

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**” è un programma basato su evidenze di efficacia volto a valorizzare e promuovere le capacità personali dei giovani in termine 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**” 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**” 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 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).

PEER-EDUCATION per interventi di promozione della salute, con particolare riferimento alla prevenzione del tabagismo. La peer education è un metodo educativo (particolarmente utilizzato in sede di educazione e promozione della salute) in base al quale un piccolo gruppo di "pari", opera attivamente per informare ed influenzare altri ragazzi, generalmente di qualche anno più piccoli. Si tratta di una strategia educativa volta ad attivare un processo naturale di passaggio di conoscenze, emozioni ed esperienze da parte di alcuni membri del gruppo ad altri membri di pari status. Con l'approccio educativo della peer education, gli studenti diventano soggetti attivi della propria formazione, non più solo recettori di contenuti o informazioni trasferite dall'adulto. La peer education può essere applicata, nell'ambito di interventi strutturati di prevenzione di fattori di rischio comportamentali e di promozione di sani stili di vita quali ad esempio, interventi volti a contrastare sedentarietà e obesità, a prevenire uso di tabacco, alcol, droghe, fenomeni di bullismo e cyberbullismo, promuovere la salute sessuale, prevenire Infezioni sessualmente trasmesse (IST), HIV e AIDS.

Nell'anno scolastico 2022/2023 saranno avviati gli interventi di formazione rivolti a operatori sanitari e docenti delle scuole interessate, volti alla realizzazione di interventi di peer education.

Target: gli interventi di peer education sono rivolti prevalentemente agli alunni delle scuole secondarie di II grado.