



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

Anno scolastico  
2023/2024



Questa copertina è stata progettata utilizzando le risorse di 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) 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 Benedetti**, Settore Prevenzione e Promozione della Salute nei Luoghi di Vita e di Lavoro, ARS, Regione Marche
- **Dott.ssa Elisabetta Bernacchia**, UOS Promozione della Salute, Dipartimento di Prevenzione Screening Oncologici, AST di Ancona
- **Dott.ssa Annalisa Cardone**, UOS Epidemiologia, Dipartimento di Prevenzione, AST di Ancona
- **Dott.ssa Giusi Giacomini**, UOS Promozione della Salute, Dipartimento di Prevenzione Screening Oncologici, AST di Ancona
- **Dott.ssa Rosita Mori**, Servizio Territoriale Dipendenze Patologiche, AST Fermo
- **Servizi Igiene degli Alimenti e della Nutrizione (SIAN)** delle 5 AST delle Marche.

## INDICE

<b>INTRODUZIONE .....</b>	<b>5</b>
<b>LO STATO DI SALUTE DEI BAMBINI E DEI RAGAZZI .....</b>	<b>6</b>
"OKKIO ALLA SALUTE" NELLA REGIONE MARCHE (RILEVAZIONE 2019) .....	7
"HBSC" (HEALTH BEHAVIOR IN SCHOOL-AGED CHILDREN)- COMPORTAMENTI LEGATI ALLA SALUTE DEI RAGAZZI DI ETÀ SCOLARE IN ITALIA (RILEVAZIONE 2018) .....	9
<b>PIANO REGIONALE DELLA PREVENZIONE 2020-2025 DELLA REGIONE MARCHE .....</b>	<b>11</b>
<b>"SCUOLE CHE PROMUOVONO SALUTE"- PROGRAMMA PREDEFINITO 01 (PP 01) .....</b>	<b>12</b>
<b>COME ADERIRE ALLA RETE DELLE "SCUOLE CHE PROMUOVONO SALUTE" .....</b>	<b>13</b>
<b>PROPOSTE REGIONALI DI INTERVENTI PER LA PROMOZIONE E L'EDUCAZIONE ALLA SALUTE .....</b>	<b>15</b>
<b>PROPOSTE PER LA SCUOLA DELL'INFANZIA .....</b>	<b>16</b>
- <i>"Laboratorio di Promozione di Sani Stili di Vita e di Prevenzione dei Disturbi Vocali"</i> .....	16
- <i>"Guadagnare Salute... con le life skills"</i> .....	16
- <i>"Login". Contrasto, prevenzione e riduzione del rischio da gioco d'azzardo patologico e dipendenze tecnologiche"</i> .....	17
- <i>"Il mercoledì della frutta"</i> .....	17
- <i>"Conoscere per scegliere ed agire: sale iodato, intolleranze e allergie alimentari, etichettatura e altro"</i> .....	18
- <i>"La giusta alimentazione? La trovi a scuola: sinergie nutrizionali, ambientali e non solo..."</i> .....	19
<b>PROPOSTE PER LA SCUOLA PRIMARIA .....</b>	<b>20</b>
- <i>"Laboratorio di Promozione di Sani Stili di Vita e di Prevenzione dei Disturbi Vocali"</i> .....	20
- <i>"Guadagnare Salute... con le life skills"</i> .....	20
- <i>"Build the future"</i> .....	21
- <i>"Piedibus e percorsi sicuri casa-scuola: la mobilità sostenibile a prova di bambini e studenti"</i> ....	21
- <i>"Rete senza fili-Salute e Internet Addiction Disorder: tante connessioni possibili"</i> .....	22
- <i>"Login"- "Robotica e coding". Contrasto, prevenzione e riduzione del rischio da gioco d'azzardo patologico e dipendenze tecnologiche</i> .....	22
- <i>"Educazione affettiva alla scoperta del corpo, delle emozioni e delle relazioni"</i> .....	23
- <i>"Il mercoledì della frutta"</i> .....	23
- <i>"E vai con la frutta..."</i> .....	24
- <i>"Conoscere per scegliere ed agire: sale iodato, intolleranze e allergie alimentari, etichettatura e altro"</i> .....	25
- <i>"La giusta alimentazione? La trovi a scuola: sinergie nutrizionali, ambientali e non solo..."</i> .....	26
<b>PROPOSTE PER GLI ISTITUTI SECONDARI DI I GRADO .....</b>	<b>27</b>
- <i>"Laboratorio di Promozione di Sani Stili di Vita e di Prevenzione dei Disturbi Vocali"</i> .....	27
- <i>"Guadagnare Salute... con le life skills"</i> .....	27
- <i>"Build the future"</i> .....	28
- <i>"Cambiare il punto di vista"</i> .....	28
- <i>"Stand by me"</i> .....	29

