

# 1. Crescere Felix

## Progetto per la promozione ed educazione alimentare e motoria

### Ambito territoriale di attuazione

Distretti di Nocera Inferiore, Angri-Scafati, Sarno-Pagani, Cava de' Tirreni-Costa d'Amalfi, Eboli-Buccino, Battipaglia, Salerno, Mercato San Severino, Giffoni Valle Piana, Capaccio-Roccamare, Vallo della Lucania-Agropoli, Sapri-Camerota, Sala Consilina-Polla.

### Obiettivi educativi

- Favorire negli insegnanti, nei genitori, nei bambini, preadolescenti e adolescenti la conoscenza dei principi di sana alimentazione e dell'importanza della pratica di attività fisica.
- Aumentare negli insegnanti e nei genitori la consapevolezza dell'importanza di una sana alimentazione e di una adeguata attività fisica quali determinanti del benessere dei bambini, preadolescenti e adolescenti.
- Informare e sostenere i criteri che definiscono una sana crescita fisiologica.
- Educare bambini, preadolescenti, adolescenti, insegnanti, genitori ad un consumo sano e sostenibile.
- Favorire la capacità di scelte consapevoli.
- Migliorare l'attitudine ad adottare comportamenti più salutari.
- Fornire a bambini, preadolescenti, adolescenti, insegnanti e genitori strumenti per la decodifica delle etichette e dei messaggi promozionali, in tema di alimentazione.

### Rivolto a

- Bambini delle scuole per l'infanzia (target diretto/finale).  
Alunni delle scuole primarie, afferenti preferibilmente alle classi III, IV e V (target diretto/finale).
- Ragazzi delle scuole secondarie di I grado, afferenti preferibilmente alle classi I e II (target diretto/finale).
- Studenti delle scuole secondarie di II grado, afferenti preferibilmente alle classi I e II (target diretto/finale).
- Insegnanti delle scuole per l'infanzia, delle scuole primarie, delle scuole secondarie di I e II grado (destinatari/moltiplicatori correlati al target diretto/finale).
- Genitori (destinatari/moltiplicatori correlati al target diretto/finale).
- Operatori di altre istituzioni/agenzie e organismi del terzo settore (destinatari/moltiplicatori correlati al target diretto/finale).

### Tematiche

- Educazione e Promozione della Salute
  - Il concetto di Salute nell'ottica bio-psico-sociale ed i suoi determinanti.
  - La Scuola quale Istituzione che Promuove la Salute.
  - L'alleanza educativa scuola-famiglia-servizi-agenzie territoriali.
  - L'educazione alla salute, le tecniche educative e la comunicazione efficace.
- Alimentazione/elementi informativi-nutrizionali e attività fisica
  - Obesità: cause, complicanze fisiche e psichiche.
  - I principi di una sana alimentazione, i fabbisogni nutrizionali in età scolare, la refezione scolastica.
  - L'attività fisica (come e quando), il gioco-movimento.
  - Crescita fisiologica in età evolutiva.
  - Approfondimento dei principali luoghi comuni errati in materia di alimentazione, regimi dietetici, mantenimento del peso corporeo.
- Alimentazione e gli elementi socio-affettivi-culturali
  - Le variabili relazionali/emotive e comunicative che si collegano alla funzione nutritiva.
  - Educazione psico-affettiva del rapporto col cibo.
  - La relazione genitore/figlio correlata alla tematica alimentare.
  - La modificazione di stili di vita e abitudini alimentari all'interno della famiglia.
  - La funzione della pubblicità nelle scelte e consumi alimentari.
  - I comportamenti condizionanti del gruppo dei pari e l'ambiente sociale.

## Attività, metodo e strumenti

### A) Attività nel setting scolastico

Il progetto prevede per le comunità scolastiche le seguenti azioni:

