

Dipartimento di Prevenzione
U.O.C. Servizio di Igiene e Sanità Pubblica
Direzione

Ai Dirigenti Scolastici
degli Istituti Scolastici

OGGETTO: Adesione agli interventi di promozione della salute offerti dalla ASL ROMA 3 per l'anno scolastico 2022-2023

Gentilissimo/a Dirigente Scolastico,

Per sviluppare la promozione della salute e del benessere nel contesto scolastico è fondamentale un'alleanza fra Scuola e Sistema Sanitario, come sostenuto dal Documento "Indirizzi di policy integrate per la Scuola che promuove salute" approvato in Conferenza Stato-Regioni nel 2019 (Rep. Atti n.2/CSR del 17/01/2019).

Per tale ragione e in relazione all'avvio della rete delle Scuole che Promuovono Salute (Piano Regionale della Prevenzione 2021-2025), per l'anno scolastico 2022/2023, saranno promossi su tutto il territorio regionale e nel territorio della ASL ROMA 3, i seguenti interventi (descritti dettagliatamente nell'allegato 1):

- interventi preventivi orientati alle life skills attraverso il **programma "Unplugged"** (alunni delle classi seconda e terza della scuola secondaria di I grado);
- interventi per facilitare l'adozione competente e consapevole di comportamenti e stili di vita sani, con l'acquisizione di competenze individuali e il cambiamento dell'ambiente scolastico, sul piano sociale, fisico e organizzativo attraverso:
 - o il programma **"Sanochisa"** (alunni delle classi terze della scuola primaria e delle prime e seconde classi della scuola secondaria di I grado)
 - o il progetto **"Muovinsieme: un miglio al giorno intorno alla scuola"** (alunni della scuola primaria)
 - o le **pause attive** (alunni della scuola dell'infanzia e della scuola primaria e secondaria di I grado);

Data la rilevanza dei temi trattati si raccomanda ai Dirigenti Scolastici di favorire l'adesione alle iniziative messe in campo. A tal fine si chiede di compilare ed inviare, possibilmente entro il **30 luglio 2022**, la scheda di adesione allegata (allegato2).

Si rimane a disposizione per richieste o chiarimenti e si forniscono di seguito tutti i contatti

-Programma Unplugged:

Dott. Giuseppe Anastasi indirizzo email Giuseppe.Anastasi@aslroma3.it

-Sanochisa:

Dott.ssa Maria Novella Giorgi mail : marianovella.giorgi@aslroma3.it tel 0656485328

Dott. Alessandro Santoro Passarelli Vaccaro mail alessandro.vaccaro@aslroma3.it Tel. 0656485257

-Muovinsieme e Pause Attive

Dott.ssa Melissa Luzza mail melissa.luzza@aslroma3.it tel 3336108298

Certi di condividere l'interesse e la partecipazione, cordiali saluti.

Dott.ssa Rosanna Guarini

Referente Aziendale PP1

Allegato 1 – Nota informativa sulle iniziative messe in campo dalle ASL del Lazio per l’anno scolastico 2022/2023 (nota regionale inviata a USR in data 23/06/2022, prot. reg Lazio n. 621818)

Come noto, l’emergenza COVID-19 ha consolidato la collaborazione tra ASL e Scuole del territorio. A partire dall’a.s. 2022/2023, le ASL del Lazio saranno al fianco delle Scuole che aderiranno alla rete SPS. Per l’anno scolastico 2022/2023 sono previsti momenti di raccordo scuole/ASL sotto forma di riunioni, presentazioni, attività di formazione congiunta, analisi di contesto/profilo di salute, valutazione delle priorità, adozione e sviluppo delle pratiche raccomandate per la Scuola che promuove Salute. Parallelamente, è prevista l’offerta, su tutto il territorio regionale, degli interventi descritti di seguito. In base alle specifiche esigenze del territorio, le ASL potranno mettere in campo ulteriori interventi, coerenti con il modello SPS.