- *“Piedibus e percorsi sicuri casa-scuola: la mobilità sostenibile a prova di bambini e studenti”* ....29
- *“Infezioni Sessualmente Trasmissibili e Contraccezione”* .....30
- *“Affaridicuore va a scuola”* .....30
- *“Conoscersi per amarsi”* .....31
- *“Educazione affettiva alla scoperta del corpo, delle emozioni e delle relazioni”* .....31
- *“Unplugged”* .....31
- *“Cosa sai dell’alcol?”* .....32
- *“Gioco o son serio? I serious games a scuola per imparare a gestire le emozioni e le relazioni* ....32
- *“#nelritmodellarete”. Contrasto, prevenzione e riduzione del rischio da gioco d’azzardo patologico e dipendenze tecnologiche* .....33
- *“Dipende anche da te!?”. Contrasto, prevenzione e riduzione del rischio da gioco d’azzardo patologico e dipendenze tecnologiche* .....33
- *“Un patentino per lo smartphone”. Contrasto, prevenzione e riduzione del rischio da gioco d’azzardo patologico e dipendenze tecnologiche*.....34
- *“Login”. Contrasto, prevenzione e riduzione del rischio da gioco d’azzardo patologico e dipendenze tecnologiche* .....35
- *“Che azzardo!?”. Contrasto, prevenzione e riduzione del rischio da gioco d’azzardo patologico e dipendenze tecnologiche* .....35
- *“Tutti a teatro”* .....36
- *“Il mercoledì della frutta”* .....36
- *“Conoscere per scegliere ed agire: sale iodato, intolleranze e allergie alimentari, etichettatura e altro”* .....37
- *“La giusta alimentazione? La trovi a scuola: sinergie nutrizionali, ambientali e non solo...”* .....38

**PROPOSTE PER GLI ISTITUTI SECONDARI DI II GRADO** .....39

- *“Laboratorio di Promozione di Sani Stili di Vita e di Prevenzione dei Disturbi Vocali”* .....39
- *“Guadagnare Salute... con le life skills* .....39
- *“I centri di Informazione e Consulenza (C.I.C.)”* .....40
- *“Cambiare il punto di vista”*.....41
- *“La Peer Education come promozione di sani stili di vita”* .....41
- *“Oltre l’indifferenza: parlare ancora di HIV/AIDS”* .....42
- *“Appleschool”* .....42
- *“Login”. Contrasto, prevenzione e riduzione del rischio da gioco d’azzardo patologico e dipendenze tecnologiche* .....43
- *“Così PEER gioco”. Contrasto, prevenzione e riduzione del rischio da gioco d’azzardo patologico e dipendenze tecnologiche* .....43
- *“Che azzardo!?”. Contrasto, prevenzione e riduzione del rischio da gioco d’azzardo patologico e dipendenze tecnologiche* .....44
- *“Dipende anche da te!?”. Contrasto, prevenzione e riduzione del rischio da gioco d’azzardo patologico e dipendenze tecnologiche* .....44
- *“Insieme...per gioco”*.....45
- *“Tutti a teatro”* .....45
- *“Il mercoledì della frutta”* .....46
- *“Conoscere per scegliere ed agire: sale iodato, intolleranze e allergie alimentari, etichettatura e altro”* .....47
- *“La giusta alimentazione? La trovi a scuola: sinergie nutrizionali, ambientali e non solo...”* .....48

## 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.

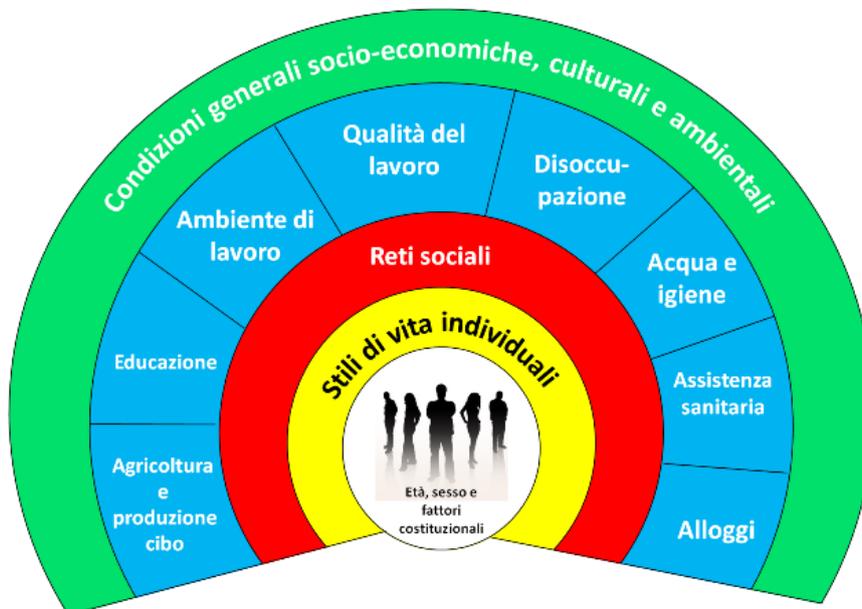


Immagine tratta da Dahlgren G. e Whitehead M. (1991)<sup>1</sup>

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.

## LO STATO DI SALUTE DEI BAMBINI E DEI RAGAZZI

In Italia sono attivi i seguenti sistemi di sorveglianza che rilevano lo stato di salute dei bambini e dei ragazzi, attraverso i quali è possibile 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 2023.
- **“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.

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

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 2019)<sup>2</sup>

**Stato ponderale.** Tra i bambini della nostra Regione il 2,3% risulta in condizioni di obesità grave, il 6,6% risulta obeso, il 21,3% sovrappeso, il 69% normopeso e lo 0,8% sottopeso. Complessivamente il 30% 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 leggermente maggiori di quelli nazionali e valori di obesità leggermente superiori. 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 mentre l'obesità è più diffusa nei centri con popolazione 10-50.000. Il rischio di sovrappeso/obesità diminuisce con il crescere della scolarità della madre, da 36% per titolo di scuola elementare o media, a 31% per diploma di scuola superiore, a 24% per la laurea. Dai dati riferiti dai genitori emerge che, nella nostra Regione, il 19% delle madri è in sovrappeso e il 6% è obeso; i padri, invece, sono nel 45% sovrappeso e nel 10% obesi. Quando almeno uno dei due genitori è in sovrappeso, il 21% dei bambini risulta in sovrappeso e il 8% obeso. Quando almeno un genitore è obeso, il 29% dei bambini è in sovrappeso e il 22% obeso. Il 15% dei bambini dorme meno di 9 ore; a livello nazionale questo dato è stato pari al 13%. Nella nostra regione la percentuale di bambini sovrappeso-obesi aumenta al diminuire delle ore di sonno.