- un percorso educativo-formativo rivolto agli insegnanti, aventi le seguenti caratteristiche:
  - si articola in 3 incontri, affinché gli insegnanti, una volta formati, assumano la funzione di “moltiplicatori” di conoscenze e competenze sul tema progettuale, nel contesto scolastico;
  - è finalizzato a:
    - presentare il progetto e condividere il modello “Scuola Promotrice di Salute”;
    - migliorare le conoscenze attinenti al tema dell’alimentazione e dell’attività motoria;
    - migliorare le conoscenze/competenze su l’educazione alla salute, le tecniche educative e la comunicazione efficace;
    - condividere un percorso didattico/educativo (in termini di contenuti, sussidi, etc.) per sviluppare il tema del progetto in classe da parte dei docenti; - condividere la scheda di monitoraggio delle attività assicurate dai docenti;
    - tendere all’omogeneità dell’azione educativa ed alla sistemicità dello svolgimento del progetto;
  - prevede, oltre a momenti frontali, una metodologia didattica di tipo attivo, che favorisca la partecipazione. Per il raggiungimento degli obiettivi, si cercherà, insieme agli insegnanti, di individuare strategie per rendere più efficace la trasmissione delle informazioni e, soprattutto, su come incidere sulle abitudini alimentari e motorie dei bambini e degli adolescenti per indirizzarli ad uno stile di vita salutare. Il corso di formazione assume anche carattere laboratoriale;
  - prevede l’illustrazione del materiale didattico, affinché i docenti possano sviluppare il tema nel setting scolastico. Tale materiale si configura come una proposta da condividere con i docenti, onde giungere a costruire insieme a loro i percorsi e gli interventi da attuare nelle singole classi.
- un percorso educativo - formativo rivolto ai genitori. Il percorso prevede 1-2 incontri, affinché anche i genitori siano parte attiva nel cambiamento degli stili di vita e nell’adozione di comportamenti virtuosi, sul tema della promozione della corretta alimentazione e dell’attività fisica. Le finalità del percorso sono le seguenti:
  - illustrare il progetto (es. obiettivi, azioni integrate da realizzare, etc);
  - fornire idonee informazioni e facilitare l’acquisizione di competenze sul tema progettuale;
  - stimolare i genitori affinché assumano specifici impegni sulla tematica preventiva, quali:
    - sostenere il proprio figlio nei compiti formativi previsti dal progetto;
    - adottare in prima persona coerenti comportamenti sul tema dell’attività fisica e della corretta alimentazione;
    - incentivare abitudini alimentari sane e equilibrate;
    - sostenere il valore dell’attività fisica, soprattutto all’aperto, sin dalle età più precoci;
    - evitare di mettere in cartella, dei loro figli, bibite/snack dolci;
    - prediligere l’assunzione di frutta e verdura.

Durante l’incontro sarà consegnato ai genitori del materiale informativo/educativo sul tema del progetto. Si prevede il coinvolgimento dei genitori anche in ulteriori iniziative previste dal progetto.

- un percorso educativo-formativo per gruppo classe. Le attività rivolte agli studenti prevedono prevalentemente due azioni:
  - una condotta dagli insegnanti che, a seguito della formazione, sviluppano nel gruppo classe la tematica progettuale (avvalendosi dei sussidi didattici ricevuti), configurandola come parte integrante dell’attività didattica curriculare;
  - un’altra dal gruppo di lavoro dell’ASL che assicura il supporto metodologico alle insegnanti e prevede un incontro finale (opzionale) con il gruppo classe al fine di rafforzare i messaggi costruiti con le insegnanti. Saranno stabilite le giornate dedicate, gli argomenti da trattare e l’articolazione dell’incontro nell’ambito del lavoro svolto durante il corso di formazione.
- un percorso ad hoc “Equità in salute” per il contesto scolastico (in base a quanto previsto dal Progetto “Equità in Salute” - Macroarea IV, progetto su mandato regionale). Tale percorso:
  - si delinea nell’ambito delle stesse attività dei percorsi educativi-formativi sopra descritti rivolti agli insegnanti, ai genitori e per gruppo classe;
  - è rivolto in particolar modo a preadolescenti/adolescenti (10-18 anni) appartenenti a famiglie di basso reddito e/o bassa istruzione;
  - prevede azioni mirate volte a facilitare le adesioni delle Scuole con la presenza di un alto numero di studenti appartenenti a famiglie che vivono in condizione di disagio socio-economico e/o con genitori aventi un basso grado di istruzione.

- azioni di orientamento e supporto verso il dirigente scolastico e i docenti, affinché ogni Istituto configuri/rafforzi il modello di “Scuola Promotrice di Salute”, in accordo con i principi di HIAP. Le azioni di sostegno metodologico che si prevedono di garantire ad ogni Scuola sono diverse, quali:
  - aiutare ad analizzare il contesto scolastico, definire check list per individuare le aree criticità e le opportunità - in merito al tema del progetto e alle diverse aree di attività per promuovere la salute nel contesto scolastico - e, in tal modo, delineare il “Profilo di Salute” della Scuola;
  - sostenere la definizione del “Piano di miglioramento” (in base al “Profilo di Salute” predisposto) per attivare le azioni identificate, superare le criticità e migliorare il contesto scolastico;
  - aiutare ad individuare/predisporre sussidi per le azioni migliorative da realizzare.