“UNPLUGGED” (referente aziendale Dott. Giuseppe Anastasi) è un programma basato su evidenze di efficacia volto a valorizzare e promuovere le capacità personali dei giovani in termini di autostima, autoefficacia e resilienza, al fine di aumentare le loro capacità di gestione delle sfide quotidiane e favorire un maggior senso di controllo personale. Tale intervento permette di migliorare il benessere e la salute psicosociale dei ragazzi attraverso il riconoscimento ed il potenziamento delle abilità personali e sociali necessarie per gestire l’emotività e le relazioni sociali, e prevenire l’uso di sostanze.

La realizzazione delle attività sarà curata, come negli anni passati, da professionisti formati della ASL, che realizzano e coordinano gli interventi formativi rivolti agli insegnanti (**n. 3 giorni di formazione per tot. n. 20 ore**). Per l’implementazione del programma, gli insegnanti coinvolti dovranno dedicare circa **12 ore curricolari all’intervento in aula**. Agli Istituti Comprensivi che aderiranno al Progetto sarà fornito il materiale didattico in formato cartaceo e web.

Target: il programma è dedicato agli alunni di 11-14 anni (classi seconda e terza della scuola secondaria di I grado).

“SANOCHISA” (Referente aziendale Dott.ssa Maria Novella Giorgi) è un programma regionale riconosciuto come buona pratica ed attivo dall’anno scolastico 2016/2017 per favorire l’adozione di corretti stili alimentari, l’aumento dell’attività motoria e la lettura critica della pubblicità negli studenti del Lazio. La realizzazione delle attività sarà curata, come negli anni passati, da professionisti della ASL che realizzano e coordinano gli interventi formativi rivolti agli insegnanti (**5 ore di formazione**) e favoriscono le iniziative finalizzate alla promozione della salute e del benessere negli studenti. Per l’implementazione del programma, gli insegnanti coinvolti dovranno dedicare almeno **10 ore curricolari** all’intervento in aula e 2 ore per il monitoraggio. Agli Istituti Comprensivi che aderiranno al Progetto sarà fornito il materiale didattico in formato cartaceo e web. A supporto del progetto è disponibile anche il sito web (www.sanochisa.it) strutturato in sezioni dedicate a studenti, docenti e genitori.

Target: il programma è dedicato agli alunni delle classi terze della scuola primaria e agli alunni delle prime e seconde classi della scuola secondaria di I grado.

“MUOVINSIEME” (Referente Aziendale Dott.ssa Melissa Lizza) è un progetto con evidenze di efficacia, che coniuga la pratica dell’attività fisica (il camminare) con la possibilità di apprendere in un luogo diverso dalla classe (didattica all’aperto), favorendo e valorizzando anche gli aspetti di socializzazione e relazionali.

L’iniziativa prevede che 2 o 3 giorni a settimana, durante l’orario scolastico, alcune classi a rotazione, accompagnate dagli insegnanti, escano per 15-20 minuti dall’edificio scolastico per coprire la distanza di un miglio (circa 1600 metri) a passo svelto (andatura di 5-5,5 km/ora). La convergenza degli obiettivi (salute ed educazione) tra Asl e Scuole, la condivisione dei processi e la nascita di preziose alleanze con i diversi portatori di interesse (Amministrazioni locali, Associazioni, famiglie, etc.), sono i suoi principali punti di forza. Il

progetto nasce da una buona pratica internazionale (www.thedailymile.it) e nazionale. Nell'anno scolastico 2021/2022, il progetto è stato sperimentato con esiti positivi, da 15 Istituti Comprensivi del Lazio. La realizzazione delle attività sarà curata da professionisti della ASL che realizzano e coordinano gli interventi formativi rivolti agli insegnanti (**6 ore di formazione**) e favoriscono le iniziative finalizzate alla promozione della salute e del benessere negli studenti. A supporto del progetto è disponibile anche il sito web (www.sanochisa.it) strutturato in sezioni dedicate a studenti, docenti e genitori.

Target: il progetto è dedicato alle scuole primarie, ma su richiesta può essere attivato anche nelle scuole secondarie di I grado.