**Abitudini alimentari.** Il 39% delle classi ha partecipato ad attività di promozione del consumo di alimenti sani. Solo una piccola parte di bambini (36%) consuma una merenda adeguata di metà mattina; la maggior parte dei bambini (63%) la fa inadeguata e il 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 18% dei bambini consuma la frutta 2-3 volte al giorno e il 23% una sola volta al giorno; l'8% 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 13% dei bambini consuma verdura 2-3 al giorno; il 20% una sola volta al giorno ed il 15% dei bambini consuma verdura meno di una volta a settimana o mai. La frequenza del consumo di verdura 2-3 volte al giorno è maggiore nei figli delle madri laureate (19%) rispetto a quelle con diploma superiore (11%) e a quelle con basso titolo di studio (7%). Non si rilevano grosse differenze di frequenza di consumo tra due sessi: l'unico dato evidente è una percentuale maggiore di femmine che consuma la verdura 4 o + volte al giorno. Il 15% dei bambini consuma almeno due volte al giorno frutta e/o verdura. Nella nostra regione il 7% dei bambini assume bevande zuccherate confezionate contenenti zucchero quasi tutti i giorni. Il 52% 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% e del 19%. Mentre non vi è grande differenza fra maschi e femmine per le diverse categorie di alimenti ad eccezione degli snack dolci che i maschi assumono quotidianamente in percentuale doppia rispetto alle femmine (8% versus 4% delle femmine). La prevalenza di consumo di bibite confezionate contenenti zucchero una volta al giorno tutti i giorni diminuisce con il crescere della scolarità della madre.

<sup>2</sup> Estratto tratto da “Okkio alla salute. Indagine 2019: dati regionali”, in <https://www.epicentro.iss.it/okkioallasalute/indagine-2019-report-regionali>

**Attività fisica.** Nel nostro studio il 26% dei bambini risulta non attivo il giorno antecedente all'indagine. Solo il 26% 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). Le femmine non attive (27%) sono in percentuale maggiore dei maschi (24%). Le percentuali dei bambini non attivi vive in tutte le aree geografiche indipendentemente dal numero degli abitanti (25-26%). Il 50% del totale dei bambini ha giocato all'aperto il pomeriggio antecedente all'indagine. I maschi giocano all'aperto più delle femmine. Il 43% 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 (50%) pratica attività sportiva strutturata, per almeno 1 ora e per 2 giorni la settimana, il 15% neanche un giorno e solo il 2% 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 2 bambini su 10 (23%) fanno almeno 1 ora di attività per 2 giorni la settimana, l'8% neanche un giorno ed il 28% 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 52% dei bambini guarda la TV o usa videogiochi/tablet/cellulare da 0 a due 2 ore al giorno, mentre il 41% è esposto quotidianamente alla TV o ai videogiochi/tablet/cellulare per 3 a 4 ore e il 7% per almeno 5 ore, maggiormente nel fine settimana. L'esposizione a più di 2 ore di TV o videogiochi/tablet/cellulare è più frequente tra i maschi (53% versus 42%) e diminuisce con l'aumento del livello di istruzione della madre. Complessivamente il 38% 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 (15% versus 12%). 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 13%, mentre quella relativa l'utilizzo di videogiochi/tablet/cellulare è 7%. Nella nostra regione il 32% dei bambini ha guardato la TV la mattina prima di andare a scuola, il 79% il pomeriggio del giorno precedente ha guardato la TV o utilizzato videogiochi e il 76% la sera. Solo l'8% dei bambini non ha guardato la TV o utilizzato i videogiochi/tablet/cellulare nelle 24 ore antecedenti l'indagine, mentre il 23% lo ha fatto in un periodo della giornata, il 44% in due periodi e il 25% 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 (30% versus 20%) ed è associata con l'aumento del livello di istruzione della madre in modo inversamente proporzionale.

**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 60% delle scuole campionate ha una mensa scolastica funzionante. Nelle scuole dotate di una mensa, il 91% di esse sono aperte almeno 5 giorni la settimana. La definizione del menù scolastico è più frequentemente stabilita da un esperto dell'ASL (49%), seguito dal dietista esterno e da un responsabile del comune.

Secondo il giudizio dei dirigenti scolastici, l'84% 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 46% delle scuole; il 7% è accessibile sia agli adulti che ai bambini. Lo sviluppo di comportamenti non salutari nei bambini può essere favorito

dalla presenza nelle scuole di distributori automatici di merendine o bevande zuccherate di libero accesso agli alunni.

### **“HBSC” (HEALTH BEHAVIOR IN SCHOOL-AGED CHILDREN)- COMPORAMENTI LEGATI ALLA SALUTE IN RAGAZZI DI ETÀ SCOLARE IN ITALIA (RILEVAZIONE 2018)<sup>3</sup>**

Dall'indagine del 2018 risulta che gli adolescenti italiani hanno un'alta percezione della loro qualità di vita, anche se le loro abitudini non sono poi così corrette. Dal 20 al 30% 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 un quarto di loro supera le 2 ore al giorno (il massimo raccomandato) davanti ad uno schermo.



L'indagine mostra, inoltre, l'aumento di fenomeni estremi quali il *binge drinking* e la preferenza, soprattutto tra le ragazze, di trascorrere tempo online con gli amici piuttosto che incontrarli di persona. Di contro, l'Italia risulta essere tra i Paesi meno interessati dal fenomeno del bullismo. Gli studenti, per di più, si sentono supportati da amici e compagni di classe e hanno un buon rapporto con gli insegnanti.

**Alimentazione e stato ponderale.** Sulla base di quanto dichiarato dagli studenti, il 16,6% dei ragazzi 11-15 anni è in sovrappeso e il 3,2% obeso; l'eccesso ponderale diminuisce lievemente con l'età, è maggiore nei maschi e nelle regioni del sud. Rispetto alla precedente rilevazione effettuata nel 2014 tali valori sono tendenzialmente stabili. Tra i comportamenti alimentari scorretti, l'HBSC ha evidenziato nel 2018 l'abitudine frequente a non consumare la colazione nei giorni di scuola, con prevalenze che vanno dal 20,7% a 11 anni, al 26,4% a 13 anni e al 30,6% a 15 anni; tale percentuale è maggiore nelle ragazze in tutte le fasce d'età considerate. Questa abitudine, rispetto al 2014, ha subito un lieve 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 2014 aumenta il consumo, almeno una volta al giorno, di verdura ma diminuisce quello di frutta in tutte le fasce d'età e per entrambi i generi. Pane, pasta e riso sono gli alimenti più consumati in assoluto (1 ragazzo su 2). Le bibite zuccherate/gassate sono consumate maggiormente dagli undicenni e dai maschi: le consuma almeno una volta al giorno il 14,3% degli undicenni, il 13,7% dei tredicenni ed il 12,6% dei quindicenni. Il trend però è in discesa, già dal 2014, per tutte le fasce d'età e senza differenza di genere.

**Attività fisica e sedentarietà.** Nel 2018 la frequenza raccomandata di attività motoria moderata-intensa quotidiana è rispettata solo dal 9,5% dei ragazzi 11-15 anni, diminuisce con l'età (11 anni: 11,9%; 13 anni: 6,5%; 15 anni: 6,8%) ed è maggiore nei maschi; tale comportamento risulta in diminuzione rispetto al 2014. Le linee guida internazionali raccomandano di non superare 2 ore al giorno in attività dedicate a guardare uno schermo (videogiochi/computer/internet); dai dati del 2018 si evince che circa un quarto dei ragazzi supera questo limite, con un andamento simile per entrambi i generi e valori in aumento dopo gli 11 anni. Rispetto al 2014 non si riscontra un cambiamento sostanziale.

**Fumo, alcol, cannabis e gioco d'azzardo.** Nella fascia d'età 11-15 anni, la quota totale dei non fumatori negli ultimi 30 giorni si mantiene stabile: 89% nel 2018 rispetto al 88% del 2014. Le 15enni italiane fumano di più rispetto ai coetanei maschi: il 32% delle ragazze ha fumato almeno un giorno nell'ultimo mese rispetto al 25% dei ragazzi. Il 16% dei 15enni italiani (e il 12% delle 15enni) ha fatto uso di cannabis nel corso degli ultimi 30 giorni. Aumentano i fenomeni estremi legati al

<sup>3</sup> Estratto tratto da "Giovani e salute. I risultati del sistema di sorveglianza HBSC 2018", in <https://www.salute.gov.it/portale/saluteBambinoAdolescente/dettaglioNotizieSaluteBambinoAdolescente.jsp?lingua=italiano&menu=notizie&p=dalministero&id=3905>

consumo di alcolici tra i giovani. Nel 2018, il 43% dei 15enni (38% nel 2014) e il 37% delle 15enni (30% nel 2014) ha fatto ricorso al *binge drinking* (assunzione di 5 o più bicchieri di bevande alcoliche, in un'unica occasione) negli ultimi 12 mesi. Più di 4 studenti su 10 hanno avuto qualche esperienza di gioco d'azzardo, con i ragazzi 15enni che risultano esserne coinvolti maggiormente (62%) rispetto alle coetanee (23%). La quota di studenti a rischio di sviluppare una condotta problematica o che possono già essere definiti problematici (presenza almeno due sintomi del disturbo da gioco d'azzardo come per esempio aver rubato soldi per scommettere) è pari al 16%, con un +10% rispetto al 2014.

**Il rapporto tra pari, il contesto scolastico, il bullismo e il cyberbullismo.** Nel 2018 più del 70% dei ragazzi 11-15 anni parla molto facilmente con i genitori; più dell'80% dichiara di avere amici con cui condividere gioie e dispiaceri e più del 70% di poter parlare con loro dei propri problemi. Infine, oltre il 60% dei ragazzi ritiene i propri compagni di classe gentili e disponibili. Un ragazzo su due dichiara che gli insegnanti sono interessati a lui come persona e il 62,4% dei ragazzi dichiara di avere fiducia negli insegnanti. Il bullismo continua a vedere l'Italia tra i Paesi meno interessati dal fenomeno rispetto al complesso di quelli coinvolti nella rilevazione. Gli atti di bullismo 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 16,9% degli undicenni (erano il 23% nel 2014), il 13,7% dei tredicenni e l'8,9% dei quindicenni. Rispetto al 2014 tale fenomeno è quindi complessivamente in riduzione. La percentuale di coloro che dichiarano di aver subito azioni di cyberbullismo nei precedenti due mesi diminuisce con l'età (11 anni: 10,1%; 13 anni: 8,5% e 15 anni: 7%).

**L'uso problematico dei social media.** I risultati mostrano che i giovani che fanno uso problematico dei social media sono l'11,8% delle ragazze e il 7,8% dei ragazzi. 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. Infatti, soprattutto le ragazze di 13 anni (19%) dichiarano di essere d'accordo o molto d'accordo nel preferire le interazioni online per parlare dei propri sentimenti. La maggioranza delle ragazze (86,9%) e dei ragazzi (77%) ha dichiarato di avere contatti online giornalmente o più volte al giorno con la cerchia di amici stretti che frequentano anche faccia a faccia.

**Le abitudini sessuali.** Il 21,8% dei 15enni (26,2% maschi vs 17,6% femmine) dichiara di aver avuto rapporti sessuali completi. Il tipo di contraccettivo prevalentemente utilizzato è il preservativo (70,9% dei maschi e il 66,3% delle femmine), seguito dal coito interrotto (37% maschi vs 54,5% femmine), dalla pillola (11,1% maschi vs 11,5% femmine); poco meno del 6,5% riferisce l'uso di metodi naturali.

## PIANO REGIONALE DELLA PREVENZIONE 2020-2025 DELLA REGIONE MARCHE<sup>4</sup>

Lo strumento fondamentale di pianificazione centrale degli interventi di Prevenzione e Promozione della Salute è il Piano Nazionale della Prevenzione (PNP)<sup>5</sup>. 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 intersettorialità,
- 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, intersettoriale, 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.

---

<sup>4</sup> Piano Regionale della Prevenzione 2020-2025 – Regione Marche.  
[https://www.salute.gov.it/portale/prevenzione/DELIBERE\\_PRP\\_2020-2025/Marche/PRP\\_ALLEGATO\\_DGR.pdf](https://www.salute.gov.it/portale/prevenzione/DELIBERE_PRP_2020-2025/Marche/PRP_ALLEGATO_DGR.pdf)

<sup>5</sup> Piano Nazionale della Prevenzione 2020-2025.  
[https://www.salute.gov.it/imgs/C\\_17\\_pubblicazioni\\_2955\\_allegato.pdf](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*<sup>6</sup> 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**<sup>7</sup>, 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.



Schools for Health in Europe

La Rete delle SPS si impegna, infatti, ad operare a partire dai riferimenti internazionali sul tema come la *Carta di Ottawa*<sup>8</sup>, la *Risoluzione di Vilnius*<sup>9</sup> e la *Dichiarazione di Odense*<sup>10</sup>, ispirandosi ai principi fondamentali di equità, inclusione, partecipazione e sostenibilità.

<sup>6</sup> “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](https://www.iuhpe.org/images/PUBLICATIONS/THEMATIC/SCHOOL/FacilitatingDialogueHE_EN.pdf)

<sup>7</sup> “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](http://www.iuhpe.org/images/PUBLICATIONS/THEMATIC/HPS/HPSGuidelines_IT.pdf)

<sup>8</sup> “The Ottawa Charter For Health Promotion” - 1<sup>a</sup> Conferenza Internazionale sulla Promozione della Salute - World Health Organization (1986). [https://www.euro.who.int/\\_data/assets/pdf\\_file/0004/129532/Ottawa\\_Charter.pdf](https://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0004/129532/Ottawa_Charter.pdf)

<sup>9</sup> “Vilnius Resolution” - 3rd European Conference on health promoting schools: “Better Schools through Health”, Vilnius2009. Traduzione italiana “*Migliorare le Scuole attraverso la salute*”. <https://www.scuolapromuovesalute.it/wp-content/uploads/2020/09/Risoluzione-di-Vilnius-2009.pdf>

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 setting<sup>11</sup>.

### 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:

- il Dirigente scolastico crea, all'interno della scuola, un **Gruppo di lavoro specifico** (nel quale è presente anche un referente dell'Azienda Sanitaria Territoriale con funzione di consulenza e supporto metodologici) che ha l'obiettivo di guidare la comunità scolastica nel diventare e rimanere una Scuola che Promuove Salute;
- il Gruppo di lavoro elabora e trasmette, all'Ufficio Scolastico Regionale, il *Profilo di Salute* della scuola (che rappresenta una fotografia dell'ambiente fisico e organizzativo, dell'ambiente sociale, delle metodologie per migliorare le competenze individuali e la capacità d'azione, della collaborazione comunitaria, dei rapporti con i servizi per la salute, le famiglie, le associazioni, ecc.);
- il Gruppo lavoro inserisce nel Piano Triennale dell'Offerta Formativa (PTOF) l'intenzione e la responsabilità a sviluppare il percorso SPS, creando al contempo reti con le famiglie, le istituzioni, le associazioni e tutti i portatori di interesse del territorio;
- il Gruppo di lavoro identifica e propone di intervenire su un tema specifico nel corso dell'anno scolastico (elaborando un progetto di intervento attraverso una o più pratiche raccomandata e definendo obiettivi, attività, cronoprogramma e indicatori per attuarlo);

---

<sup>10</sup> 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>

<sup>11</sup> "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](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>

- il Gruppo di lavoro monitora e valuta i cambiamenti avvenuti nel corso dell'anno scolastico;
- il Gruppo di lavoro predispone un **piano di comunicazione** finalizzato a trasmettere alla comunità scolastica i vantaggi del partecipare alla Rete delle SPS e nel mantenere lo status di "Scuola che promuove salute".

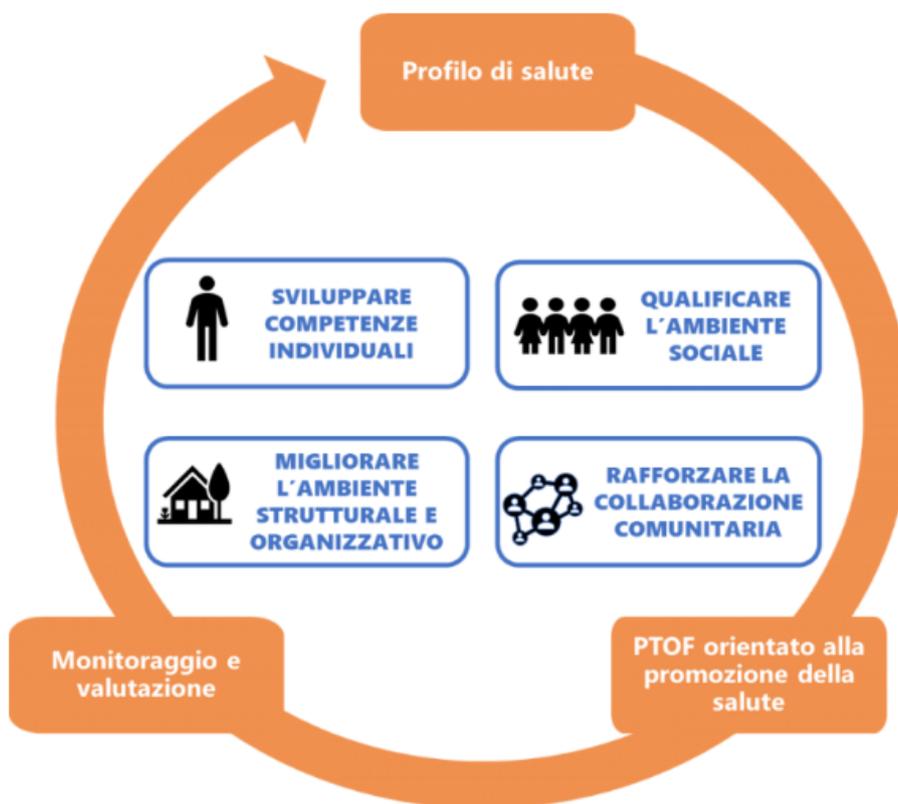


Immagine tratta dal sito [www.scuolapromuovesalute.it](http://www.scuolapromuovesalute.it)

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

Si elencano, di seguito, 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 nelle scuole dei rispettivi territori.

Tali iniziative fanno riferimento alla definizione di "*Buona pratica*" di Kahan e Goodstadt (2001)<sup>12</sup> e contengono almeno uno dei seguenti criteri di *Buone Pratiche di Promozione della Salute* individuati dalla *Commissione Europea- Direzione Generale per la Salute e la Sicurezza Alimentare*<sup>13</sup>:

- **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. La raccolta delle proposte è stata realizzata sulla base di alcuni dei criteri sopra descritti a seguito di una prima rilevazione effettuata al momento della stesura del Documento. Il Documento rappresenta un *work in progress* e prevede aggiornamenti regolari. Nelle successive edizioni del Documento, le proposte già inserite dovranno rispondere ad almeno un criterio in più rispetto a quelli precedentemente posseduti. Le nuove proposte, invece, dovranno contenere almeno uno dei criteri sopra elencati ed includerne almeno un altro ad ogni aggiornamento del Documento.

---

<sup>12</sup> Secondo Kahan e Goodstadt (2001) sono Buone Pratiche gli interventi/attività/programmi che possono raggiungere il miglior risultato possibile in una determinata situazione e che sono ben integrati con il contesto ambientale, in armonia con i principi/valori/credenze e le prove di efficacia  
[https://www.retepromozionesalute.it/bd2\\_ricgui.php?azione=elenco&criterio=S](https://www.retepromozionesalute.it/bd2_ricgui.php?azione=elenco&criterio=S)

<sup>13</sup> [https://ec.europa.eu/health/sites/health/files/major\\_chronic\\_diseases/docs/sgpp\\_bestpracticescriteria\\_en.pdf](https://ec.europa.eu/health/sites/health/files/major_chronic_diseases/docs/sgpp_bestpracticescriteria_en.pdf)

## PROPOSTE PER LA SCUOLA DELL'INFANZIA

### **“LABORATORIO DI PROMOZIONE DI SANI STILI DI VITA E DI 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 per la prevenzione dei Disturbi Vocali, patologia da cui sono affetti molteplici professionisti ed in particolar modo gli insegnanti. Utilizzando la metodologia della *Life Skills Education*, il corso favorisce il potenziamento delle *life skills* dei docenti, indispensabili per compiere scelte consapevoli e funzionali per la propria salute. Il Laboratorio si articola in una serie di incontri teorici e pratico-esperienziali rivolti ai docenti.

- **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](mailto:z13.peas@sanita.marche.it), tel. 0736/358032

### **“GUADAGNARE SALUTE... CON LE LIFE SKILLS”**

È un programma di promozione della salute e di prevenzione dei comportamenti a rischio (in particolare legati all'alcol, al fumo, all'alimentazione scorretta e all'inattività fisica) attraverso lo sviluppo ed il potenziamento delle *life skills* degli alunni delle Scuole dell'Infanzia, Primarie e Secondarie di I e II grado. 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*”. Attraverso docenti appositamente formati, il programma propone un percorso finalizzato allo sviluppo ed al potenziamento delle *life skills* (sezione “*Guadagnare Salute...con le life skills*”) ed alla prevenzione dei comportamenti a rischio per la salute (sezione “*Sani Stili di Vita...con le life skills*”). Per le Scuole dell'Infanzia e Primarie viene proposta un'integrazione per promuovere la *Life Skills Education* in famiglia (sezione “*A casa con mamma e papà*”). Per tutti i docenti sono previsti, inoltre, approfondimenti laboratoriali sulle *life skills*, su temi specifici di promozione della salute e sulla promozione della cultura della sicurezza in ambito domestico e stradale.

- **AST Ancona.** Dipartimento Prevenzione Screening Oncologici- UOS Promozione della Salute: Dott.ssa Giusi Giacomini, segreteria: [elisabett.bernacchia@sanita.marche.it](mailto:elisabett.bernacchia@sanita.marche.it), tel. 0718705591
- **AST Macerata.** UOSD Epidemiologia, Promozione della Salute e Comunicazione del Rischio: Dott.ssa Angela Michela Gardini, e-mail: [angela.gardini@sanita.marche.it](mailto:angela.gardini@sanita.marche.it), tel. 329/7603852; Dott. Andrea Sbrancia, e-mail: [andrea.sbrancia@sanita.marche.it](mailto:andrea.sbrancia@sanita.marche.it), tel. 071/7583711
- **AST Fermo.** Servizio Territoriale Dipendenze Patologiche (STDP): Dott.ssa Rosita Mori, e-mail [rosita.mori@sanita.marche.it](mailto:rosita.mori@sanita.marche.it), tel. 0734/6257009
- **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](mailto:z13.peas@sanita.marche.it), tel. 0736/358032

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

Laboratori finalizzati alla promozione di stili sani di vita e life skills, per stimolare comportamenti e analisi utili alla definizione di uno stile sano di gioco e di uso delle tecnologie già nel rapporto con bambini della fascia d’età 0-6.

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

**“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](mailto:silvia.monaldi@sanita.marche.it), tel. 0721/424447
- **AST Ancona.** UOC Igiene degli Alimenti e della Nutrizione: Dott.ssa Isabella Romani, e-mail: [isabella.romani@sanita.marche.it](mailto:isabella.romani@sanita.marche.it), tel. 0732/707466
- **AST Macerata.** UOC Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione: Dott.ssa Simona De Lutiis, e-mail: [simona.delutiis@sanita.marche.it](mailto:simona.delutiis@sanita.marche.it), tel. 0733/823858
- **AST Fermo.** UOC Igiene degli Alimenti e della Nutrizione: Dott.ssa Martina Dichiara, e-mail: [martina.dichiara@sanita.marche.it](mailto:martina.dichiara@sanita.marche.it), tel. 0734/625 3377
- **AST Ascoli Piceno.** UOC Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione: Dott.ssa Paola Puliti, e-mail: [sian.ast.ap@sanita.marche.it](mailto:sian.ast.ap@sanita.marche.it), tel. 0736/358018

**“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. 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](mailto:elsa.ravaglia@sanita.marche.it), tel. 0721/424447; Dott.ssa Marialuisa Lisi, e-mail: [marialuisa.lisi@sanita.marche.it](mailto:marialuisa.lisi@sanita.marche.it), tel. 0721/424447
- **AST Ancona.** UOC Igiene degli Alimenti e della Nutrizione: Dott.ssa Susy Maria Greganti, e-mail: [susymaria.greganti@sanita.marche.it](mailto:susymaria.greganti@sanita.marche.it), tel. 071/79092644
- **AST Macerata.** UOC Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione: Dott. Alessandro Catalini, e-mail: [alessandro.catalini@sanita.marche.it](mailto:alessandro.catalini@sanita.marche.it), tel. 0733/823855; Dott.ssa Irene Giacchetta, w-mail: [irene.giacchetta@sanita.marche.it](mailto:irene.giacchetta@sanita.marche.it), tel. 351/5225514
- **AST Fermo.** UOC Igiene degli Alimenti e della Nutrizione: Dott.ssa Emma Acevedo Duarte, e-mail: [emma.acevedoduarte@sanita.marche.it](mailto:emma.acevedoduarte@sanita.marche.it), tel. 0734/6253463
- **AST Ascoli Piceno.** UOC Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione: Dott.ssa Benedetta Rosetti, tel. 0736/358930, Dott.ssa Susanna Speca, tel. 0736/358931, e-mail: [sian.ast.ap@sanita.marche.it](mailto:sian.ast.ap@sanita.marche.it)