#### **B) Ulteriori interventi nell’ottica della promozione della salute**

Il Progetto prevede altri interventi, nell’ottica della promozione della salute, quali:

- interventi di consulenza per quei soggetti che, nell’ambito degli incontri o su segnalazione degli insegnanti, necessitano di risposte che non possono essere soddisfatte a scuola;
- interventi tesi ad facilitare la presa in carico precoce, nell’ambito del percorso clinico-assistenziale integrato, del bambino/adolescente sovrappeso/obeso.

#### **C) Attività in altri contesti e con ulteriori attori**

Il Progetto, oltre ai percorsi condivisi con le comunità scolastiche, prevede interventi in altri contesti, di seguito indicati:

- percorso educativo-formativo rivolto ai moltiplicatori di altre istituzioni/Agenzie. Il percorso prevede incontri formativi/di orientamento rivolti ad operatori di altre istituzioni/agenzie e organismo del no profit (che svolgono tradizionalmente attività verso i bambini/adolescenti e genitori). Tali incontri di gruppo sono finalizzati a:
  - sottolineare l’importanza della corretta alimentazione e del valore dell’attività fisica;
  - migliorare le conoscenze/competenze sul tema del progetto;
  - assicurare, tramite i succitati operatori sensibilizzati, un’estensione delle azioni educative in altri contesti.
- azioni di sensibilizzazione verso diverse soggettività istituzionali e non, che in base al loro mandato possano assicurare interventi nell’ottica della promozione della salute. Si prevede di attivare contatti con:
  - *Pediatra/medico di famiglia.* Tali figure rappresentano alleati preziosi per: - promuovere messaggi concordati verso i genitori; - garantire azioni di sostegno/orientamento ai genitori, tramite la tecnica del counselling motivazionale/consiglio breve;
  - *Comune.* Il coinvolgimento dell’Ente Locale è importante per diversi fattori, quali: - messa in sicurezza di percorsi per favorire il raggiungimento della scuola a piedi; - individuazione aree idonee per promuovere attività motoria;
  - *C.A.I..* Il coinvolgimento di tale associazione è funzionale ad incrementare l’attività motoria. A tale riguardo si possono pubblicizzare presso le scuole le attività del CAI in erba ove presente;
  - *Organismi del terzo settore,* palestre, associazioni sportive. Il coinvolgimento di tali organismi è funzionale ad estendere gli interventi.

#### Metodi e Strumenti

Il progetto assume i seguenti elementi metodologici di riferimento: - tener conto della funzione centrale degli insegnanti per il loro rapporto diretto/continuo con gli studenti e per il loro ruolo specificamente rivolto al trasferimento di conoscenze e competenze agli studenti; - adottare la metodica dell’apprendimento “attivo” ed “esperienziale”, inserendo gli specifici destinatari in una dinamica di gruppo, stimolando i loro interessi e coinvolgendoli anche a livelli emotivo e ludico; - realizzare momenti di restituzione con il gruppo dei partecipanti, a completamento di ciascun incontro, per analizzare/chiarire i contenuti emersi, correlati alla tematica educativa; - adottare una comunicazione priva di “giudizio” e porsi in maniera empatica per creare un clima sereno nel quale i soggetti coinvolti possano sentirsi liberi di esprimere le loro opinioni; - utilizzare un linguaggio idoneo, chiaro e semplice per specifico target, salvaguardando, al tempo stesso, il contenuto scientifico; - garantire una stretta integrazione tra gli operatori dell’A.S.L., gli insegnanti delle Scuole e gli operatori di altre Istituzioni-Agenzie e Organismi del Terzo Settore/Volontariato; - prevedere lo sviluppo della tematica del progetto da parte dei docenti, nell’ambito dell’attività curriculare, al fine di far vivere l’intervento educativo come parte integrante dell’attività didattica, nonché assicurare la continuità e l’estensione delle azioni educative.

E’ previsto l’impiego di materiale per i docenti (sussidi e unità didattiche), articolato per scuole primarie, secondarie di I e II grado; - guida metodologica e di supporto sulle “Scuole Promotrici di Salute”; - materiale informativo/comunicativo per i genitori; sussidi didattici per le attività degli operatori; - schede e strumenti di sussidio per favorire la partecipazione attiva dei destinatari degli interventi.

## Modalità di avvio e gestione del progetto

La fase di avvio prevede un incontro, con i vari partner coinvolti, per presentare il progetto e la modalità per attivare la programmazione integrata di contesto. La fase di co-progettazione prevede di:

- costituire un coordinamento di lavoro inter-istituzionale (composto dal referente del progetto, da un referente di ogni Scuola coinvolta e da un referente di ciascuna altra istituzione/agenzia aderente alla progettualità) al fine di: - definire e condividere gli impegni, che ciascun componente del coordinamento assume, funzionali a realizzare il progetto nell'ottica dell'intersectorialità; - delineare un piano comune funzionale a realizzare gli interventi nel setting scolastico e nel contesto della comunità;
- costituire, presso ogni Scuola coinvolta, un gruppo di lavoro inter-istituzionale (composto da una rappresentanza del gruppo di lavoro dell'A.S.L., degli insegnanti e da operatori di altre istituzioni/agenzie aderenti al progetto) al fine di: - conoscere ed integrare le altre iniziative della Scuola con le attività progettuali; - definire un piano di comune inerente agli interventi da attuare, che tenga conto dei bisogni e delle caratteristiche di ciascuna Scuola, del rapporto tra questa e l'ambiente sociale; - definire le modalità per favorire la partecipazione ai percorsi formativi dei docenti/genitori; - individuare le classi da coinvolgere nel percorso educativo-formativo, nonché strutturare il percorso d'intervento (definendo n° di incontri, contenuti, sussidi didattici, i compiti tra gli attori coinvolti, etc.); - condividere il modello "Scuola Promotrice di Salute" e le azioni consequenziali; - realizzare, in stretta integrazione, gli interventi e assicurare la valutazione dei risultati.

### Nodi di collegamento tra progetti e co-progettazione:

Si prevede per ciascuna Scuola - che aderisce al presente progetto e agli altri progetti richiesti dallo stesso Istituto scolastico - di attivare azioni unitarie, da parte dei rispettivi referenti progettuali, da proporre congiuntamente, nella fase di co-progettazione, al dirigente scolastico ed agli insegnanti, al fine di:

- configurare un disegno globale per la promozione della salute nella Scuola;
- verificare la fattibilità di realizzare interventi unitari con gli altri eventuali progetti richiesti dalla Scuola;
- contribuire unitariamente a configurare/rafforzare il modello di "Scuola Promotrice di Salute".

### **Verifica e diffusione dei risultati**

La valutazione è basata, oltre che sulla verifica di processo, anche sull'analisi: - dei questionari di ingresso/uscita per valutare il miglioramento delle conoscenze/competenze inerente la tematica del progetto, da parte dei fruitori degli interventi; - delle schede di gradimento per valutare la soddisfazione delle attività da parte dei fruitori degli interventi; - dei questionari per verificare il grado di mantenimento nel tempo dei comportamenti corretti correlati al tema progettuali.

Per diffondere i risultati si prevede: - l'invio di un report, sulle attività svolte e sui risultati raggiunti, alle autonomie scolastiche partecipanti. Si potrà programmare un incontro finale tra operatori sanitari, insegnanti e genitori per discutere e valutare i risultati raggiunti; - realizzare, per distretto o afferenze distrettuali, un "Evento pubblico unitario" rivolto, oltre che agli studenti e insegnanti coinvolti nelle attività, anche a studenti e docenti di altre classi, ai genitori e, più in generale, alla comunità locale. L'Evento è finalizzato a presentare i lavori creativi realizzati dagli studenti, diffondere i risultati ottenuti, distribuire i gadget correlati al tema progettuale; - tenere costanti rapporti con i mass media locali per garantire un'ampia diffusione delle diverse azioni realizzate e dei risultati raggiunti; - diffondere il report finale all'interno dell'Azienda Sanitaria.

## 2. W il Sorriso

### Progetto per promuovere la salute orale

#### **Ambito territoriale di attuazione**

Distretti di Nocera Inferiore, Sarno-Pagani, Cava de' Tirreni-Costa d'Amalfi, Eboli-Buccino, Salerno, Mercato San Severino.

#### **Obiettivi educativi**

- Fornire adeguate informazioni sulle problematiche correlate alla salute orale.
- Fornire idonee conoscenze sui fattori che determinano la formazione della placca e della carie e su quelli che la contrastano.
- Favorire l'acquisizione di competenze attinenti alla corretta modalità di lavarsi i denti.
- Facilitare l'adozione di corretti comportamenti e buone pratiche per preservare i denti sani e puliti.
- Stimolare l'adozione di un corretto stile di vita inerente ad un sana ed equilibrata alimentazione