LE PAUSE ATTIVE (*Referente aziendale Dott.ssa Melissa Luzzza*) Sono piccole pause di movimento della durata di 1, 2, 5 o 10 minuti, eseguite in classe ed adattabili alle capacità fisiche di tutti. Sono un modo per promuovere il movimento degli alunni in modo divertente e sicuro, oltre che una strategia efficace per favorire l'attenzione e l'apprendimento, rendendo bambini e ragazzi più attivi e più concentrati per svolgere il lavoro in classe. Le pause attive si possono svolgere durante l'intervallo o in qualsiasi momento della giornata. È l'insegnante che sceglie quando proporre alla classe di fare una pausa attiva a seconda delle esigenze: all'inizio della lezione, tra una lezione e l'altra, nell'intervallo, come "challenge" o routine settimanale. È possibile consigliare agli alunni di ripetere a casa gli esercizi svolti in classe, al fine di favorire il raggiungimento dei 60 minuti di attività fisica quotidiana (di intensità moderata-vigorosa), raccomandati dall'Organizzazione Mondiale della Sanità. I professionisti della ASL forniranno indicazioni e consulenze a educatori e insegnanti nella realizzazione delle pause attive. A sostegno delle pause attive, è disponibile il sito web (www.sanochisa.it) dove sono presenti anche indicazioni per esercizi di stretching gli operatori scolastici. Le schede operative per le pause attive sono disponibili al seguente indirizzo <https://sanochisa.regione.lazio.it/area-docenti/attivita-docenti/principi-di-educazione-motoria/pause-attive-a-scuola/>

Target: le pause attive sono rivolte agli alunni della scuola dell'infanzia e della scuola primaria e secondaria di I grado).

Gli interventi saranno offerti al maggior numero possibile di scuole interessate, tenendo conto del numero di richieste pervenute e della disponibilità di operatori delle ASL. Sarà favorita la partecipazione delle scuole collocate in territori più svantaggiati in base agli indicatori socioeconomici.

Per richieste o chiarimenti è possibile inviare una e-mail all'indirizzo promozioneprevenzionosalute@regione.lazio.it (con oggetto "Scuole che Promuovono Salute").

Allegato 2 - SCHEDA DI ADESIONE

da inviare a: sps@aslroma3.it

SCRIVERE IN STAMPATELLO

Il _____ Dirigente
Scolastico _____

dell'Istituto scolastico _____

Plesso _____

via _____ n° _____ cap _____

Municipio _____ Comune _____

tel. _____ e-mail _____

chiede di aderire a:

- UNPLUGGED**
- SANOCHISA**
- MUOVINSIEME**
- PAUSE ATTIVE**

L'Istituto s'impegna ad inserire nel PTOF le attività per la realizzazione dei programmi/progetti di interesse e ad individuare i sottoelencati docenti che parteciperanno ad un corso di formazione (necessario per realizzare le attività. Gli insegnanti coinvolti si impegnano a partecipare agli incontri di aggiornamento e follow-up.

Docenti da formare che partecipano al corso di formazione "Unplugged"

Indicare nominativo, recapito e-mail e telefonico di ciascun docente

Docenti da formare che partecipano al corso di formazione “SANOCHISA”

Indicare nominativo, recapito e-mail e telefonico di ciascun docente

Docenti da formare che partecipano al corso di formazione “MUOVINSIEME/PAUSE ATTIVE”

Indicare nominativo, recapito e-mail e telefonico di ciascun docente

Classi che realizzeranno Unplugged n° _____ per un totale di n° _____ studenti

Classi che realizzeranno SANOCHISA n° _____ per un totale di n° _____ studenti

Classi che realizzeranno MUOVINSIEME n° _____ per un totale di n° _____ studenti

Classi che realizzeranno PAUSE ATTIVE E n° _____ per un totale di n° _____ studenti

Data

Dirigente Scolastico

firma e timbro

Nota: Secondo quanto stabilito dalla regione Lazio la partecipazione è vincolata al numero totale di richieste pervenute. Saranno privilegiati gli IC posti in territori svantaggiati...