**“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](mailto:elsa.ravaglia@sanita.marche.it), tel. 0721/424447; Dott.ssa Silvia Monaldi, e-mail: [silvia.monaldi@sanita.marche.it](mailto:silvia.monaldi@sanita.marche.it), tel. 0721/424447
- **AST Ancona.** UOC Igiene degli Alimenti e della Nutrizione: Dott.ssa Beatrice Sartini, e-mail: [beatrice.sartini@sanita.marche.it](mailto:beatrice.sartini@sanita.marche.it), tel. 071/79092308
- **AST Macerata.** UOC Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione: Dott. Alessandro Catalini, e-mail: [alessandro.catalini@sanita.marche.it](mailto:alessandro.catalini@sanita.marche.it), tel. 0733/823855; Dott.ssa Irene Giacchetta, w-mail: [irene.giacchetta@sanita.marche.it](mailto:irene.giacchetta@sanita.marche.it), tel. 351/5225514
- **AST Fermo.** UOC Igiene degli Alimenti e della Nutrizione: Dott.ssa Martina Dichiara, email: [martina.dichiara@sanita.marche.it](mailto:martina.dichiara@sanita.marche.it), tel. 0734/6253377
- **AST Ascoli Piceno.** UOC Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione: Dott.ssa Benedetta Rosetti, tel. 0736/358930, Dott.ssa Susanna Spica, tel. 0736/358931, e-mail: [sian.ast.ap@sanita.marche.it](mailto:sian.ast.ap@sanita.marche.it)

## PROPOSTE PER LA SCUOLA PRIMARIA

### **“LABORATORIO DI PROMOZIONE DI SANI STILI DI VITA E DI 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 per la prevenzione dei Disturbi Vocali, patologia da cui sono affetti molteplici professionisti ed in particolar modo gli insegnanti. Utilizzando la metodologia della *Life Skills Education*, il corso favorisce il potenziamento delle *life skills* dei docenti, indispensabili per compiere scelte consapevoli e funzionali per la propria salute. Il Laboratorio si articola in una serie di incontri teorici e pratico-esperienziali rivolti ai docenti.

- **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](mailto:z13.peas@sanita.marche.it), tel. 0736/358032

### **“GUADAGNARE SALUTE... CON LE LIFE SKILLS”**

È un programma di promozione della salute e di prevenzione dei comportamenti a rischio (in particolare legati all'alcol, al fumo, all'alimentazione scorretta e all'inattività fisica) attraverso lo sviluppo ed il potenziamento delle *life skills* degli alunni delle Scuole dell'Infanzia, Primarie e Secondarie di I e II grado. 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*”. Attraverso docenti appositamente formati, il programma propone un percorso finalizzato allo sviluppo ed al potenziamento delle *life skills* (sezione “*Guadagnare Salute...con le life skills*”) ed alla prevenzione dei comportamenti a rischio per la salute (sezione “*Sani Stili di Vita...con le life skills*”). Per le Scuole dell'Infanzia e Primarie viene proposta un'integrazione per promuovere la *Life Skills Education* in famiglia (sezione “*A casa con mamma e papà*”). Per tutti i docenti sono previsti, inoltre, approfondimenti laboratoriali sulle *life skills*, su temi specifici di promozione della salute e sulla promozione della cultura della sicurezza in ambito domestico e stradale.

- **AST Ancona.** Dipartimento Prevenzione Screening Oncologici- UOS Promozione della Salute: Dott.ssa Giusi Giacomini, segreteria: [elisabett.bernacchia@sanita.marche.it](mailto:elisabett.bernacchia@sanita.marche.it), tel. 0718705591
- **AST Macerata.** UOSD Epidemiologia, Promozione della Salute e Comunicazione del Rischio: Dott.ssa Angela Michela Gardini, e-mail: [angela.gardini@sanita.marche.it](mailto:angela.gardini@sanita.marche.it), tel. 329/7603852; Dott. Andrea Sbrancia, e-mail: [andrea.sbrancia@sanita.marche.it](mailto:andrea.sbrancia@sanita.marche.it), tel. 071/7583711
- **AST Fermo.** Servizio Territoriale Dipendenze Patologiche (STDP): Dott.ssa Rosita Mori, e-mail [rosita.mori@sanita.marche.it](mailto:rosita.mori@sanita.marche.it), tel. 0734/6257009
- **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](mailto:z13.peas@sanita.marche.it), tel. 0736/358032

### **“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](http://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](mailto:silvia.agnani@sanita.marche.it), tel. 0733/2572597

### **“PIEDIBUS E PERCORSI SICURI CASA-SCUOLA: LA MOBILITÀ SOSTENIBILE A PROVA DI BAMBINI E STUDENTI”**

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 servizio in condizioni protette, in grado di promuovere l’attività fisica nei bambini e nei ragazzi e 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](mailto: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](mailto:z13.peas@sanita.marche.it), tel.0736/358032

**“RETE SENZA FILI- SALUTE E INTERNET ADDICTION DISORDER:  
TANTE CONNESSIONI POSSIBILI”**

È un programma, già finanziato dal CCM - Ministero della Salute, rivolto ai docenti delle classi 4<sup>a</sup> e 5<sup>a</sup> 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](http://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- UOS Promozione della Salute: Dott.ssa Giusi Giacomini, segreteria: [elisabett.bernacchia@sanita.marche.it](mailto:elisabett.bernacchia@sanita.marche.it), tel. 0718705591. Servizio Territoriale Dipendenze Patologiche (STDP): Dott. Rodolfo Rabboni, e-mail: [rodolfo.rabboni@sanita.marche.it](mailto:rodolfo.rabboni@sanita.marche.it). Ambito Territoriale Sociale 11: Roberto Giachi, e-mail: [info@informabusancona.it](mailto:info@informabusancona.it)
- **AST Fermo.** Servizio Territoriale Dipendenze Patologiche (STDP): Dott.ssa Rosita Mori, e-mail: [rosita.mori@sanita.marche.it](mailto:rosita.mori@sanita.marche.it), tel. 0734/6257009

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

Laboratori di robotica educativa attraverso *Legò 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.

- **AST Pesaro-Urbino.** