consultorio. Il progetto, in linea con le indicazioni dell'OMS (Ufficio Regionale per l'Europa dell'OMS e BZgA, 2010), sviluppa le seguenti tematiche: discussione intorno ai cambiamenti del corpo durante la pubertà e sulla nascita di nuovi desideri di incontro con l'altro; riflessione sul tema del rispetto verso sé stessi e gli altri; esposizione dei metodi in uso per la prevenzione di gravidanze non desiderate; discussione sull'importanza di eseguire una corretta prevenzione contro le malattie a trasmissione sessuale. Le tematiche vengono affrontate anche tramite attività di circle time, brainstorming, lavori in piccoli gruppi e la visione di video. Obiettivo del progetto è implementare la conoscenza dei Servizi rivolti ai giovani presenti sul territorio, stimolare la discussione all'interno dell'ambiente scolastico intorno ai temi della sessualità e dell'affettività, dare informazioni rispetto alle malattie a trasmissione sessuale e alla contraccezione.

Sono previsti due incontri di 2 ore per ogni gruppo classe.

- **AST Ancona. Consultorio Familiare (sede di Senigallia):** Dott.ssa Lisa Lenci, Dott.ssa Laura Ginocchini, e-mail: a204.consultorio@sanita.marche.it

“GIOCO O SON SERIO?”***I SERIOUS GAMES A SCUOLA PER IMPARARE A GESTIRE LE EMOZIONI E LE RELAZIONI***

È un programma psicoeducativo di autoregolazione delle emozioni per favorire l'utilizzo consapevole e prevenire l'uso problematico di Internet, derivato dalla partecipazione alle azioni CCM 2018 del Ministero della Salute. L'uso problematico dei dispositivi tecnologici e di Internet e il numero crescente di ragazzi iperconnessi con conseguenze negative sulla loro salute mentale, rende necessaria l'attivazione di interventi nell'ambito delle attività scolastiche curricolari. Si tratta di promuovere resilienza, autostima e autoefficacia negli studenti attraverso il potenziamento delle abilità per la vita (*life skills*) come la gestione delle emozioni, il pensiero critico, il *problem solving*, ecc. La realizzazione in classe si basa su un programma strutturato di promozione della salute, attraverso strumenti multimediali interattivi, i *serious games*, per favorire l'acquisizione di abilità finalizzate alla prevenzione di fattori di rischio predisponenti il disagio mentale e la dipendenza. **Il Programma, rivolto ai ragazzi delle classi seconde e terze della Scuola Secondaria di I grado, è articolato in sessioni di lavoro condotte dagli insegnanti per i quali può essere prevista una formazione specifica di tre ore online o in presenza.** È previsto inoltre uno spazio per presentare il programma e accompagnare il mondo adulto (genitori, nonni e altri adulti significativi) a riflettere sui rischi dell'uso eccessivo di Internet e delle tecnologie. I partecipanti potranno scaricare i materiali dal sito <https://trentinosalutedigitale.com/ragazzi-consapevoli-in-rete/>

- **AST Ancona. Dipartimento Prevenzione Screening Oncologici – Servizio Promozione della Salute:** Dott.ssa Giusi Giacomini, segreteria: elisabett.bernacchia@sanita.marche.it, tel. 0718705591. STDP Ancona: Dott. Rodolfo Rabboni, email: rodolfo.rabboni@sanita.marche.it. Ambito Territoriale Sociale 11: Roberto Giachi (Cooperativa RES per Comune di Ancona)

“BE SAFE BE SMART! PROGRAMMA DI PROMOZIONE DELLACULTURA DELLA SICUREZZA SUL LAVORO ATTRAVERSO LA PEER EDUCATION”

La salute e la sicurezza sul lavoro rappresentano purtroppo un argomento di grande attualità in considerazione dell'elevato numero di infortuni spesso causati dalla scarsa esperienza e dalla mancata formazione dei lavoratori. Con tale iniziativa che nasce dalla collaborazione fra Dipartimento Prevenzione e Istituti Scolastici del territorio, pertanto, si mira a formare i giovani in materia di prevenzione dei rischi utilizzando la peer education o educazione tra pari per costruire insieme metodologie adatte a promuovere più consapevolezza. La PE è un metodo educativo in cui alcuni ragazzi (peer educator), opportunamente formati e supervisionati dal personale AST e supportati dagli insegnanti di riferimento, sono messi in grado di rientrare nelle classi per fare degli interventi rivolti ai compagni e all'intero Istituto. Ciò favorisce una partecipazione più attiva dei ragazzi puntando a: potenziare un comportamento rispettoso e conforme alle normative di sicurezza; aumentare la consapevolezza del rischio per la salute e sicurezza nel mondo lavorativo; incentivare la responsabilità individuale per la sicurezza propria e dei colleghi/compagni; fornire elementi base di comunicazione fra pari. L'iniziativa promossa e coordinata dallo SPSAL di Ancona vede la collaborazione del Servizio Promozione della Salute AST Ancona e del STDP Ancona.

Destinatari. Studenti delle classi terze e quarte (che formati come peer educator sensibilizzeranno i loro compagni del biennio) degli Istituti Secondari di 2° AST Ancona prioritariamente a indirizzo tecnico/professionale.

L'articolazione del programma di lavoro, i tempi e le modalità saranno discussi con i docenti referenti, ma in linea di massima si prevede:

- 1) Incontro iniziale con il Dirigente Scolastico e i docenti referenti per la presentazione del programma e al fine di condividere obiettivi, metodologie e tempistiche
 - 2) Incontro di formazione per tutte le classi seconde dell'IIS sulle tematiche del programma e consegna della dispensa
 - 3) Tre incontri di formazione/monitoraggio in presenza di due ore ciascuno per i peer educator jr per fissare le conoscenze e simulare le attività da svolgere in classe
 - 4) Re-ingressi dei peer nelle classi seconde con il supporto docenti
 - 5) Incontro finale di due ore in presenza per docenti referenti, peer educator jr al fine di condividere risultati, considerazioni e spunti di riflessione. In tale occasione verranno consegnati attestati di partecipazione ed eventuali gadget.
- **AST Ancona. UOC PSAL - Servizio Prevenzione e Sicurezza Luoghi di Lavoro:** Dr.ssa Barbara Balzani, barbara.balzani@sanita.marche.it, 071 8705602/5844/5924; Servizio Promozione della Salute, Dott.ssa Elisabetta Bernacchia, elisabett.bernacchia@sanita.marche.it, 071/8705591

“EDUCARE AL BENESSERE AFFETTIVO, EMOTIVO E FISICO”

Il progetto è rivolto alle scuole secondarie di secondo grado del territorio distrettuale del Consultorio Familiare di Jesi con l'obiettivo di promuovere la diffusione del benessere prevenendo l'insorgenza di forme di disagio. Gli incontri si svolgono tra ottobre e maggio e sono tenuti dalla Psicologa e dall'Ostetrica. Allo scopo di facilitare sia la comprensione delle tematiche che la discussione di gruppo si preferisce fare l'intervento con un'unica classe alla volta. Da anni realizziamo questo progetto e l'esperienza che abbiamo maturato ci ha confermato l'importanza di affrontare i diversi argomenti relativi sia alla sfera emozionale e affettiva che quelli relativi alla salute sessuale e riproduttiva. Riteniamo che tutto ciò è di fondamentale importanza per lo sviluppo dell'individuo soprattutto nelle fasi di preadolescenza e adolescenza nelle quali i ragazzi cominciano a definire le proprie scelte personali e sociali. L'obiettivo è quello di facilitare i ragazzi ad acquisire conoscenza e consapevolezza delle emozioni proprie e altrui, favorire una educazione all'affettività che promuova la stima di sé, la consapevolezza dei propri vissuti interiori e l'autonomia di vedute in un ambiente sicuro e rispettoso. Il progetto ha anche lo scopo di informare i giovani sulle opportunità offerte dalla struttura risulta essere in grado di rispondere ai loro bisogni anche in modo personalizzato.

- **AST Ancona.** Consultorio Familiare (sede di Jesi): Dott.ssa Barbara Tomassoni, e-mail: barbara.tomassoni@sanita.marche.it , tel. 0731/534697; Ostetrica Anna Maria Coperchio, e-mail annamaria.coperchio@sanita.marche.it: tel. 0731/534665

PROPOSTE PER LE SCUOLE DELL'AST DI ASCOLI PICENO

SCUOLE DI OGNI ORDINE E GRADO

“GUADAGNARE SALUTE... CON LE LIFE SKILLS”

È un programma di *Life Skills Education* che ha l'obiettivo di promuovere la salute psico-sociale dei soggetti in età evolutiva attraverso l'apprendimento ed il rafforzamento delle *life skills*, competenze emotive, relazionali e cognitive trasversali “...che è necessario apprendere per mettersi in relazione con gli altri, per affrontare i problemi, le pressioni e gli stress della vita quotidiana” (Bollettino OMS, Skills for Life, n.1, 1992). Il programma si colloca in linea con le indicazioni dell'OMS, dell'Istituto Superiore di Sanità, con il programma del Ministero della Salute “*Guadagnare Salute. Rendere facili le scelte salutari*” e con il PRP della Regione Marche 2020-2025 (Programma PP1 “*Scuole che Promuovono Salute*”). Nel 2021 è stato riconosciuto dall'Unione Europea come una delle “*Best Practices*” europee nell'area “*Specific non-communicable disease or group of diseases*”.

È rivolto agli insegnanti e agli alunni delle Scuole dell'Infanzia, Primarie e Secondarie di I e II grado; attraverso attività individuali e di gruppo proposte dai **docenti appositamente formati**, gli alunni avranno a disposizione due percorsi ludico-esperienziali:

- ✓ “*Guadagnare Salute...con le life skills*”, finalizzato allo sviluppo ed al potenziamento delle principali abilità emotive (*Gestione delle emozioni, Consapevolezza di sé, Gestione dello stress*), sociali (*Relazioni efficaci, Comunicazione efficace, Empatia*) e cognitive (*Pensiero Creativo, Pensiero Critico, Problem Solving e Decision Making*);
- ✓ “*Sani Stili di Vita...con le life skills*”, finalizzato alla promozione della salute ed alla prevenzione dei comportamenti a rischio per le principali Malattie Croniche Non Trasmissibili derivanti dal consumo di alcol, dal tabagismo, dall'alimentazione scorretta e dall'inattività fisica; il percorso prevede attività tematiche sui vari temi di salute attraverso la metodologia della *Life Skills Education*. È rivolto ai Docenti senior (formati nel percorso “*Guadagnare Salute... con le life skills*” nel precedente a.s.)

Per le Scuole dell'Infanzia e Primarie potrà essere attivato anche il percorso integrativo “*A casa con mamma e papà*”, parallelo a quelli di *Life Skills Education* svolti in classe, per promuovere il potenziamento delle *life skills* in famiglia attraverso **attività proposte dai genitori**.

I corsi verranno attivati in presenza e on-line. Ai docenti verranno forniti i Manuali contenenti le attività da proporre agli alunni e/o ai genitori.

- **AST Ascoli Piceno.** UOSD Promozione Educazione Alla Salute (PEAS)- Dipartimento di Prevenzione: Dott.ssa Maria Grazia Mercatili, Dott.ssa Giulia Del Vais e Dott. Daniele Luciani, e-mail z13.peas@sanita.marche.it, tel. 0736/358032; Lega Italiana Lotta contro i Tumori (LILT) Ass.ne prov.le di Ascoli Piceno: Dott.ssa Aniela Corsini, Dott.ssa Irene Procacci, Dott.ssa Barbara Sbrolla, Dott.ssa Maria Flavia Silvaggio, Claudia Panichi

SCUOLE DI OGNI ORDINE E GRADO

"PROMOZIONE DI SANI STILI DI VITA E PREVENZIONE DEI DISTURBI VOCALI"

Il Laboratorio ha l'obiettivo di promuovere stili di vita salutari per la prevenzione delle principali Malattie Croniche Non Trasmissibili (MCNT) e di prevenire i principali disturbi vocali da cui sono affetti, in particolar modo, gli insegnanti. Utilizzando la metodologia della *Life Skills Education*, il Laboratorio si articola in

- quattro incontri teorico-esperienziali, in presenza, della durata di due ore ciascuno durante i quali verranno proposti esercizi individuali e di gruppo finalizzati alla prevenzione dei disturbi vocali
- un incontro teorico, on-line, della durata di due ore sui sani stili di vita.

Il Laboratorio è rivolto ai docenti delle scuole di ogni ordine e grado.

- **AST Ascoli Piceno. UOC Medicina Fisica e Riabilitativa:** Dott. Alfredo Fioroni, Dott.ssa Barbara Antognozzi, Dott.ssa Maria Valentina Traini e Dott.ssa Luciana Virgili. **UOSD Promozione Educazione Alla Salute (PEAS)- Dipartimento di Prevenzione:** Dott.ssa Maria Grazia Mercatili, Dott.ssa Giulia Del Vais e Dott. Daniele Luciani, e-mail z13.peas@sanita.marche.it, tel. 0736/358032

SCUOLE DELL'INFANZIA, PRIMARIE E SECONDARIE DI I GRADO

"CONOSCERE PER SCEGLIERE ED AGIRE:**SALE IODATO, INTOLLERANZE E ALLERGIE ALIMENTARI, ETICHETTATURA E ALTRO"**

Si tratta di una specifica azione prevista dal PRP 2020-25 nell'ambito del PP01 "Scuole che Promuovono Salute". Il modulo formativo messo a punto ha come obiettivo quello di aumentare la consapevolezza delle reazioni avverse al cibo, componente in costante crescita dei quadri clinici riscontrati nelle diverse fasce di età, di adeguare le conoscenze sui temi riguardanti la sana alimentazione e la sicurezza alimentare. Offre inoltre l'occasione di riflettere sull'importanza dei sistemi di comunicazione per la tutela della salute dei soggetti allergici e intolleranti, in ambito scolastico. Gli argomenti del corso formativo sono: celiachia, intolleranze e allergie alimentari; etichettatura degli alimenti; conservazione degli alimenti; taglio degli alimenti, riduzione del consumo di sale e uso di sale iodato e azioni preventive associate. **Riferimenti/obiettivi:** Regolamento (UE) n. 1169/2011 del Parlamento Europeo e del Consiglio del 25 ottobre 2011 relativo alla fornitura di informazioni sugli alimenti ai consumatori; linee di indirizzo nazionale per la ristorazione scolastica, revisionate dal Ministero della Salute il 28 ottobre 2021; Legge 4 Luglio 2005 n. 123 norme per la protezione dei soggetti malati di celiachia; Position Statement su "Uso di sale iodato in età adulta e in età pediatrica del "Ministero della Salute e dell'Istituto Superiore di Sanità"; (Legge 55/2005) raccomandazione di utilizzare "meno sale ma iodato". **Target:** insegnanti degli Istituti scolastici comprensivi e Scuole Paritarie, altro personale scolastico (amministrativo, operatori/assistenti scolastici), operatori del settore alimentare (OSA), componenti della Commissione Mensa e genitori interessati. **Strumenti:** diapositive. Documento "Gli aspetti nutrizionali della Ristorazione scolastica nelle Marche" redatto, dai professionisti sanitari dei SIAN, dal gruppo regionale per soddisfare l'obiettivo dell'azione 4. **Modalità di svolgimento:** ragione è proposta a tutti gli ISC e Scuole paritarie dell'AST e l'adesione è su base volontaria. Il modulo formativo prevede un impegno di tre ore ed i partecipanti possono scegliere tra la modalità on-line o in presenza. È prevista la partecipazione del rappresentante dell'Associazione Italiana Celiachia Marche. **Valutazione:** verifica di presenza sale iodato in almeno 18 strutture di ristorazione scolastica nell'ambito dei controlli ufficiali, come da indicatore del PRP e PIL-AST di AP. Questionario di valutazione per i partecipanti alla formazione.

- **AST Ascoli Piceno. UOC Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione:** Dott.ssa Benedetta Rosetti, tel. 0736/358930, A.S. Valentina Aurini, tel. 0736/358018, e-mail: sian.ast.ap@sanita.marche.it

"IL MERCOLEDÌ DELLA FRUTTA"

È un intervento regionale che nasce nel 2008, proposto dai Servizi Igiene degli Alimenti e Nutrizione (SIAN), successivamente inserito nei Piani Regionali della Prevenzione e che nel tempo è stato seguito da numerosi Istituti Scolastici. È rivolto alle classi degli ISC e Scuole Paritarie dell'AST di AP, infanzia, primaria e secondarie di primo grado. L'azione mira a promuovere il Consumo di frutta e verdura fresca di stagione per lo spuntino di metà mattina a scuola durante l'intervallo. L'apporto ideale, secondo CREA rev.2018, per una sana alimentazione è di 5 porzioni al giorno di frutta e verdura e lo spuntino diventa un momento favorevole per aumentarne il consumo. L'azione è semplice e conviviale, tanto che in modo autonomo gli insegnanti con i bambini/studenti, alla riapertura del nuovo anno scolastico riprendono in autonomia Il Mercoledì della Frutta, come buona abitudine consolidata. Inoltre l'intervento ha promosso il consumo di spuntini salutarie anche per gli altri giorni della settimana, tanto che in diverse realtà scolastiche gli insegnanti ed i genitori seguono le proposte del menù settimanale presente nell'Opuscolo "Scegli il tuo spuntino" redatto dal SIAN-AST di AP. *Target:* insegnanti degli ISC dell'AST di AP e Scuole Paritarie, genitori, nonni, componenti della Commissione mensa. *Metodologia:* azione educativa esperienziale. Gli insegnanti assumono il mandato di contestualizzare, nella loro funzione educativa, il consumo della frutta durante l'intervallo scolastico, rendendo l'esperienza stimolante e coinvolgente per i bambini. *Strumenti:* Pieghevole informativo "Mercoledì della frutta" per le famiglie, cartellone monitoraggio, calendario frutta e verdura, Opuscolo "Scegli il tuo Spuntino", Il Piatto Sano e il Codice europeo contro il cancro. *Modalità di svolgimento:* individuazione di almeno un insegnante di riferimento per ogni classe, condivisione degli obiettivi educativi del progetto e per la consegna dei materiali specifici a supporto/rinforzo dell'azione. *Aspetti di condivisione e comunicazione:* gli insegnanti referenti comunicano e condividono l'intervento con i rappresentanti dei genitori delle classi coinvolte ed anche tramite il portale/archivio dell'IC. *Monitoraggio:* registrazione dei consumi su appositi cartelloni del "Mercoledì della Frutta".

- **AST Ascoli Piceno.** UOC Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione: A.S. Valentina Aurini, tel. 0736/358018, e-mail: sian.ast.ap@sanita.marche.it

"LA COMMISSIONE MENSA PER PROMUOVE SALUTE"

La Commissione Mensa (C.M.) è un organismo complesso istituito dal titolare della mensa scolastica (Comune o Scuola paritaria/Asilo nido). La C.M. rappresenta soprattutto i bambini che usufruiscono del pasto a mensa e funge da collegamento tra utenza e titolare del Servizio per i diversi bisogni, richieste e osservazioni che provengono dall'utenza stessa. Opera un monitoraggio dell'accettabilità del pasto e della qualità del Servizio attraverso idonei strumenti di valutazione ed esercita un ruolo consultivo per quanto riguarda il menù scolastico, le modalità di erogazione del servizio e i capitolati d'appalto, nonché interlocutore e partner nei diversi progetti/iniziative di educazione alimentare ai fini della promozione di scelte alimentari salutari fra tutti i genitori e l'intera comunità scolastica. *Riferimenti/collegamenti*: "Linee di indirizzo nazionale per la ristorazione scolastica" (Ministero della Salute 2010); aggiornamento delle linee con Decreto del 28 ottobre 2021; "Linee di indirizzo SIAN per il Regolamento della Commissione mensa 2015" e successive modifiche; regolamento della Commissione approvato con Delibera di Consiglio Comunale. *Target*: rappresentanti del Comune o Scuola paritaria/Asilo nido, rappresentanti dei genitori e degli insegnanti di ogni plesso sede di mensa. *Metodologia*: progettazione partecipata del modulo formativo tra l'Amministrazione comunale, l'OSA la Scuola e il SIAN dell'AST di AP. *Strumenti*: Opuscolo di comunicazione per gli aspetti organizzativi del corso; schede di valutazione rilevazione qualità organolettiche; scheda di registrazione di non conformità; capitolato d'appalto del servizio; scheda criteri nutrizionali dei menù scolastici; la Piramide della Dieta Mediterranea; il Codice europeo contro il cancro; opuscolo SIAN di AP "Scegli il tuo Spuntino"; Raccomandazione per la gestione del pasto al nido; Raccomandazione per la gestione dei menù scolastici. *Modalità di svolgimento*: i componenti parteciperanno ad un corso di formazione di almeno 4 ore in due sessioni: 2 ore in aula e 2 ore sul campo, presso i centri cottura e/o refettori affiancati dagli operatori del SIAN di AP. La documentazione alla formazione è il presupposto essenziale per i componenti della C.M. per poter svolgere i sopralluoghi. Pertanto viene rilasciato un Attestato che abilita allo svolgimento delle attività specifiche. Somministrazione questionario di valutazione pre e post corso formativo. *Rendicontazione*: il Presidente della C.M. redige la relazione dell'attività svolta a fine anno scolastico che invierà al Comune, alla Dirigenza scolastica e al SIAN.

- **AST Ascoli Piceno.** UOC Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione: Dott.ssa Benedetta Rosetti, tel. 0736/358930, A.S. Valentina Aurini, tel. 0736/358018, e-mail: sian.ast.ap@sanita.marche.it

**“LA GIUSTA ALIMENTAZIONE? LA TROVI A SCUOLA:
SINERGIE NUTRIZIONALI, AMBIENTALI E NON SOLO...”**

Il programma denominato "Mangiare con stile: attivare sinergie efficaci per una ristorazione scolastica sicura, consapevole e sostenibile" si compone di interventi flessibili, con l'obiettivo di coinvolgere sinergicamente tutti gli attori della mensa scolastica, intervenendo su più fronti e sviluppando le buone pratiche per la sostenibilità ed il contenimento degli sprechi. Preoccuparsi dello spreco alimentare presuppone attenzione al rapporto fra il cibo e la responsabilità verso se stessi, gli altri e il pianeta. Il processo di transizione verso una mensa più sostenibile parte da una analisi del contesto scolastico: Il Profilo dell'educazione al cibo sostenibile, strumento per valutare la situazione attuale, le priorità e le risorse della specifica comunità scolastica. *Target primario:* Docenti e Dirigenti scolastici, Personale ATA, Alunni/Studenti, Componenti Commissioni Mensa Scolastiche, Comuni, Operatori Settore Alimentare di mensa scolastica, Aziende di Ristorazione collettiva operanti nelle mense scolastiche, operatori di vending di prodotti alimentari a scuola. *Target secondario:* genitori, tutori, nonni e altri familiari, comunità. *Metodologia:* modello di progettazione partecipata intersettoriale e con la comunità con sviluppo di empowerment; modello psico-comportamentale "nudging - spinta gentile"; approccio sistemico-costruttivista e la didattica per competenze. Si realizza in piena collaborazione tra il mondo sanitario e il mondo scolastico e sociale (Enti Comunali) nelle sue diverse componenti ed eventuali altri stakeholder. *Strumenti:* i professionisti sanitari dei SIAN delle diverse Ast della Regione Marche hanno avviato una ricerca bibliografica e sitografica per arrivare ad individuare e selezionare le buone pratiche e materiali aggiornati che i destinatari riceveranno digitalmente. *Aspetti di comunicazione:* le attività di comunicazione saranno svolte attraverso redazione poster, depliant, opuscoli e tramite i siti/portali informatici della scuola e del Comune. *Modalità di svolgimento:* prevede un impegno di partecipazione formativa di 10 ore con la possibilità di essere inserita nella Piattaforma SOFIA e nella programmazione scolastica per soddisfare il fabbisogno formativo obbligatorio degli insegnanti. Fasi di svolgimento: Reclutamento di un ISC dell'AST di appartenenza, come da indicatore del PRP Costituzione del gruppo di lavoro (Dirigente Scolastico, Componente della C.M., Assessore del comune, Dirigente amministrativo del servizio di ristorazione scolastica, OSA/cuoca della mensa, educatrice del comune, Istruttore del comune, professionisti sanitari SIAN) Incontro in presenza o on line per la presentazione del percorso, lettura e condivisione di alcuni materiali selezionati dai partecipanti. Incontro in presenza per la Stesura del Profilo dell'educazione al cibo sostenibile a scuola e spreco alimentare per l'analisi di contesto evidenziandone le priorità Rielaborazione e restituzione del Profilo Scelta delle priorità ed avvio delle azioni specifiche Scheda di rendicontazione delle pratiche raccomandate/ buone pratiche Supervisione, monitoraggio e stato di avanzamento del percorso Gli elementi di flessibilità inseriti nella linea di programma "Mangiare con stile: attivare sinergie efficaci per una ristorazione scolastica sicura, consapevole e sostenibile" ricomprendono:

a) Quantificazione dello spreco alimentare nelle mense scolastiche partecipato con alunni, docenti, OSA (Operatori del Settore Alimentare) secondo le azioni di comprovata efficacia descritte in "REDUCE", negli istituti con mensa scolastica di scuole infanzia, primaria, secondaria I grado.
<https://maestranatura.iss.it/#/app>
https://scholar.google.com/citations?hl=it&user=pbAikRQ&size=80&citation_for_view=DbAikRQAAAAJ^frVoPGSRksC

b) Percorso didattico standardizzato di Educazione Alimentare "Maestra Natura" per scuole primaria e secondaria I grado <https://maestranatura.iss.it/#/app> Progetto dell'Istituto Superiore di Sanità realizzato grazie al contributo assicurato dal Ministero della Salute, Direzione generale per l'igiene e la sicurezza degli alimenti e la nutrizione.

c) Altra eventuale iniziativa proposta dalla Scuola opportunamente validata.

d) Azioni con la Comunità: partecipazione ad almeno una giornata* di sensibilizzazione sui temi della nutrizione, riduzione degli sprechi, dieta mediterranea e sostenibilità del cibo con il coinvolgimento di Associazioni regionali/locali es. Laboratorio Piceno della Dieta Mediterranea e altri Enti locali per intervento informativo sulla dieta mediterranea e aperto alla comunità.

*esempi di possibili occasioni annuali internazionali e/o nazionali:

Giornata Internazionale della consapevolezza sulle perdite e gli sprechi alimentari;

Giornata mondiale dell'alimentazione;

Giornata nazionale di prevenzione degli sprechi alimentari;

Giornata mondiale dell'acqua;

Giornata mondiale della terra;

Giornata mondiale della diversità culturale per il dialogo e lo sviluppo

Possibile adesione all'iniziativa locale "A scuola di menu" giornata di menu orientato alla riduzione dell'impatto ambientale condiviso nelle mense scolastiche di un territorio e inserita nella

programmazione nazionale "Green Food Week";

Altra giornata individuata dall'Istituto.

- **AST Ascoli Piceno.** UOC Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione: Dott.ssa Benedetta Rosetti, tel. 0736/358930, A.S. Valentina Aurini tel. 0736/358018, e-mail: sian.ast.ap@sanita.marche.it

SCUOLE PRIMARIE

"E VAI CON LA FRUTTA..."

L'iniziativa chiamata BUONE PRATICHE SULL'ALIMENTAZIONE "... e Vai con la Frutta", promossa dai Ministeri della Salute e dell'Istruzione e già coordinata nel 2010/2011 dalla Regione Toscana in collaborazione con le Regioni Campania, Marche, Puglia e Sicilia, promuove il consumo di prodotti ortofrutticoli freschi fra i bambini/ bambine delle scuole primarie classe III. È presente nel Programma "Guadagnare Salute: rendere facili le scelte salutari" (DPCM il 4 Maggio 2007) ed è stato inserito nei Piani Regionali della Prevenzione Marche. *Target:* insegnanti delle classi terze individuate come da indicatore regionale. *Strumenti:* il Kit didattico – educativo "L'Asino Ettore & Co" sviluppato nell'ambito del progetto Buone Pratiche sull'alimentazione è composto da un libro per bambini/bambine e da una guida per l'insegnante. Questi strumenti didattici sono articolati in modo sistematico: una prima parte descrittiva, d'inquadramento generale; ne segue una più operativa in cui si suggeriscono varie attività da fare con i bambini, descrivendone le life skills, gli ambiti disciplinari coinvolti, gli obiettivi formativi e didattici. *Metodologia:* è quella dell'educazione attiva, dove i bambini sono invitati a scoprire, ad osservare, a sperimentare in modo nuovo a cominciare da se stessi ma aprendosi all'altro. L'intervento inoltre è interdisciplinare e gli insegnanti potranno scegliere le tematiche che più si integrano con programmi scolastici e le varie unità educative di apprendimento. *Modalità di svolgimento:* formazione degli insegnanti referenti delle classi terze della primaria per condividere gli obiettivi educativi del progetto e le modalità di gestione degli strumenti. *Aspetti di condivisione e comunicazione:* gli insegnanti referenti comunicano e condividono l'intervento con i rappresentanti dei genitori delle classi coinvolte e sul portale/archivio dell'IC. *Rendicontazione:* compilazione della scheda "...E vai con la frutta" progetto educativo sui sani stili di vita in cui si descrive il percorso attivato durante l'anno. *Sostenibilità:* vincolata dalla disponibilità dei Kit Didattici/ "L'Asino Ettore e CO" in dotazione presso le rispettive AST della regione Marche.

- **AST Ascoli Piceno.** UOC Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione: A.S. Valentina Aurini tel. 0736/358018, e-mail: sian.ast.ap@sanita.marche.it

“PIEDIBUS E PERCORSI SICURI CASA-SCUOLA”

Il programma prevede di promuovere una mobilità sostenibile, attiva e sicura mediante interventi per incrementare la *walkability* dell'ambiente urbano e la messa in sicurezza nei percorsi casa-scuola. Il ruolo delle Aziende Sanitarie Territoriali (AST) è quello di contribuire alla promozione dell'abitudine al cammino nella vita di tutti i giorni e alla prevenzione degli incidenti stradali, mediante interventi di *advocacy* presso gli Istituti scolastici e i comuni aderenti. L'obiettivo è quello di fornire indicazioni pratiche e favorire la creazione di un servizio di mobilità sostenibile in condizioni protette, in grado di promuovere l'attività fisica negli **alunni delle Scuole Primarie**, la mobilità sostenibile e ridurre il traffico e l'inquinamento. Il programma prevede la collaborazione tra Istituto Scolastico, Comuni, Polizia Locale, genitori, associazioni di volontariato. Le AST si impegnano a fornire consulenza alle scuole, Comuni, genitori e associazioni di volontariato e predisporre il materiale informativo.

- **AST Ascoli Piceno.** Dipartimento di Prevenzione. UOC Igiene e Sanità Pubblica: Dott. Claudio Angelini, e-mail: sisp.av5@sanita.marche.it, tel. 0736/358016; UOSD Promozione Educazione Alla Salute (PEAS): Dott.ssa Maria Grazia Mercatili, e-mail: z13.peas@sanita.marche.it, tel.0736/358032

SCUOLE SECONDARIE DI I GRADO

“INFEZIONI SESSUALMENTE TRASMISSIBILI E CONTRACCEZIONE”

È un programma che prevede uno o più incontri con gli operatori del Dipartimento di Prevenzione o provenienti da altri Dipartimenti (per es. ginecologi, psicologi, ostetriche o assistenti sanitari) sulle principali Infezioni Sessualmente Trasmissibili, sui metodi contraccettivi, sui cambiamenti puberali e adolescenziali, sul rispetto per se stessi e per gli altri e sulle eventuali domande poste dagli studenti. Si tratta di **incontri rivolti agli alunni delle classi terze degli Istituti Secondari di I grado** che hanno la finalità di fornire informazioni di salute precise, sviluppando quelle competenze sociali, cognitive ed emotive (*life skills*) indispensabili per migliorare il benessere dei giovani e accrescere le loro capacità nell'effettuare scelte consapevoli, responsabili e rispettose di sé e dell'altro nel campo della sessualità e dell'affettività. Tale programma risulta, inoltre, in linea con le linee indicate dal Ministero della Salute (2020) e dall'OMS (Ufficio Regionale per l'Europa dell'OMS e BZgA, 2010).

- **AST Ascoli Piceno.** UOSD Promozione Educazione Alla Salute (PEAS)- Dipartimento di Prevenzione: Dott.ssa Maria Grazia Mercatili, Dott.ssa Giulia Del Vais e Dott. Daniele Luciani, e-mail z13.peas@sanita.marche.it, tel. 0736/358032; Consultorio Familiare- Cure Tutelari: Dott.ssa Sonia Concetti; Lega Italiana Lotta contro i Tumori (LILT) Ass.ne prov.le di Ascoli Piceno: Dott.ssa Valentina Pennesi

SCUOLE SECONDARIE DI II GRADO

“GUADAGNARE SALUTE CON LA LILT”

Nell’ambito della prevenzione primaria, da alcuni anni la LILT ha attivato a livello regionale il programma “Guadagnare salute con la LILT”, finalizzato alla realizzazione di una programmazione organica di interventi di promozione della salute e prevenzione oncologica dagli istituti scolastici dall'Infanzia alle scuole secondarie di secondo grado, sull’importanza di una corretta alimentazione e dei corretti stili di vita. Nel 2022/2023 il progetto si è svolto in collaborazione con i Ministeri dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca, il Ministero della Salute, il Ministero dell'Agricoltura e con la Rete Nazionale degli Istituti Alberghieri (Re.Na.I.A.), con coinvolgimento importante dei corsi di Laurea Universitari e Post Universitari. L’Associazione Provinciale di Reggio Emilia è stata individuata quale LILT capofila, mentre a livello locale l’attività verrà svolta mediante il supporto della relativa associazione provinciale LILT.

Il progetto prevede:

- formazione centrale dei Docenti online con “*corso accreditato S.O.F.I.A*”

- programma “*Cibo: Gusto e Salute*” per gli Istituti Alberghieri

- **AST Ascoli Piceno.** UOSD Promozione Educazione Alla Salute (PEAS)- Dipartimento di Prevenzione: Dott.ssa Maria Grazia Mercatili, Dott.ssa Giulia Del Vais e Dott. Daniele Luciani, e-mail z13.peas@sanita.marche.it, tel. 0736/3580322; Lega Italiana Lotta contro i Tumori (LILT) Ass.ne prov.le di Ascoli Piceno: Dott.ssa Aniela Corsini

SCUOLE SECONDARIE DI II GRADO

“I CENTRI DI INFORMAZIONE E CONSULENZA (C.I.C.)”

Il C.I.C. (ex art.106 DPR 309/90) è un servizio gratuito erogato presso gli Istituti Secondari di II grado del territorio di competenza finalizzato alla realizzazione di un’azione di prevenzione primaria dei comportamenti a rischio, di educazione e di promozione della salute dei giovani al fine di individuare precocemente situazioni di disagio e di favorire lo sviluppo di un’autonoma e positiva identità. Le principali azioni del C.I.C. sono l’attività di ascolto, condotta secondo il modello del colloquio motivazionale breve e l’attività di informazione/prevenzione nelle classi attraverso la partecipazione attiva dei giovani coinvolti secondo il modello dell’influenza sociale e delle life -skills.

Tali azioni non sono rivolte solo agli studenti, ma anche alle loro famiglie e al personale scolastico.

Le azioni del C.I.C. possono essere svolte da psicologi, sociologi, medici, educatori o altri operatori del DDP a seguito della stipula di un Protocollo operativo delle attività C.I.C. con i Dirigenti Scolastici dei diversi territori.

- **AST Ascoli Piceno.** Dipartimento Dipendenze Patologiche (DDP): Dott.ssa Fabiana Faiella, Responsabile Servizio Territoriale Dipendenze Patologiche, e-mail: fabiana.faiella@sanita.marche.it, tel. 0736/358389

SCUOLE SECONDARIE DI II GRADO

“NASTRO ROSA. PREVENZIONE DEI TUMORI ALLA MAMMELLA”

La Campagna nazionale della LILT “*Nastro Rosa*” ha l’obiettivo di sensibilizzare le donne sull’importanza della prevenzione e della diagnosi precoce dei tumori della mammella, una delle patologie tumorali più frequenti ed attualmente con un *trend* in crescita. Tra gli strumenti fondamentali per combattere il tumore al seno vi sono la diagnosi precoce in donne sempre più giovani ed il coinvolgimento attivo del mondo scolastico femminile (corretta informazione e insegnamento dell’autopalpazione mensile).

L’iniziativa prevede un incontro teorico- pratico sulla prevenzione dei tumori e sull’insegnamento dell’autopalpazione del seno; è rivolta alle studentesse delle **classi quarte e quinte** delle Scuole Secondarie di II grado del territorio dell’AST di Ascoli Piceno,

- **AST Ascoli Piceno.** UOSD Promozione Educazione Alla Salute (PEAS)- Dipartimento di Prevenzione: Dott.ssa Maria Grazia Mercatili, Dott.ssa Giulia Del Vais, Dott. Daniele Luciani, A.S. Anna Graziella Agatiello, e-mail z13.peas@sanita.marche.it, tel. 0736/358032; *Lega Italiana Lotta contro i Tumori (LILT) Ass.ne prov.le di Ascoli Piceno*: Dott. Raffaele Trivisonne, Dott.ssa Paola Centini

SCUOLE SECONDARIE DI II GRADO

“PEER EDUCATION E SANI STILI DI VITA”

È un programma di prevenzione dei comportamenti a rischio legati all’alcol ed alla sicurezza stradale, al fumo, alle Infezioni Sessualmente Trasmissibili e alla Contraccezione attraverso l’educazione tra pari rivolto agli **studenti degli Istituti Secondari di II grado**. La *Peer Education* viene considerata un approccio metodologico efficace per promuovere sani e corretti stili di vita in adolescenza e prevenire comportamenti a rischio nel contesto scolastico. Si tratta di una metodologia in base alla quale alcuni membri di un gruppo vengono formati su precise tematiche di salute e reinseriti nel gruppo di appartenenza per trasmettere ai loro pari informazioni di salute corrette, promuovere le cosiddette abilità per la vita (*life skills*), avviare dinamiche di partecipazione attiva, permettendo così di assumere scelte più consapevoli e responsabili nel campo della salute. Tale programma risulta, inoltre, in linea con le linee indicate dall’OMS (Ufficio Regionale per l’Europa dell’OMS e BZgA, 2010), dall’Istituto Superiore di Sanità (2008), dal Progetto Nazionale “Guadagnare salute in adolescenza” (Ministero della Salute, 2010) e dal Piano Regionale della Prevenzione 2020-2025 (PP1 “*Scuole che Promuovono Salute*”). Tale programma può essere eventualmente svolto anche presso gli Istituti Secondari di I grado con gli argomenti alcol e sicurezza stradale, fumo, alimentazione e attività fisica.

- **AST Ascoli Piceno.** UOSD Promozione Educazione Alla Salute (PEAS)- Dipartimento di Prevenzione: Dott.ssa Maria Grazia Mercatili, Dott.ssa Giulia Del Vais e Dott. Daniele Luciani, e-mail z13.peas@sanita.marche.it, tel. 0736/358032; *Lega Italiana Lotta contro i Tumori (LILT) Ass.ne prov.le di Ascoli Piceno*: Dott.ssa Aniela Corsini, Dott.ssa Claudia Battistoni

PROPOSTE PER LE SCUOLE DELL'AST DI FERMO

SCUOLE DI OGNI ORDINE E GRADO

"GUADAGNARE SALUTE... CON LE LIFE SKILLS"

È un programma di *Life Skills Education* che ha l'obiettivo di promuovere la salute psico-sociale dei soggetti in età evolutiva attraverso l'apprendimento ed il rafforzamento delle *life skills*, competenze emotive, relazionali e cognitive trasversali "...che è necessario apprendere per mettersi in relazione con gli altri, per affrontare i problemi, le pressioni e gli stress della vita quotidiana" (Bollettino OMS, Skills for Life, n.1, 1992). Il programma si colloca in linea con le indicazioni dell'OMS, dell'Istituto Superiore di Sanità, con il programma del Ministero della Salute "*Guadagnare Salute. Rendere facili le scelte salutari*" e con il PRP della Regione Marche 2020-2025 (Programma PP1 "*Scuole che Promuovono Salute*"). Nel 2021 è stato riconosciuto dall'Unione Europea come una delle "*Best Practices*" europee nell'area "*Specific non-communicable disease or group of diseases*".

È rivolto agli insegnanti e agli alunni delle Scuole dell'Infanzia, Primarie e Secondarie di I e II grado; prevede la proposta agli alunni di attività individuali e di gruppo per il potenziamento delle *life skills* da parte di **docenti appositamente formati**. Il programma è finalizzato allo sviluppo ed al potenziamento delle principali abilità emotive (*Gestione delle emozioni, Consapevolezza di sé, Gestione dello stress*), sociali (*Relazioni efficaci, Comunicazione efficace, Empatia*) e cognitive (*Pensiero Creativo, Pensiero Critico, Problem Solving e Decision Making*).

Per le Scuole dell'Infanzia e Primarie potrà essere attivato anche il percorso integrativo "A casa con mamma e papà", parallelo a quello di *Life Skills Education* svolto in classe, per promuovere il potenziamento delle *life skills* in famiglia attraverso **attività proposte dai genitori**.

In base al numero di iscritti, i corsi verranno attivati in presenza e on-line (questi ultimi in collaborazione con l'UOSD Promozione Educazione Alla Salute- PEAS dell'AST di Ascoli Piceno). Ai docenti verranno forniti i Manuali contenenti le attività da proporre agli alunni e/o ai genitori.

- **AST Fermo. Servizio Territoriale Dipendenze Patologiche (STDP):** Dott.ssa Rosita Mori, e-mail rosita.mori@sanita.marche.it, tel. 0734/6257009

SCUOLE DI OGNI ORDINE E GRADO

“IL MERCOLEDÌ DELLA FRUTTA”

È un intervento regionale nato nel 2008, proposto dai Servizi Igiene degli Alimenti e Nutrizione (SIAN), successivamente inserito nei Piani Regionali della Prevenzione e che nel tempo è stato seguito da numerosi Istituti Scolastici. È rivolto sia alle scuole dell'infanzia e primaria che secondarie di primo e secondo grado. L'azione mira a promuovere il consumo di frutta e verdura fresca di stagione per i bambini/ragazzi in modo naturale, piacevole e abituale, per lo spuntino di metà mattina a scuola durante l'intervallo. Lo svolgimento, semplice e sostenibile, prevede la collaborazione delle/gli insegnanti e dei genitori che, in libera scelta, forniscono alle proprie bambine-i/ragazze-i frutta e/o verdura fresca di stagione come merenda di metà mattina a scuola, per favorirne il consumo da parte loro, almeno una volta a settimana (o anche più spesso) considerando che l'apporto ideale per una sana alimentazione è di 5 porzioni al giorno di frutta e verdura secondo CREA rev. 2018. Modalità di svolgimento: individuazione di un insegnante di riferimento per ogni classe, contatto via email o telefonico da parte del personale SIAN con le scuole aderenti qualora siano necessarie ulteriori informazioni, brevi incontri con gli insegnanti referenti e rappresentanti dei genitori per condividere gli obiettivi educativi del progetto e per la consegna dei materiali specifici e a supporto/rinforzo dell'azione. La modalità di espletamento degli incontri verrà concordata con i Dirigenti scolastici/ insegnanti referenti.

- **AST Fermo. UOC Igiene degli Alimenti e della Nutrizione:** Dott.ssa Martina Dichiarà, e-mail: martina.dichiarà@sanita.marche.it, tel. 0734/6253377; Dott.ssa Benedetta Valloni, e-mail: benedetta.valloni@sanita.marche.it, tel. 0734/6253377

SCUOLE DI OGNI ORDINE E GRADO

“SANI STILI DI VITA... CON LE LIFE SKILLS (GUADAGNARE SALUTE... CON LE LIFE SKILLS)”

È un programma di *Life Skills Education* che ha l'obiettivo di promuovere la salute e prevenire i comportamenti a rischio per le principali Malattie Croniche Non Trasmissibili derivanti dal consumo di alcol, dal tabagismo, dall'alimentazione scorretta e dall'inattività fisica; il percorso prevede attività tematiche sui vari temi di salute attraverso la metodologia della *Life Skills Education*.

È rivolto agli insegnanti *senior* (già formati al programma “Guadagnare Salute... con le life skills”) e agli alunni delle Scuole dell'Infanzia, Primarie e Secondarie di I e II grado; prevede la proposta agli alunni di attività individuali e di gruppo sui vari temi di salute attraverso la metodologia della *Life Skills Education*. È rivolto ai Docenti *senior* (formati nel percorso “Guadagnare Salute... con le life skills” nel precedente a.s.).

In base al numero di iscritti, i corsi verranno attivati in presenza e on-line (questi ultimi in collaborazione con l'UOSD Promozione Educazione Alla Salute- PEAS dell'AST di Ascoli Piceno). Ai docenti verranno forniti i Manuali contenenti le attività da proporre agli alunni e/o ai genitori.

- **AST Fermo. Servizio Territoriale Dipendenze Patologiche (STDP):** Dott.ssa Rosita Mori, e-mail: rosita.mori@sanita.marche.it, tel. 0734/6257009

SCUOLE DELL'INFANZIA, PRIMARIE E SECONDARIE DI I GRADO

“CONOSCERE PER SCEGLIERE ED AGIRE:**SALE IODATO, INTOLLERANZE E ALLERGIE ALIMENTARI, ETICHETTATURA E ALTRO”**

Si tratta di una specifica azione prevista dal PRP 2020-25 nell'ambito del PP01 “Scuole che Promuovono Salute”. Obiettivo è l'attuazione di un intervento complesso di formazione/informazione in ambito nutrizionale. **L'intervento è rivolto alla popolazione scolastica e suoi afferenti** (es. insegnanti, operatori di mensa, famiglie, ecc.). La prima fase riguarderà la costituzione di un gruppo di lavoro regionale intersettoriale e multidisciplinare che collabori alla progettazione dell'intervento formativo/informativo. Sarà il gruppo che si occuperà poi dell'attuazione dell'intervento. I temi affrontati riguarderanno intolleranze e allergie alimentari, etichettatura, utilizzo di sale iodato e altri temi connessi alla sana alimentazione tra cui in particolare il taglio degli alimenti in sicurezza. Le migliori conoscenze acquisite consentiranno la corretta gestione di situazioni specifiche quali il momento del pasto e/o merenda a scuola, laboratori, gite, uscite di classe, distributori automatici, ecc. e avranno una positiva ricaduta anche sulla popolazione generale. Gli alunni, gli insegnanti, il personale di mensa, le famiglie, e altri interessati destinatari dell'intervento, infatti, potranno fungere da moltiplicatori anche in altri ambienti.

- **AST Fermo. UOC Igiene degli Alimenti e della Nutrizione:** Dott.ssa Martina Dichiarà, e-mail: martina.dichiara@sanita.marche.it, tel. 0734/6253377; Dott.ssa Benedetta Valloni, e-mail: benedetta.valloni@sanita.marche.it, tel. 0734/6253377

SCUOLE DELL'INFANZIA, PRIMARIE E SECONDARIE DI I GRADO

“LA GIUSTA ALIMENTAZIONE? LA TROVI A SCUOLA:**SINERGIE NUTRIZIONALI, AMBIENTALI E NON SOLO...”**

È un'azione specifica prevista dal PRP 2020-25 nell'ambito del PP01 “Scuole che Promuovono Salute”. Obiettivo è modificare positivamente gli stili di vita individuali rendendo l'ambiente scolastico salutogenico. **Si rivolge a studenti, insegnanti, personale di mensa, rappresentanti degli Enti Locali e direttamente o indirettamente, alle famiglie.** Analogamente alla precedente, la realizzazione del percorso e il coordinamento di questa Azione sarà effettuato da un gruppo di lavoro regionale intersettoriale e multidisciplinare. Prevede una metodologia di tipo attivo-esperienziale (secondo il modello dell'influenza sociale) che favorisce la partecipazione diretta ed il coinvolgimento di tutti i portatori di interesse. Il programma include, secondo le buone pratiche per promuovere la qualità della ristorazione scolastica e dell'educazione ai consumi alimentari: promozione della Dieta Mediterranea, approccio positivo al cibo, lettura delle etichette alimentari, integrazione con le Unità Didattiche di apprendimento, collaborazione per i Patti educativi di corresponsabilità scuola-famiglia-sanità, riduzione dello spreco alimentare, conoscenza e riduzione dell'impatto ambientale delle abitudini alimentari, criteri etico culturali identitari del servizio mensa.

- **AST Fermo. UOC Igiene degli Alimenti e della Nutrizione:** Dott.ssa Martina Dichiarà, email: martina.dichiara@sanita.marche.it, tel. 0734/6253377; Dott.ssa Benedetta Valloni, e-mail: benedetta.valloni@sanita.marche.it, tel. 0734/6253377

“E VAI CON LA FRUTTA...”

L’Iniziativa chiamata BUONE PRATICHE SULL’ALIMENTAZIONE “... e Vai con la Frutta”, promossa dai Ministeri della Salute e dell’Istruzione e già coordinata nel 2010/2011 dalla Regione Toscana in collaborazione con le Regioni Campania, Marche, Puglia e Sicilia, promuove il consumo di prodotti ortofrutticoli freschi fra i bambini/ bambine delle scuole primarie classe III. È presente nel Programma “Guadagnare Salute: rendere facili le scelte salutari” (DPCM il 4 Maggio 2007) ed è stato inserito nei Piani Regionali della Prevenzione. Lo strumento operativo per lo svolgimento del percorso è il Kit didattico-educativo “L’Asino Ettore & Co”, composto da un libro per i bambini/ bambine delle Scuole Primarie e da una guida per l’insegnante. I contenuti spaziano anche su temi sensibili come l’amore e il rispetto per il prossimo, la natura, gli animali, l’ambiente e l’ecologia, il senso della convivenza con gli altri, il rispetto per chi ha più bisogno, l’inclusione di etnie diverse. Pertanto l’intervento è interdisciplinare e gli insegnanti potranno scegliere le tematiche che più si integrano con i curricula scolastici e le varie unità educative di apprendimento. Questi strumenti didattici sono articolati in modo sistematico: a una prima parte descrittiva, d’inquadramento generale, ne consegue una più operativa, in cui si suggeriscono varie attività da fare con i bambini, descrivendone sia le *life skills* e gli ambiti disciplinari coinvolti sia gli obiettivi formativi e didattici. Modalità di svolgimento: **incontri con gli insegnanti referenti delle classi terze delle Scuole Primarie ed i rappresentanti dei genitori** per condividere gli obiettivi educativi del progetto e per la consegna del Kit didattico. La modalità di espletamento degli incontri verrà concordata con i Dirigenti scolastici/ insegnanti referenti.

- **AST Fermo. UOC Igiene degli Alimenti e della Nutrizione:** Dott.ssa Martina Dichiarà, e-mail: martina.dichiara@sanita.marche.it, tel. 0734/6253377; Dott.ssa Benedetta Valloni, e-mail: benedetta.valloni@sanita.marche.it, tel. 0734/6253377

“RETE SENZA FILI. CONNESSIONI NAZIONALI. PROMUOVERE L’USO CONSALPEVOLE DEL DIGITALE NELLA SCUOLA PRIMARIA”

È un programma, già finanziato dal CCM - Ministero della Salute, rivolto ai docenti delle classi 4^a e 5^a delle Scuole Primarie e si propone di prevenire l’insorgenza della dipendenza da Internet attraverso azioni di riduzione del rischio di sviluppare un uso scorretto ed eccessivo di strumenti tecnologici (*social media*, videogiochi, *internet*, ecc.). Gli interventi sono volti a migliorare le competenze (*life skills*) dei ragazzi e favorire l’accesso dei soggetti a rischio ai servizi sociosanitari. Nel dettaglio si tratta di **formare gli insegnanti delle Scuole Primarie** su metodi e strumenti adeguati per affrontare con gli alunni i temi legati alle nuove tecnologie e invitare le scuole alla realizzazione di elaborati di classe (video, slogan, ecc.) su queste tematiche.

I Manuali e tutti i materiali utili potranno essere scaricati dal sito www.retesenzafili.it in cui sarà anche possibile iscriversi al Blog per ricevere costantemente articoli ed aggiornamenti sul progetto. Sono inoltre previsti degli incontri per accompagnare il mondo adulto (genitori, nonni e altri adulti significativi) e la comunità locale nella costruzione di un corretto rapporto con le nuove tecnologie e con i *social network* in un’ottica educativa che favorisca anche la relazione intergenerazionale.

Nell’anno scolastico 2025/2026 Il corso di formazione verrà attivato se perverranno al STDP un numero minimo di adesioni pari a 25.

- **AST Fermo. Servizio Territoriale Dipendenze Patologiche (STDP):** Dott.ssa Rosita Mori, e-mail: rosita.mori@sanita.marche.it, tel. 0734/6257009

“LEVEL UP OLTRE I VIDEOGIOCHI_CORSO DI FORMAZIONE PER DOCENTI”

Corso di formazione per gli insegnanti di matematica e non delle scuole superiori di primo e secondo grado, che si terrà nell'anno scolastico 2025/2026 con il Dott. Paolo Canova (o collaboratori) dell'Associazione Taxi 1729 con sede a Torino che da anni si occupa di matematica probabilistica e prevenzione al gioco d'azzardo. Gli obiettivi formativi del corso saranno i seguenti:

- Esplorare l'evoluzione del gaming e le sue implicazioni educative e cognitive.
- Comprendere le dinamiche del gioco d'azzardo e i meccanismi cognitivi sottostanti.
- Fornire strumenti didattici per sviluppare consapevolezza critica su azzardo, pubblicità, scommesse online e scelte economiche.

Destinatari. Docenti di matematica (o di altre materie se interessati ai contenuti del corso) della scuola secondaria di secondo grado e dell'ultimo anno della scuola secondaria di primo grado.

Articolazione: 3 incontri di formazione in presenza da 3-4 ore ciascuno, secondo il seguente schema:

Incontro 1. Level Up: oltre i videogiochi:

Luogo: sede della mostra interattiva “Level Up” (allestita da TAXI1729 in occasione del festival Fermhamente)

Contenuti: visita guidata alla mostra: evoluzione storica del gaming dagli anni '70 a oggi. Approfondimento sul modello di business dei videogiochi contemporanei: microtransazioni, loot box, gacha. Tecniche predatorie, dinamiche di engagement e similitudini con il gioco d'azzardo. Discussione finale: gaming e didattica, rischi e potenzialità.

Metodologia: visita guidata + attività esperienziali + riflessione collettiva.

Incontro 2. Le regole (nascoste) del gioco

Contenuti: ripasso di perdere è matematico: probabilità, aspettativa matematica e lungo periodo.

Laboratorio pratico: giochi online. Simulazione con Plinko. Riflessione finale: quali strumenti per l'educazione alla cittadinanza e al pensiero critico in classe sui temi trattati?

Metodologia: spiegazione + laboratorio pratico + confronto didattico.

Incontro 3. Azzardo online e scommesse sportive

Contenuti: analisi delle trappole mentali nel gioco d'azzardo: effetto framing, fallacia del giocatore, illusione del controllo. Il mondo dell'azzardo online: accessibilità, immediatezza, effetti cognitivi e sociali. Ripasso delle 10 dimensioni del rischio: un modello per valutare la pericolosità dei giochi. Scommesse sportive: dinamiche, algoritmi e percezione distorta delle probabilità. Analoghe dinamiche psicologiche tra trading speculativo e gioco d'azzardo. Riflessione finale: come insegnare agli studenti a distinguere rischio e incertezza. Analisi di spot pubblicitari, influencer, piattaforme di streaming.

Metodologia: lezione interattiva + esperimenti live + casi studio + attività pratiche.

- **AST Fermo. Servizio Territoriale Dipendenze Patologiche (STDP):** Dott.ssa Rosita Mori, e-mail: rosita.mori@sanita.marche.it, tel. 0734/6257009

“LEVEL UP OLTRE I VIDEOGIOCHI_LABORATORIO”

LABORATORIO a cura dell'associazione TAXI 1729 che da anni si occupa di matematica probabilistica e gioco d'azzardo, allestito durante il Festival della scienza a Fermo destinato ai ragazzi delle scuole secondarie di secondo grado e ai ragazzi dell'ultimo anno delle scuole secondarie di primo grado.

Si tratta di un laboratorio, in tutto simile a quello di Fisica o Chimica che si trova in molte scuole superiori. Il laboratorio esplora come sia cambiato il mondo dei videogiochi in questi 50 anni, analizzando in che modo l'avanzamento tecnologico e l'arrivo di internet abbiano trasformato radicalmente questo settore. Dai primi giochi a 8 bit agli universi virtuali iper-realistici di oggi, i videogiochi sono diventati sempre più complessi, accessibili e integrati nella nostra quotidianità. L'obiettivo del laboratorio è offrire strumenti per comprendere meglio un mondo capace di coinvolgere un numero sempre maggiore di persone, un universo ricco di opportunità ma non privo di rischi e stimolare una riflessione consapevole. Nell'arco di 50 anni di storia sono cambiate tante cose, ma interessa più delle altre: il modello di business delle software house. Le microtransazioni in game sono alla base di quasi tutti i prodotti sul mercato. Partendo da questo presupposto e osservando esempi concreti, i visitatori potranno riflettere sulle tecniche predatorie che si trovano in molti videogiochi.

Destinatari: Studenti della scuola secondaria di secondo grado e dell'ultimo anno della scuola secondaria di primo grado.

Articolazione: 1 ora per ogni gruppo composto da 25 persone circa.

- **AST Fermo. Servizio Territoriale Dipendenze Patologiche (STDP):** Dott.ssa Rosita Mori, e-mail: rosita.mori@sanita.marche.it, tel. 0734/6257009

“UNPLUGGED”

È un programma validato a livello internazionale per la prevenzione dell'uso di sostanze psicoattive (fumo, alcol, marijuana e altre droghe) basato sul modello dell'influenza sociale e sul potenziamento delle abilità per la vita (*life skills*). Per le sue caratteristiche di ritardare o prevenire la sperimentazione delle sostanze psicoattive, *Unplugged* è validato per i **ragazzi del secondo e terzo anno degli Istituti Secondari di I grado**. Il Programma, articolato in 12 unità didattiche, è condotto dagli insegnanti di riferimento nelle diverse classi secondo tecniche di pedagogia attiva. Gli insegnanti verranno formati con metodologie interattive volte all'acquisizione di competenze necessarie per lavorare sulle *life skills* e sull'influenza sociale, stesse metodologie che i docenti utilizzeranno in classe con gli studenti.

Nell'anno scolastico 2025/2026 Il corso di formazione verrà attivato se perverranno al STDP un numero minimo di adesioni pari a 25.

- **AST Fermo. Servizio Territoriale Dipendenze Patologiche (STDP):** Dott.ssa Rosita Mori, e-mail: rosita.mori@sanita.marche.it, tel. 0734/6257009

“APPLESCHOOL: DIGITAL DETOX”

Appleschool è un format/intervento che propone di riflettere sulle nuove dipendenze legate ad un utilizzo improprio del web e dei social network da parte dei ragazzi. In particolare si vuole aumentare la consapevolezza sull'uso, sui bisogni da esso veicolato e sugli eventuali rischi di poter sviluppare una dipendenza comportamentale. Un percorso che prevede, in diversi momenti, la riflessione su temi quali: qualità e quantità dell'esposizione al web; differenza fra la percezione legata alla diffusione e alla frequenza del comportamento e i dati della realtà; punti deboli e punti di forza dello strumento; attese, significati e bisogni legati all'uso e sperimentazione della “non connessione” ed emozioni suscitate. Il programma ha l'obiettivo di potenziare il senso critico nei ragazzi e acquisire una maggiore consapevolezza di come l'utilizzo dello strumento (telefono o altro) sia funzionale a modulare le emozioni. L'intervento prevede due fasi: nella prima un incontro in classe di 2 ore scolastiche, condotto da operatori del STDP che nella seconda parte dell'incontro propongono il “digital detox” (due o più studenti per classe volontariamente si candidano per sperimentare la quotidianità senza social network -Instagram, Snapchat, WhatsApp, etc – per una settimana). Conclusa la settimana di sperimentazione, si prevede un incontro di 1 ora scolastica per restituire alla classe i risultati dell'esperienza in termini di vissuti e consapevolezze. È rivolto agli studenti degli istituti secondari di II grado.

- **AST Fermo.** Servizio Territoriale Dipendenze Patologiche (STDP): Dott.ssa Rosita Mori, e-mail rosita.mori@sanita.marche.it, tel. 0734/6257009

“APPLESCHOOL: DRUGS... WHAT ELSE?!”

Secondo l'American Psychiatric Association (APA) la **dipendenza** è “un disturbo cronico derivante da fattori biologici, psicologici, sociali e ambientali che ne influenzano lo sviluppo e il mantenimento (APA, 2013). Questa definizione suggerisce la molteplicità di variabili che entrano in gioco nel momento in cui una persona sceglie o meno di usare una sostanza e ci spiega il motivo per cui solo una piccola percentuale, dei 16 milioni di giovani in Italia (fascia 11 – 34 anni), arrivi a sviluppare una dipendenza patologica. In un contesto come quello odierno in cui le sostanze hanno una diffusione capillare ed il loro uso sembra normalizzato e nuove molecole vengono continuamente introdotte sul mercato dalle narcomafie, è utile provare a capire quali sono i motivi che avvicinano un giovane alle sostanze e quali invece forniscono una protezione.

“Appleschool: Drugs....what else?!” è un intervento che propone di riflettere sui percorsi che possono avvicinare adolescenti e giovani all'uso di sostanze, ai rischi che tale pratica comporta, alle strategie che possono essere attuate per soddisfare i propri legittimi bisogni senza incorrere in comportamenti dannosi per la salute. Il percorso è rivolto quindi ai ragazzi del 4° anno della scuola secondaria superiore, un periodo di vita in cui magari alcune esperienze sono già state sperimentate in forma lieve ma si è maggiormente in grado di riflettere sulle motivazioni che spingono a mettere in atto comportamenti che possono essere potenzialmente molto pericolosi per l'individuo. Il focus dell'intervento viene spostato **dalle sostanze all'individuo** e si cerca di ragionare insieme sul perché ci si rivolge ad esse per raggiungere il proprio progetto di realizzazione e felicità, piuttosto che percorrere altre strade e strategie diverse. Per questo motivo il format è estremamente variabile e gli operatori costruiscono l'incontro insieme alla classe coinvolta piuttosto che proporre un percorso rigido ed organizzato a priori.

Un percorso che prevede, in diversi momenti, la riflessione su temi quali:

- Attese, significati e bisogni legati all'uso;
- Riflessione sulle sostanze disponibili nel mercato con un focus anche sul fentanyl e NPS (Novel Psychoactive Substances);
- Riflessione attraverso il Life-skill approach e problem-solving strategies per evidenziare le strategie protettive da poter utilizzare.

Destinatari. Ragazzi iscritti al quarto anno delle scuole secondarie di secondo grado

Il progetto si articola in n° 1 incontro in classe di 2 ore scolastiche

- **AST Fermo.** Servizio Territoriale Dipendenze Patologiche (STDP): Dott.ssa Rosita Mori, e-mail rosita.mori@sanita.marche.it, tel. 0734/6257009

SCUOLE SECONDARIE DI II GRADO

“APPLESCHOOL: SVAPO E NON SOLO”

“Il Convegno Nazionale Indagine sul fumo nei giovani – GYTS 2022” si è svolto all’Istituto Superiore di Sanità (ISS) il 28 aprile 2023. In questa occasione si è potuto fare il punto sulla situazione del consumo di tabacco e derivati in Italia da parte di adolescenti e giovani attraverso i dati aggiornati di autorevoli ricerche come il GYTS ed HBSC. La fotografia che ci restituiscono è quella di un consumo che, se negli anni scorsi stava diminuendo soprattutto nella popolazione adulta, attualmente è in crescita, soprattutto tra i giovani, trainato dai **nuovi prodotti** (*e-cig sigarette elettroniche ed HTP*) che si trovano in commercio, sta ricominciando a crescere. L’abitudine al fumo è un comportamento che si acquisisce precocemente e si consolida tra i 12 ed i 18 anni, per questo motivo l’ambito scolastico è un contesto privilegiato in cui affrontare il discorso per promuovere da un lato informazione (dal momento che per i nuovi prodotti in commercio non sono disponibili dati univoci verificati e definiti) dall’altro consapevolezza, soprattutto sui bisogni che l’uso del tabacco in qualche modo soddisfa nei giovani. I giovani infatti attribuiscono una funzione “regolatoria” del proprio corpo, come il controllo dell’umore e del peso, ma anche “relazionale”, legata alla sensazione di maturità ed indipendenza o di appartenenza al gruppo dei pari, che nel periodo dell’adolescenza assume grande rilevanza e può condizionare l’adozione di comportamenti a rischio per la salute.

“Appleschool_Svapo e non solo” un intervento che propone di riflettere sui motivi che avvicinano adolescenti e giovani al consumo di tabacco e derivati, ai rischi che tale pratica comporta, alle strategie che possono essere attuate per soddisfare i propri legittimi bisogni senza incorrere in comportamenti dannosi per la salute. Un percorso che prevede, in diversi momenti, la riflessione su temi quali:

- Attese, significati e bisogni legati all'uso
- Stato dell'arte della ricerca sui nuovi prodotti disponibili (sigarette elettroniche ed HTP)
- Riflessione attraverso il Life-skill approach e problem-solving strategies per fronteggiare l'uso di tabacco e derivati

Destinatari. Ragazzi iscritti al primo anno delle scuole secondarie di secondo grado

Il progetto si articola in n° 1 incontro in classe di 2 ore scolastiche

- **AST Fermo.** Servizio Territoriale Dipendenze Patologiche (STDP): Dott.ssa Rosita Mori, e-mail rosita.mori@sanita.marche.it, tel. 0734/6257009

“I CENTRI DI INFORMAZIONE E CONSULENZA (C.I.C.)”

Il C.I.C. (ex art.106 DPR 309/90) è un servizio gratuito erogato presso gli Istituti Secondari di II grado del territorio di competenza finalizzato alla realizzazione di un'azione di prevenzione primaria dei comportamenti a rischio, di educazione e di promozione della salute dei giovani al fine di individuare precocemente situazioni di disagio e di favorire lo sviluppo di un'autonoma e positiva identità. Le principali azioni del C.I.C. sono l'attività di ascolto, condotta secondo il modello del colloquio motivazionale breve e l'attività di informazione/prevenzione nelle classi attraverso la partecipazione attiva dei giovani coinvolti secondo il modello dell'influenza sociale e delle life -skills.

Tali azioni non sono rivolte solo agli studenti, ma anche alle loro famiglie e al personale scolastico.

Le azioni del C.I.C. possono essere svolte da psicologi, sociologi, medici, educatori o altri operatori del DDP a seguito della stipula di un Protocollo operativo delle attività C.I.C. con i Dirigenti Scolastici dei diversi territori.

- **AST Fermo. Servizio Territoriale Dipendenze Patologiche (STDP):** Dott.ssa Rosita Mori, e-mail rosita.mori@sanita.marche.it, tel. 0734/6257009

PROPOSTE PER LE SCUOLE DELL'AST DI MACERATA

SCUOLE DI OGNI ORDINE E GRADO

“GUADAGNARE SALUTE... CON LE LIFE SKILLS”

È un programma di *Life Skills Education* che ha l'obiettivo di promuovere la salute psico-sociale dei soggetti in età evolutiva attraverso l'apprendimento ed il rafforzamento delle *life skills*, competenze emotive, relazionali e cognitive trasversali “...che è necessario apprendere per mettersi in relazione con gli altri, per affrontare i problemi, le pressioni e gli stress della vita quotidiana” (Bollettino OMS, Skills for Life, n.1, 1992). Il programma si colloca in linea con le indicazioni dell'OMS, dell'Istituto Superiore di Sanità, con il programma del Ministero della Salute “*Guadagnare Salute. Rendere facili le scelte salutari*” e con il PRP della Regione Marche 2020-2025 (Programma PP1 “*Scuole che Promuovono Salute*”). Nel 2021 è stato riconosciuto dall'Unione Europea come una delle “*Best Practices*” europee nell'area “*Specific non-communicable disease or group of diseases*”.

È rivolto agli insegnanti e agli alunni delle Scuole dell'Infanzia, Primarie e Secondarie di I e II grado; attraverso attività individuali e di gruppo proposte dai **docenti appositamente formati**, gli alunni avranno a disposizione due percorsi ludico-esperienziali:

- ✓ “*Guadagnare Salute...con le life skills*”, finalizzato allo sviluppo ed al potenziamento delle principali abilità emotive (*Gestione delle emozioni, Consapevolezza di sé, Gestione dello stress*), sociali (*Relazioni efficaci, Comunicazione efficace, Empatia*) e cognitive (*Pensiero Creativo, Pensiero Critico, Problem Solving e Decision Making*);
- ✓ “*Sani Stili di Vita...con le life skills*”, finalizzato alla promozione della salute ed alla prevenzione dei comportamenti a rischio per le principali Malattie Croniche Non Trasmissibili derivanti dal consumo di alcol, dal tabagismo, dall'alimentazione scorretta e dall'inattività fisica; il percorso prevede attività tematiche sui vari temi di salute attraverso la metodologia della *Life Skills Education*. È rivolto ai Docenti senior (formati nel percorso “*Guadagnare Salute... con le life skills*” nel precedente a.s.).

Per le Scuole dell'Infanzia e Primarie potrà essere attivato anche il percorso integrativo “*A casa con mamma e papà*”, parallelo a quelli di *Life Skills Education* svolti in classe, per promuovere il potenziamento delle *life skills* in famiglia attraverso **attività proposte dai genitori**.

I corsi verranno attivati in presenza, se possibile, oppure on-line in collaborazione con l'UOSD Promozione Educazione Alla Salute (PEAS) dell'AST di Ascoli Piceno. Ai docenti verranno forniti i Manuali contenenti le attività da proporre agli alunni e/o ai genitori.

- **AST Macerata.** UOSD Epidemiologia, Promozione della Salute e Comunicazione del Rischio: Dott.ssa Maria Sellitti, e-mail maria.sellitti@sanita.marche.it; Dott.ssa Angela Michela Gardini, e-mail: angela.gardini@sanita.marche.it, tel. 0733/823852; Dott.ssa Barbara Fabiani, e-mail: barbara.fabiani@sanita.marche.it, tel. 071/7583700; Dott. Andrea Sbrancia, e-mail: andrea.sbrancia@sanita.marche.it, tel. 071/7583711

“IL MERCOLEDÌ DELLA FRUTTA”

È un intervento regionale nato nel 2008, proposto dai Servizi Igiene degli Alimenti e Nutrizione (SIAN), successivamente inserito nei Piani Regionali della Prevenzione e che nel tempo è stato seguito da numerosi Istituti Scolastici. È rivolto sia alle scuole dell'infanzia e primaria che secondarie di primo e secondo grado. L'azione mira a promuovere il consumo di frutta e verdura fresca di stagione per i bambini/ragazzi in modo naturale, piacevole e abituale, per lo spuntino di metà mattina a scuola durante l'intervallo. Lo svolgimento, semplice e sostenibile, prevede la collaborazione delle/gli insegnanti e dei genitori che, in libera scelta, forniscono alle proprie bambine-i/ragazze-i frutta e/o verdura fresca di stagione come merenda di metà mattina a scuola, per favorirne il consumo da parte loro, almeno una volta a settimana (o anche più spesso) considerando che l'apporto ideale per una sana alimentazione è di 5 porzioni al giorno di frutta e verdura secondo CREA rev. 2018. Modalità di svolgimento: individuazione di un insegnante di riferimento per ogni classe, contatto via email o telefonico da parte del personale SIAN con le scuole aderenti qualora siano necessarie ulteriori informazioni, brevi incontri con gli insegnanti referenti e rappresentanti dei genitori per condividere gli obiettivi educativi del progetto e per la consegna dei materiali specifici e a supporto/rinforzo dell'azione. La modalità di espletamento degli incontri verrà concordata con i Dirigenti scolastici/ insegnanti referenti.

- **AST Macerata.** UOC Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione: Dott.ssa Simona De Lutiis, e-mail: simona.delutiis@sanita.marche.it, tel. 0733/823858

SCUOLE DELL'INFANZIA, PRIMARIE E SECONDARIE DI I GRADO***“CONOSCERE PER SCEGLIERE ED AGIRE:******SALE IODATO, INTOLLERANZE E ALLERGIE ALIMENTARI, ETICHETTATURA E ALTRO”***

Si tratta di una specifica azione prevista dal PRP 2020-25 nell'ambito del PP01 “Scuole che Promuovono Salute”. Obiettivo è l'attuazione di un intervento complesso di formazione/informazione in ambito nutrizionale. L'intervento è rivolto alla popolazione scolastica e suoi afferenti (es. insegnanti, operatori di mensa, famiglie, ecc.). La prima fase riguarderà la costituzione di un gruppo di lavoro regionale intersettoriale e multidisciplinare che collabori alla progettazione dell'intervento formativo/informativo. Sarà il gruppo che si occuperà poi dell'attuazione dell'intervento. I temi affrontati riguarderanno intolleranze e allergie alimentari, etichettatura, utilizzo di sale iodato e altri temi connessi alla sana alimentazione tra cui in particolare il taglio degli alimenti in sicurezza. Le migliori conoscenze acquisite consentiranno la corretta gestione di situazioni specifiche quali il momento del pasto e/o merenda a scuola, laboratori, gite, uscite di classe, distributori automatici, ecc. e avranno una positiva ricaduta anche sulla popolazione generale. Gli alunni, gli insegnanti, il personale di mensa, le famiglie, e altri interessati destinatari dell'intervento, infatti, potranno fungere da moltiplicatori anche in altri ambienti.

- **AST Macerata.** UOC Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione: Dott.ssa Simona De Lutiis, e-mail: simona.delutiis@sanita.marche.it, tel. 0733/823858

**“LA GIUSTA ALIMENTAZIONE? LA TROVI A SCUOLA:
SINERGIE NUTRIZIONALI, AMBIENTALI E NON SOLO...”**

È un'azione specifica prevista dal PRP 2020-25 nell'ambito del PP01 “Scuole che Promuovono Salute”. Obiettivo è modificare positivamente gli stili di vita individuali rendendo l'ambiente scolastico salutogenico. **Si rivolge a studenti, insegnanti, personale di mensa, rappresentanti degli Enti Locali e direttamente o indirettamente, alle famiglie.** Analogamente alla precedente, la realizzazione del percorso e il coordinamento di questa Azione sarà effettuato da un gruppo di lavoro regionale intersettoriale e multidisciplinare. Prevede una metodologia di tipo attivo-esperienziale (secondo il modello dell'influenza sociale) che favorisce la partecipazione diretta ed il coinvolgimento di tutti i portatori di interesse. Il programma include, secondo le buone pratiche per promuovere la qualità della ristorazione scolastica e dell'educazione ai consumi alimentari: promozione della Dieta Mediterranea, approccio positivo al cibo, lettura delle etichette alimentari, integrazione con le Unità Didattiche di apprendimento, collaborazione per i Patti educativi di corresponsabilità scuola-famiglia-sanità, riduzione dello spreco alimentare, conoscenza e riduzione dell'impatto ambientale delle abitudini alimentari, criteri etico culturali identitari del servizio mensa.

- **AST Macerata.** UOC Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione: Dott.ssa Simona De Lutiis, e-mail: simona.delutiis@sanita.marche.it, tel. 0733/823858

SCUOLE PRIMARIE

“E VAI CON LA FRUTTA...”

L'Iniziativa chiamata BUONE PRATICHE SULL'ALIMENTAZIONE “... e Vai con la Frutta”, promossa dai Ministeri della Salute e dell'Istruzione e già coordinata nel 2010/2011 dalla Regione Toscana in collaborazione con le Regioni Campania, Marche, Puglia e Sicilia, promuove il consumo di prodotti ortofrutticoli freschi fra i bambini/ bambine delle scuole primarie classe III. È presente nel Programma “Guadagnare Salute: rendere facili le scelte salutari” (DPCM il 4 Maggio 2007) ed è stato inserito nei Piani Regionali della Prevenzione. Lo strumento operativo per lo svolgimento del percorso è il Kit didattico-educativo “L'Asino Ettore & Co”, composto da un libro per i bambini/ bambine delle Scuole Primarie e da una guida per l'insegnante. I contenuti spaziano anche su temi sensibili come l'amore e il rispetto per il prossimo, la natura, gli animali, l'ambiente e l'ecologia, il senso della convivenza con gli altri, il rispetto per chi ha più bisogno, l'inclusione di etnie diverse. Pertanto l'intervento è interdisciplinare e gli insegnanti potranno scegliere le tematiche che più si integrano con i curricula scolastici e le varie unità educative di apprendimento. Questi strumenti didattici sono articolati in modo sistematico: a una prima parte descrittiva, d'inquadramento generale, ne consegue una più operativa, in cui si suggeriscono varie attività da fare con i bambini, descrivendone sia le *life skills* e gli ambiti disciplinari coinvolti sia gli obiettivi formativi e didattici. Modalità di svolgimento: **incontri con gli insegnanti referenti delle classi terze delle Scuole Primarie ed i rappresentanti dei genitori** per condividere gli obiettivi educativi del progetto e per la consegna del Kit didattico. La modalità di espletamento degli incontri verrà concordata con i Dirigenti scolastici/ insegnanti referenti.

- **AST Macerata.** UOC Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione: Dott.ssa Simona De Lutiis, e-mail: simona.delutiis@sanita.marche.it, tel. 0733/823858

SCUOLE PRIMARIE E SECONDARIE DI I GRADO

“BUILD THE FUTURE”

Il Progetto è stato ideato dallo Staff di prevenzione del Dipartimento delle Dipendenze Patologiche dell'AST di Macerata e persegue il duplice obiettivo di promuovere le life-skills e stimolare la progettazione attiva da parte degli studenti di spazi scolastici e/o cittadini da valorizzare e rendere più adeguati alle loro esigenze. Il progetto prevede tre fasi: l'attivazione di laboratori psico-sociali, la progettazione delle cosiddette “trasformazioni” e la realizzazione delle stesse nei luoghi individuati dai ragazzi, in accordo con i Dirigenti Scolastici ed i Comuni coinvolti. Le attività vengono gestite da un team di psicologi, pedagogisti ed educatori creativi e supervisionate dallo Staff di prevenzione del DDP. Le attività svolte nella fase dei laboratori psicosociali sono differenziate in base al target d'età: *“Emoji-me”* (percorso di educazione alle emozioni) per le classi 3°e 4° della Primaria e *“Il viaggio”* (potenziamento delle skills per affrontare il passaggio alla Scuola Secondaria) per le classi 5°. In linea con le indicazioni del NIDA (National Institute On Drug Abuse) per cui un intervento ripetuto negli anni aumenta in modo esponenziale la sua potenziale efficacia, **il progetto si propone di accompagnare gli studenti dalla terza classe della Primaria alla fine della Secondaria di I grado**. Tutte le informazioni relative al progetto sono reperibili dal sito : www.buildthefuture.it e nell'omonima pubblicazione *“Build the future. Le nuove generazioni costruiscono il futuro”*.

- **AST Macerata.** Dipartimento Dipendenze Patologiche (DDP): Dott.ssa Silvia Agnani, e-mail silvia.agnani@sanita.marche.it, tel. 0733/2572597

SCUOLE SECONDARIE DI I GRADO

“COSA SAI DELL'ALCOL?”

È un progetto che ha lo scopo, a partire dall'età in cui è possibile conseguire il patentino per il ciclomotore e avvengono i primi approcci all'alcol, di fornire agli studenti informazioni chiare sui danni provocati e la loro vulnerabilità. Il **progetto è rivolto alle 2° e 3° classi delle Scuole Secondarie di I grado** e prevede l'intervento di uno psicologo che, attraverso contributi multimediali e role-playing, coinvolge i ragazzi in un percorso di informazione/educazione che comprende: informazioni scientifiche dettagliate, riflessione sui significati dell'alcol e sul suo utilizzo ricreativo, demolizione dei luoghi comuni in merito, distribuzione di gadget e materiale informativo ad hoc. In accordo con gli insegnanti di Scienze, le tematiche scientifiche e le indicazioni relative ai comportamenti a rischio vengono poi approfondite in classe in un secondo momento. La possibilità di attivare il progetto è vincolata alla disponibilità di fondi regionali.

- **AST Macerata.** Dipartimento Dipendenze Patologiche (DDP): Dott.ssa Silvia Agnani, e-mail: silvia.agnani@sanita.marche.it, tel. 0733/2572597

“ALCOL-LAB”

Il progetto è stato ideato dallo Staff di prevenzione del Dipartimento delle Dipendenze Patologiche dell’AST di Macerata ed è **rivolto agli studenti delle classi terze, quarte e quinte degli Istituti Secondari di secondo grado** che, spesso, sono in prossimità del conseguimento della patente di guida. Inoltre, nel target considerato le abitudini di sperimentazione/consumo/abuso di alcol si stanno consolidando ma, spesso, non vanno di pari passo con le conoscenze e la consapevolezza. Si ritiene, a tale scopo, utile un momento formativo ed il successivo consolidamento delle informazioni acquisite attraverso l’attivazione di un laboratorio (LAB, appunto) che consenta loro di elaborare messaggi di prevenzione/promozione della salute e condividerli con i coetanei attraverso i social. L’obiettivo dell’intero progetto è la promozione del senso critico rispetto al consumo di alcol e di una riflessione sui messaggi di prevenzione efficaci.

Il progetto si articola in 3 incontri. Inizialmente viene proposta ai ragazzi una breve survey per sondare le loro conoscenze e abitudini e avviare così un approfondimento delle tematiche utilizzando una modalità interattiva. Successivamente i ragazzi vengono condotti ad una riflessione critica su come i media ed il marketing trattano la tematica del consumo di alcol ed i relativi rischi. Infine, dopo aver fornito agli studenti alcuni elementi di marketing sociale e comunicazione per la promozione della salute, si chiede loro di progettare uno o più messaggi di prevenzione (produzioni audio/video, immagini, slogan, etc.) che verranno, poi, commentati insieme e diffusi sui social del DDP.

- **AST Macerata. Dipartimento Dipendenze Patologiche (DDP):** Dott.ssa Silvia Agnani, e-mail silvia.agnani@sanita.marche.it, tel. 0733/2572597

“I CENTRI DI INFORMAZIONE E CONSULENZA (C.I.C.)”

Il C.I.C. (ex art.106 DPR 309/90) è un servizio gratuito erogato presso gli Istituti Secondari di II grado del territorio di competenza finalizzato alla realizzazione di un’azione di prevenzione primaria dei comportamenti a rischio, di educazione e di promozione della salute dei giovani al fine di individuare precocemente situazioni di disagio e di favorire lo sviluppo di un’autonoma e positiva identità. Le principali azioni del C.I.C. sono l’attività di ascolto, condotta secondo il modello del colloquio motivazionale breve e l’attività di informazione/prevenzione nelle classi attraverso la partecipazione attiva dei giovani coinvolti secondo il modello dell’influenza sociale e delle life -skills.

Tali azioni non sono rivolte solo agli studenti, ma anche alle loro famiglie e al personale scolastico. Le azioni del C.I.C. possono essere svolte da psicologi, sociologi, medici, educatori o altri operatori del DDP a seguito della stipula di un Protocollo operativo delle attività C.I.C. con i Dirigenti Scolastici dei diversi territori.

- **AST Macerata. Dipartimento Dipendenze Patologiche (DDP):** Dott.ssa Alessandra Morbidelli, e-mail: alessandra.morbidelli@sanita.marche.it

PROPOSTE PER LE SCUOLE DELL'AST DI PESARO - URBINO**SCUOLE DELL'INFANZIA*****“POTENZIAMENTO DEL LINGUAGGIO E SVILUPPO DELLE FUNZIONI ESECUTIVE
PER IL SUCCESSO SCOLASTICO”***

Il progetto intende promuovere attività di supporto allo sviluppo dei prerequisiti della letto-scrittura, che sono fisiologicamente acquisiti e consolidati nel periodo prescolare. La scuola dell'Infanzia è volta a sostenere e potenziare le competenze necessarie all'acquisizione della letto-scrittura, a osservare ed identificare eventuali difficoltà e indici di rischio, per poter avviare percorsi di potenziamento o recupero, mirati e specifici, come confermato dalla legge 170/2010, *“Nuove norme in materia di disturbi specifici di apprendimento in ambito scolastico”*. Lo scopo del progetto è la promozione e il consolidamento delle competenze necessarie per favorire l'apprendimento negli **alunni della scuola dell'Infanzia**, tramite l'attuazione di laboratori sulle funzioni esecutive, sul linguaggio e sulla meta-fonologia attraverso laboratori didattici mirati supportando la formazione dei docenti in merito al percorso evolutivo del bambino prescolare, ai prerequisiti all'apprendimento del codice alfabetico, e agli indici di rischio dei Disturbi Specifici di Apprendimento (DSA) che possono evidenziarsi già durante la scuola dell'Infanzia.

Il progetto comprende:

1. una prima fase di formazione del personale docente delle scuole aderenti al progetto, un incontro di 3 ore condotto da Logopediste, TNPEE e Ortottiste su:
 - sviluppo fisiologico delle abilità grosso e fine motorie;
 - Funzioni Esecutive (Memoria, pianificazione, controllo, ecc...);
 - strategie per sviluppare intervento ambientali e laboratori di: training fonologico, training meta-fonologico, training grafo-motori, training sulle abilità del numero e del calcolo, training sulle funzioni esecutive;
2. una seconda fase nella quale il docente in autonomia conduce le proposte di potenziamento mostrategli;
3. una terza fase in cui i professionisti coinvolti visionano video e/o materiali sui laboratori attivati e si confrontano con gli insegnanti coinvolti, durante un secondo incontro di 3 ore.

NOTA: *gli incontri (due di 3 ore ciascuno) verranno svolti in base all'organizzazione del personale rispetto ai plessi che aderiranno all'iniziativa per un massimo di 25 partecipanti ad incontro. Le adesioni verranno accettate in base alle disponibilità di personale e per un massimo di 10 scuole per anno scolastico.*

- **AST Pesaro-Urbino. Professioni Sanitarie:** Dott.ssa Alice Agostini, e-mail: alice.agostini@sanita.marche.it, tel. 339/3778539

"QUA LA MANO (SE PULITA)"

Il progetto ha lo scopo di insegnare l'importanza di eseguire un corretto lavaggio delle mani al fine di ridurre la trasmissione delle patologie a carattere infettivo e diffusivo.

Destinatari. Insegnanti di Scuola dell'Infanzia

Il progetto sarà articolato in lezioni frontali al fine di spiegare l'importanza della prevenzione delle patologie infettive a carattere diffusivo tramite anche laboratori volti a insegnare tutti i passaggi necessari per eseguire un corretto lavaggio delle mani. Il progetto mira a formare gli insegnanti al fine di poter trasmettere le nozioni apprese anche ai rispettivi alunni. Il progetto prevede un incontro della durata di 2 ore. Il periodo di svolgimento dell'incontro non ha limitazioni temporali (potrà essere scelta una data da settembre a giugno)

- **AST Pesaro-Urbino.** U.O. Malattie Infettive, Dott. Luca Santilli- cell. 3338843947 – email. luca.santilli@sanita.marche.it

SCUOLE DI OGNI ORDINE E GRADO

"GUADAGNARE SALUTE... CON LE LIFE SKILLS"

È un programma di *Life Skills Education* che ha l'obiettivo di promuovere la salute psico-sociale dei soggetti in età evolutiva attraverso l'apprendimento ed il rafforzamento delle *life skills*, competenze emotive, relazionali e cognitive trasversali "*...che è necessario apprendere per mettersi in relazione con gli altri, per affrontare i problemi, le pressioni e gli stress della vita quotidiana*" (Bollettino OMS, Skills for Life, n.1, 1992). Il programma si colloca in linea con le indicazioni dell'OMS, dell'Istituto Superiore di Sanità, con il programma del Ministero della Salute "*Guadagnare Salute. Rendere facili le scelte salutari*" e con il PRP della Regione Marche 2020-2025 (Programma PP1 "*Scuole che Promuovono Salute*"). Nel 2021 è stato riconosciuto dall'Unione Europea come una delle "*Best Practices*" europee nell'area "*Specific non-communicable disease or group of diseases*".

È rivolto agli insegnanti e agli alunni delle Scuole dell'Infanzia, Primarie e Secondarie di I e II grado; attraverso attività individuali e di gruppo proposte dai **docenti appositamente formati**, gli alunni avranno a disposizione due percorsi ludico-esperienziali:

- ✓ "Guadagnare Salute...con le life skills", finalizzato allo sviluppo ed al potenziamento delle principali abilità emotive (*Gestione delle emozioni, Consapevolezza di sé, Gestione dello stress*), sociali (*Relazioni efficaci, Comunicazione efficace, Empatia*) e cognitive (*Pensiero Creativo, Pensiero Critico, Problem Solving e Decision Making*);
- ✓ "Sani Stili di Vita...con le life skills", finalizzato alla promozione della salute ed alla prevenzione dei comportamenti a rischio per le principali Malattie Croniche Non Trasmissibili derivanti dal consumo di alcol, dal tabagismo, dall'alimentazione scorretta e dall'inattività fisica; il percorso prevede attività tematiche sui vari temi di salute attraverso la metodologia della *Life Skills Education*. È rivolto ai Docenti senior (formati nel percorso "*Guadagnare Salute... con le life skills*" nel precedente a.s.).

Per le Scuole dell'Infanzia e Primarie potrà essere attivato anche il percorso integrativo "A casa con mamma e papà", parallelo a quelli di *Life Skills Education* svolti in classe, per promuovere il potenziamento delle *life skills* in famiglia attraverso **attività proposte dai genitori**.

I corsi verranno attivati in presenza, se possibile, **fino al mese di dicembre 2025** oppure on-line in collaborazione con l'UOSD Promozione Educazione Alla Salute (PEAS) dell'AST di Ascoli Piceno. Ai docenti verranno forniti i Manuali contenenti le attività da proporre agli alunni e/o ai genitori.

- **AST Pesaro-Urbino.** *Dipartimento di Prevenzione, Ufficio Promozione della Salute:* Dott.ssa Clizia Pugliè, e-mail: clizia.puglie@sanita.marche.it; Dott.ssa Elsa Ravaglia, e-mail: elsa.ravaglia@sanita.marche.it, tel. 0721/424447

SCUOLE DI OGNI ORDINE E GRADO

"IL MERCOLEDÌ DELLA FRUTTA"

È un intervento regionale nato nel 2008, proposto dai Servizi Igiene degli Alimenti e Nutrizione (SIAN), successivamente inserito nei Piani Regionali della Prevenzione e che nel tempo è stato seguito da numerosi Istituti Scolastici. **È rivolto sia alle scuole dell'infanzia e primaria che secondarie di primo e secondo grado.** L'azione mira a promuovere il consumo di frutta e verdura fresca di stagione per i bambini/ragazzi in modo naturale, piacevole e abituale, per lo spuntino di metà mattina a scuola durante l'intervallo. Lo svolgimento, semplice e sostenibile, prevede la collaborazione delle/gli insegnanti e dei genitori che, in libera scelta, forniscono alle proprie bambine-i/ragazze-i frutta e/o verdura fresca di stagione come merenda di metà mattina a scuola, per favorirne il consumo da parte loro, almeno una volta a settimana (o anche più spesso) considerando che l'apporto ideale per una sana alimentazione è di 5 porzioni al giorno di frutta e verdura secondo CREA rev. 2018. Modalità di svolgimento: individuazione di un insegnante di riferimento per ogni classe, contatto via email o telefonico da parte del personale SIAN con le scuole aderenti qualora siano necessarie ulteriori informazioni, brevi incontri con gli insegnanti referenti e rappresentanti dei genitori per condividere gli obiettivi educativi del progetto e per la consegna dei materiali specifici e a supporto/rinforzo dell'azione. La modalità di espletamento degli incontri verrà concordata con i Dirigenti scolastici/ insegnanti referenti.

- **AST Pesaro-Urbino.** *UOS Igiene della Nutrizione- UOC Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione:* Dott.ssa Silvia Monaldi, e-mail: silvia.monaldi@sanita.marche.it, tel. 0721/424447

SCUOLE DELL'INFANZIA, PRIMARIE E SECONDARIE DI I GRADO

“CONOSCERE PER SCEGLIERE ED AGIRE:**SALE IODATO, INTOLLERANZE E ALLERGIE ALIMENTARI, ETICHETTATURA E ALTRO”**

Si tratta di una specifica azione prevista dal PRP 2020-25 nell'ambito del PP01 “Scuole che Promuovono Salute”. Obiettivo è l'attuazione di un intervento complesso di formazione/informazione in ambito nutrizionale. **L'intervento è rivolto alla popolazione scolastica e suoi afferenti** (es. insegnanti, operatori di mensa, famiglie, ecc.). La prima fase riguarderà la costituzione di un gruppo di lavoro regionale intersettoriale e multidisciplinare che collabori alla progettazione dell'intervento formativo/informativo. Sarà il gruppo che si occuperà poi dell'attuazione dell'intervento. I temi affrontati riguarderanno intolleranze e allergie alimentari, etichettatura, utilizzo di sale iodato e altri temi connessi alla sana alimentazione tra cui in particolare il taglio degli alimenti in sicurezza. Le migliori conoscenze acquisite consentiranno la corretta gestione di situazioni specifiche quali il momento del pasto e/o merenda a scuola, laboratori, gite, uscite di classe, distributori automatici, ecc. e avranno una positiva ricaduta anche sulla popolazione generale. Gli alunni, gli insegnanti, il personale di mensa, le famiglie, e altri interessati destinatari dell'intervento, infatti, potranno fungere da moltiplicatori anche in altri ambienti.

- **AST Pesaro Urbino.** UOS *Igiene della Nutrizione*- UOC Servizio *Igiene degli Alimenti e della Nutrizione*: Dott.ssa Elsa Ravaglia, e-mail: elsa.ravaglia@sanita.marche.it, tel. 0721/424447; Dott.ssa Marialuisa Lisi, e-mail: marialuisa.lisi@sanita.marche.it, tel. 0721/424447

SCUOLE DELL'INFANZIA, PRIMARIE E SECONDARIE DI I GRADO

“LA GIUSTA ALIMENTAZIONE? LA TROVI A SCUOLA:**SINERGIE NUTRIZIONALI, AMBIENTALI E NON SOLO...”**

È un'azione specifica prevista dal PRP 2020-25 nell'ambito del PP01 “Scuole che Promuovono Salute”. Obiettivo è modificare positivamente gli stili di vita individuali rendendo l'ambiente scolastico salutogenico. **Si rivolge a studenti, insegnanti, personale di mensa, rappresentanti degli Enti Locali e direttamente o indirettamente, alle famiglie.** Analogamente alla precedente, la realizzazione del percorso e il coordinamento di questa Azione sarà effettuato da un gruppo di lavoro regionale intersettoriale e multidisciplinare. Prevede una metodologia di tipo attivo-esperienziale (secondo il modello dell'influenza sociale) che favorisce la partecipazione diretta ed il coinvolgimento di tutti i portatori di interesse. Il programma include, secondo le buone pratiche per promuovere la qualità della ristorazione scolastica e dell'educazione ai consumi alimentari: promozione della Dieta Mediterranea, approccio positivo al cibo, lettura delle etichette alimentari, integrazione con le Unità Didattiche di apprendimento, collaborazione per i Patti educativi di corresponsabilità scuola-famiglia-sanità, riduzione dello spreco alimentare, conoscenza e riduzione dell'impatto ambientale delle abitudini alimentari, criteri etico culturali identitari del servizio mensa.

- **AST Pesaro Urbino.** UOS *Igiene della Nutrizione*- UOC Servizio *Igiene degli Alimenti e della Nutrizione*: Dott.ssa Elsa Ravaglia, e-mail: elsa.ravaglia@sanita.marche.it, tel. 0721/424447; Dott.ssa Silvia Monaldi, e-mail: silvia.monaldi@sanita.marche.it, tel. 0721/424447

“A SCUOLA PER PREVENIRE IL MAL DI SCHIENA”

Si tratta di un progetto proposto dalle Professioni Sanitarie- Area Riabilitazione, con la collaborazione di Fisioterapisti, Ortottisti, Podologi che ha lo scopo di promuovere la salute del rachide, rivolto agli alunni della scuola primaria. La collaborazione tra queste figure professionali è essenziale per gestire efficacemente i disturbi da postura scorretta. Il progetto ha l'obiettivo di educare **i bambini delle Scuole Primarie** ad avere cura della propria schiena nei momenti di vita quotidiana ed in particolare a scuola promuovendo corretti stili di vita e buone abitudini che possano accompagnarli durante la crescita e non solo. Il progetto si propone anche di trasferire le stesse competenze agli insegnanti, affinché possano sostenere i bambini nel mettere in pratica quanto appreso. Il progetto si svolgerà mediante un incontro della durata di 2 ore in presenza in classe con i bambini e di due incontri di 2 ore di informazione/formazione rivolte agli insegnanti e ai genitori, delle classi dell'Istituto scolastico che ha aderito al progetto per condividere materiali e confrontarsi nell'ottica dell'importanza della prevenzione, un incontro formativo rivolto agli insegnanti nella fase iniziale e uno da attuarsi dopo l'incontro con i bambini rivolto anche ai genitori delle classi coinvolte.

NOTA: il progetto verrà attivato in base alle disponibilità di risorse, per un massimo di 10 classi per anno scolastico.

- **AST Pesaro-Urbino.** Professioni Sanitarie, Dott.ssa Alice Agostini, e-mail: alice.agostini@sanita.marche.it, tel. 339/3778539

“E VAI CON LA FRUTTA...”

L'Iniziativa chiamata BUONE PRATICHE SULL'ALIMENTAZIONE “... e Vai con la Frutta”, promossa dai Ministeri della Salute e dell'Istruzione e già coordinata nel 2010/2011 dalla Regione Toscana in collaborazione con le Regioni Campania, Marche, Puglia e Sicilia, promuove il consumo di prodotti ortofrutticoli freschi fra i bambini/ bambine delle scuole primarie classe III. È presente nel Programma “Guadagnare Salute: rendere facili le scelte salutari” (DPCM il 4 Maggio 2007) ed è stato inserito nei Piani Regionali della Prevenzione. Lo strumento operativo per lo svolgimento del percorso è il Kit didattico-educativo “L'Asino Ettore & Co”, composto da un libro per i bambini/ bambine delle Scuole Primarie e da una guida per l'insegnante. I contenuti spaziano anche su temi sensibili come l'amore e il rispetto per il prossimo, la natura, gli animali, l'ambiente e l'ecologia, il senso della convivenza con gli altri, il rispetto per chi ha più bisogno, l'inclusione di etnie diverse. Pertanto l'intervento è interdisciplinare e gli insegnanti potranno scegliere le tematiche che più si integrano con i curricula scolastici e le varie unità educative di apprendimento. Questi strumenti didattici sono articolati in modo sistematico: a una prima parte descrittiva, d'inquadramento generale, ne consegue una più operativa, in cui si suggeriscono varie attività da fare con i bambini, descrivendone sia le *life skills* e gli ambiti disciplinari coinvolti sia gli obiettivi formativi e didattici. Modalità di svolgimento: **incontri con gli insegnanti referenti delle classi terze delle Scuole Primarie ed i rappresentanti dei genitori** per condividere gli obiettivi educativi del progetto e per la consegna del Kit didattico. La modalità di espletamento degli incontri verrà concordata con i Dirigenti scolastici/ insegnanti referenti.

- **AST Pesaro Urbino.** UOS Igiene della Nutrizione- UOC Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione: Dott.ssa Marialuisa Lisi, e-mail: marialuisa.lisi@sanita.marche.it, tel. 0721/424447

“LOGIN- ROBOTICA E CODING. CONTRASTO, PREVENZIONE E RIDUZIONE DEL RISCHIO DA GIOCO D’AZZARDO PATOLOGICO E DIPENDENZE TECNOLOGICHE”

Laboratori di robotica educativa attraverso *Lego We Do*, condotti da educatori, in cui gli alunni sono accompagnati a vivere esperienze in prima persona alla scoperta delle basi del pensiero computazionale, della robotica creativa e del metodo sperimentale. Sono percorsi con un forte valore educativo poiché consentono di far emergere le attitudini di osservazione e di analisi, le capacità di ragionamento e riflessione, lo spirito creativo, le abilità manuali e la competenza collaborativa nel gruppo. Inoltre, vivere esperienze altamente costruttive in cui si è progettisti, costruttori e programmatori di un robot promuove l’attitudine a interagire con le tecnologie in genere in modo più maturo e riflessivo. **I Laboratori sono rivolti agli alunni delle classi IV delle Scuole Primarie.**

NOTA: gli interventi si concluderanno il 31 dicembre 2025.

- **AST Pesaro Urbino.** *Dipartimento Dipendenze Patologiche (DDP):* Dott. Fabio Astolfi, e-mail: fabio.astolfi@sanita.marche.it, tel. 0721/424715

“RETE SENZA FILI. CONNESSIONI NAZIONALI. PROMUOVERE L’USO CONSALPEVOLE DEL DIGITALE NELLA SCUOLA PRIMARIA”

È un programma, già finanziato dal CCM - Ministero della Salute, rivolto ai docenti delle classi 4^a e 5^a delle Scuole Primarie e si propone di prevenire l’insorgenza della dipendenza da Internet attraverso azioni di riduzione del rischio di sviluppare un uso scorretto ed eccessivo di strumenti tecnologici (*social media*, videogiochi, *internet*, ecc.). Gli interventi sono volti a migliorare le competenze (*life skills*) dei ragazzi e favorire l’accesso dei soggetti a rischio ai servizi sociosanitari. Nel dettaglio si tratta di **formare gli insegnanti delle classi V delle Scuole Primarie** su metodi e strumenti adeguati per affrontare con gli alunni i temi legati alle nuove tecnologie e invitare le scuole alla realizzazione di elaborati di classe (video, slogan, ecc.) su queste tematiche.

I Manuali e tutti i materiali utili potranno essere scaricati dal sito www.retesenzafili.it in cui sarà anche possibile iscriversi al Blog per ricevere costantemente articoli ed aggiornamenti sul progetto. Sono inoltre previsti degli incontri per accompagnare il mondo adulto (genitori, nonni e altri adulti significativi) e la comunità locale nella costruzione di un corretto rapporto con le nuove tecnologie e con i *social network* in un’ottica educativa che favorisca anche la relazione intergenerazionale.

NOTA. I corsi verranno conclusi entro il mese di marzo 2026.

- **AST Pesaro Urbino.** *Dipartimento Dipendenze Patologiche (DDP):* Dott. Fabio Astolfi, e-mail: fabio.astolfi@sanita.marche.it, tel. 0721/424715

SCUOLE PRIMARIE E SECONDARIE DI I GRADO

“UN AMICO A QUATTRO ZAMPE”

Il programma di formazione proposto prevede la pianificazione di lezioni frontali e di lezioni in campo con argomenti nell’ambito dell’Igiene Urbana Veterinaria. Sono trattati i temi che riguardano il rapporto uomo-animale (cane e gatto soprattutto) che esprima la corretta relazione inter-specie nell’ottica della salute e del benessere animale; la descrizione dei comportamenti etologici tipici della specie e la comprensione di segni e segnali comunicati dall’animale e la loro corretta interpretazione da parte del proprietario; la descrizione delle cinque libertà degli animali e cenni sul rispetto delle norme in materia di tutela degli animali. Oltre alle lezioni frontali, il piano formativo prevede una formazione in campo con visite guidate presso strutture pubbliche di detenzione degli animali (canili e gattili).

Destinatari. Alunni delle scuole elementari e delle scuole medie del comprensorio comunale di Pesaro e Fano.

Il piano formativo è articolato in lezioni frontali di circa 2 ore con descrizione degli argomenti mediante supporti informatici ed interattivi con la classe. La formazione in campo di circa 4 ore prevede la descrizione e l’osservazione degli animali detenuti nelle strutture e l’interrelazione con gli stessi (canili e gattili). **Saranno prese in considerazione le prime dieci classi in ordine cronologico.**

- **AST Pesaro-Urbino:** Servizio di Sanità Animale, Langella dr Vincenzo;
vincenzo.langella@sanita.marche.it; 0721/868964

SCUOLE PRIMARIE E SECONDARIE DI I E II GRADO

“EDUCAZIONE AFFETTIVA, ALLA SCOPERTA DEL CORPO E DELLE EMOZIONI, CONTRACCEZIONE E MALATTIE SESSUALMENTE TRASMESSE”

L’iniziativa è rivolta agli studenti delle classi quinte delle Scuole Primarie, alle classi terze delle Scuole Secondarie di I grado e alle Scuole Secondarie di II grado. Sono previsti due incontri (uno da tre ore e uno da due) tenuto da psicologhe e ostetriche del Consultorio Familiare. I temi trattati sono i seguenti: cambiamenti del corpo durante la pubertà e la nascita di nuovi desideri; il rispetto verso se stessi e nei confronti degli altri; la prevenzione delle gravidanze indesiderate; la prevenzione delle Malattie Sessualmente Trasmesse.

- **AST Pesaro Urbino. Consultorio Familiare:** Dott.ssa Perla Valentini, Dott.ssa Cristina Conti, e-mail: cristina.conti@sanita.marche.it, Dott.ssa Angela Carletti, e-mail: angela.carletti@sanita.marche.it, Dott.ssa Isabella Cerè, e-mail: isabella.cere@sanita.marche.it

“DALLA FATTORIA ALLA TAVOLA: LA MEDICINA VETERINARIA CHE CI PROTEGGE”

Il programma di formazione proposto prevede la pianificazione di lezioni frontali con argomenti nell'ambito della Sanità Pubblica Veterinaria. Sono trattati i temi che riguardano il ruolo del medico veterinario nell'ambito della sicurezza alimentare; nella prevenzione delle malattie zoonosiche che si trasmettono dall'animale all'uomo; nella prevenzione delle malattie trasmesse da vettori (zanzare e zecche) e degli strumenti per la protezione nei confronti degli insetti vettori; dell'interazione tra i fattori ambientali e l'insorgenza delle malattie che si possono trasmettere all'uomo.

Destinatari. Alunni delle scuole medie del comprensorio comunale di Pesaro e Fano.

Il piano formativo è articolato in lezioni frontali di circa 2 ore con descrizione degli argomenti mediante supporti informatici ed interattivi con la classe. Saranno prese in considerazione le prime dieci classi in ordine cronologico.

- **AST Pesaro-Urbino:** Servizio di Sanità Animale, Langella dr Vincenzo;
vincenzo.langella@sanita.marche.it; 0721/868964

“LOGIN: CONTRASTO, PREVENZIONE E RIDUZIONE DEL RISCHIO DA GIOCO D'AZZARDO PATOLOGICO E DIPENDENZE TECNOLOGICHE”

ISTITUTI SECONDARI DI I GRADO. Interventi con i gruppi classe attraverso una modalità interattiva ad alto coinvolgimento con l'utilizzo della metodica delle abilità di vita (*Life Skills*). Viene posto l'accento sui fattori protettivi legati alla dipendenza, attraverso strumenti che permettono l'esperienza di abilità cognitive, emotive e relazionali di base. L'obiettivo è l'acquisizione di un comportamento versatile e positivo, utile ad affrontare efficacemente le richieste e le sfide della vita quotidiana. I contenuti, legati alle tematiche, vengono veicolati attraverso un percorso coinvolgente che prevede la discussione nel gruppo dei pari e l'utilizzo di tecniche come: gioco di ruolo, brain storming, focus group, domande stimolo. Gli interventi, della durata di 2 ore ciascuno, sono destinati agli **alunni delle classi seconde delle Scuole Secondarie di I grado**. Sono previste due tipologie di interventi, ognuno dei quali avrà la durata di due ore e verrà svolto con due gruppi classe contemporaneamente:

1. *Fuori gioco*: la proposta è quella di affrontare le tematiche di prevenzione al Gioco d'Azzardo Patologico.
2. *Login*: la proposta è quella di affrontare le tematiche di prevenzione ai Rischi/Vantaggi delle Tecnologie e del Web.

NOTA: gli interventi si concluderanno il 31 dicembre 2025.

ISTITUTI SECONDARI DI II GRADO. Questa attività verrà realizzata in collaborazione con una associazione teatrale che realizzerà delle rappresentazioni teatrali per i **ragazzi delle Scuole Secondarie di II grado** elaborate partendo dal materiale. La metodologia utilizzata ha dimostrato la sua efficacia all'interno di diversi contesti formativi e educativi perché è un processo dinamico che si co-costruisce in maniera sinergica con il contributo di facilitatore e partecipanti. Il gruppo rappresenta il luogo primario delle relazioni sociali durante tutte le fasi dello sviluppo; al suo interno avvengono in modo spontaneo apprendimenti, condivisione di esperienze e sperimentazione di competenze. Consente la conoscenza reciproca, facilita lo scambio e l'arricchimento, promuove la creatività, favorisce la collaborazione, agevola l'ascolto e la comunicazione. I drammaturghi realizzeranno la stesura di un testo basato sui materiali

raccolti e una elaborazione scenica del testo con attori, regista e coreografa. La compagnia teatrale proporrà lo spettacolo agli studenti.

NOTA: gli interventi si concluderanno il 31 dicembre 2025.

- **AST Pesaro-Urbino.** Dipartimento Dipendenze Patologiche (DDP): Dott. Fabio Astolfi, e-mail: fabio.astolfi@sanita.marche.it

SCUOLE SECONDARIE DI I E II GRADO

“POTENZIAMENTO DELLE LIFE SKILLS ATTRAVERSO IL MUSEO ALLE STUFE (MAS)”

Il programma è incentrato sull'educazione alle abilità della vita per acquisire competenze utili alla consapevolezza di sé e alla lotta all'emarginazione. La consapevolezza della sofferenza della malattia mentale è stimolata con il lavoro sulle Life Skills e sperimentata attraverso la visita guidata dei ragazzi al Museo “alle Stufe”. Il museo è composto dai manufatti restaurati dell'ex ospedale psichiatrico di Pesaro San Benedetto, i diari dei pazienti e stimolazioni uditive e visive. La visita al museo offre stimoli emotivi e cognitivi per educare i visitatori al rispetto della sofferenza, all'integrazione delle diversità (diversità di genere, di razza, lavoro sul bullismo, sui pregiudizi, rispetto alla malattia mentale) e per insegnare a gestire le emozioni spiacevoli legate al disagio, al pregiudizio e alla diffidenza verso chi è differente. L'obiettivo finale è educare al diritto alla cittadinanza per sé e per gli altri, anche 'diversi'. **Il progetto è assicurato fino a Dicembre 2025, mentre per l'anno 2026 si valuteranno le richieste.**

Destinatari: Alunni delle classi terze della scuola secondaria di primo grado e alunni delle scuole secondarie secondo grado.

Il Museo “alle Stufe” stimola le Life Skills attraverso un percorso esperienziale, evocativo e narrativo. In particolare, ad essere sollecitate attraverso la visita al museo sono alcune di queste competenze: empatia, pensiero critico, creatività, gestione delle emozioni e dello stress. Verrà inoltre proposto un laboratorio per l'elaborazione delle stimolazioni emotive e cognitive scaturite durante la visita. La consapevolezza della sofferenza della malattia mentale viene utilizzata come stimolo emotivo e cognitivo per educare i ragazzi al rispetto della sofferenza altrui e all'integrazione della diversità. Le visite delle classi e i laboratori sono programmate direttamente con il Dipartimento di Prevenzione.

NOTA. I corsi verranno attivati entro il mese di dicembre 2025.

- **AST Pesaro Urbino.** Dipartimento di Prevenzione, Ufficio Promozione della Salute: Dott.ssa Clizia Pugliè, e-mail: clizia.puglie@sanita.marche.it

“GIOVANI AMBASCIATORI: LA SCUOLA PROMUOVE SALUTE”

L'OMS definisce la promozione della salute come un processo che consente alle persone di esercitare un maggiore controllo sulla propria salute e di migliorarla. Partendo da due questioni fondamentali: come si crea salute e cosa possiamo fare per restare sani il più a lungo possibile. La promozione della salute opera per motivare le persone a scegliere uno stile di vita sano in maniera consapevole e autonoma. È necessario, quindi intervenire sia a livello personale, rafforzando le risorse di salute, sia a livello strutturale, creando i pre-requisiti e le condizioni di vita che permettono di mettere in pratica stili di vita sani. La salute è un concetto positivo che valorizza le risorse personali e sociali, come pure le capacità fisiche. Quindi la promozione della salute non è una responsabilità esclusiva del settore sanitario, ma va al di là degli stili di vita e punta al benessere (la carta di Ottawa per la Promozione della Salute 1986). L'infermiere nell'ambito del suo specifico professionale promuove stili di vita sani, diffonde il valore della cultura della salute e della tutela dell'ambiente, anche attraverso l'informazione e l'educazione. Svolge un ruolo di sensibilizzazione dei giovani nell'acquisizione di corretti stili di vita e nella promozione della salute nella cerchia amicale e familiare.

Il progetto educativo si articola in **3 giornate formative della durata di 3 ore ciascuna**. Gli studenti verranno coinvolti attivamente attraverso i gruppi di studio.

Tra gli argomenti si vorrebbe partire dal concetto di salute, il valore della salute, quale è la percezione degli studenti del concetto di salute. I concetti di equità nella salute, di giustizia sociale e di salute come un diritto umano e come base per l'azione di promozione della salute; I determinanti di salute e le loro implicazioni rispetto all'azione di promozione della salute; l'impatto della diversità sociale e culturale sulla salute e sulle disuguaglianze di salute e le implicazioni rispetto all'azione di promozione della salute. Da qui presentare alcuni elementi che possono andare a migliorare la propria salute e di conseguenza modalità educative per coinvolgere le persone vicine.

- **AST Pesaro Urbino.** Tamara Campanelli, Formazione universitaria AST Pesaro Urbino, tamara.campanelli@sanita.marche.it, 0721366327

“I CENTRI DI INFORMAZIONE E CONSULENZA (C.I.C.)”

Il C.I.C. (ex art.106 DPR 309/90) è un servizio gratuito erogato presso gli Istituti Secondari di II grado del territorio di competenza finalizzato alla realizzazione di un'azione di prevenzione primaria dei comportamenti a rischio, di educazione e di promozione della salute dei giovani al fine di individuare precocemente situazioni di disagio e di favorire lo sviluppo di un'autonoma e positiva identità. Le principali azioni del C.I.C. sono l'attività di ascolto, condotta secondo il modello del colloquio motivazionale breve e l'attività di informazione/prevenzione nelle classi attraverso la partecipazione attiva dei giovani coinvolti secondo il modello dell'influenza sociale e delle life -skills.

Tali azioni non sono rivolte solo agli studenti, ma anche alle loro famiglie e al personale scolastico.

Le azioni del C.I.C. possono essere svolte da psicologi, sociologi, medici, educatori o altri operatori del DDP a seguito della stipula di un Protocollo operativo delle attività C.I.C. con i Dirigenti Scolastici dei diversi territori.

- **AST Pesaro Urbino.** Dipartimento Dipendenze Patologiche (DDP): Dott.ssa Giovanna Diotallevi, e-mail: giovanna.diotallevi@sanita.marche.it

SCUOLE SECONDARIE DI II GRADO

“INFO SICURE PER ESSERE AL SICURO”

Il progetto ha lo scopo di informare gli studenti su quelle che sono le principali malattie sessualmente trasmissibili e i principali metodi per prevenirle e riconoscerle rapidamente.

Destinatari. Studenti di scuola secondaria di secondo grado.

Il progetto sarà articolato in lezioni frontali al fine di spiegare l'importanza della prevenzione delle malattie sessualmente trasmissibili e laboratori volti a insegnare un corretto utilizzo dei metodi contraccettivi di tipo barriera al fine di prevenire le malattie sessualmente trasmissibili. Il progetto prevede un incontro della durata di 2 ore. Il periodo di svolgimento dell'incontro non ha limitazioni temporali (potrà essere scelta una data da settembre a giugno).

- **AST Pesaro-Urbino.** U.O. Malattie Infettive, Dott. Luca Santilli- cell. 3338843947 – email. luca.santilli@sanita.marche.it

SCUOLE SECONDARIE DI II GRADO

“OLTRE L'INDIFFERENZA PARLARE ANCORA DI HIV/AIDS”

Realizzare incontri con gli studenti degli Istituti Secondari di II grado al fine di offrire strumenti utili per compiere scelte consapevoli in tema di sessualità e comportamenti a rischio; riflettere su valori e pregiudizi nei confronti dell'AIDS e sulla responsabilità di comportamenti preventivi adeguati. Sensibilizzare il territorio superando lo stigma intorno all'AIDS attraverso momenti specifici durante l'anno ed in modo particolare durante le giornate mondiali di lotta all'AIDS. In occasione del 1 dicembre, giornata mondiale della lotta all'AIDS, saranno organizzati momenti/eventi di sensibilizzazione per il territorio con un coinvolgimento più ampio di persone. Il progetto terminerà a dicembre 2026

Destinatari. Alunni della scuola secondaria di II grado.

Il progetto prevede uno o due incontri di due ore ciascuno per ogni classe in cui, attraverso metodologie didattiche attive, gli studenti possano conoscere i reali rischi di contagio sfatando dicerie e false credenze. Le metodologie utilizzate e la scelta di lavorare con un piccolo gruppo classe, aiuterà i ragazzi a confrontarsi e a riflettere in un clima di fiducia e di ascolto reciproco, evitando che gli studenti si chiudano in modo stereotipato e rigido

- **AST Pesaro Urbino.** Dipartimento Dipendenze Patologiche (DDP): Dott. Fabio Astolfi, e-mail: fabio.astolfi@sanita.marche.it, tel. 0721/424715

SCUOLE SECONDARIE DI II GRADO

“PREVENZIONE DELLE MALATTIE SESSUALMENTE TRASMESSE”

L’iniziativa è rivolta agli studenti delle classi prime e seconde delle Scuole Secondarie di II grado del comprensorio comunale di Urbino. È previsto un di due ore sulla prevenzione delle Malattie Sessualmente Trasmesse con maggiore attenzione alla prevenzione del tumore del collo dell’utero.

- **AST Pesaro Urbino.** UOC Ostetricia e Ginecologia dell’Ospedale di Urbino: Dott. Leone Condemi, e-mail: leone.condemi@sanita.marche.it

SCUOLE SECONDARIE DI II GRADO

“UNPLUGGED”

È un programma validato a livello internazionale per la prevenzione dell’uso di sostanze psicoattive (fumo, alcol, marijuana e altre droghe) basato sul modello dell’influenza sociale e sul potenziamento delle abilità per la vita (*life skills*). Per le sue caratteristiche di ritardare o prevenire la sperimentazione delle sostanze psicoattive, *Unplugged* è validato per i **ragazzi del primo anno degli Istituti Secondari di II grado**. Il Programma, articolato in 12 unità didattiche, è condotto dagli insegnanti di riferimento nelle diverse classi secondo tecniche di pedagogia attiva. Gli insegnanti verranno formati con metodologie interattive volte all’acquisizione di competenze necessarie per lavorare sulle *life skills* e sull’influenza sociale, stesse metodologie che i docenti utilizzeranno in classe con gli studenti.

NOTA. I corsi verranno conclusi entro il mese di marzo 2026.

- **AST Pesaro-Urbino.** Dipartimento Dipendenze Patologiche (DDP): Dott. Fabio Astolfi, e-mail: fabio.astolfi@sanita.marche.it

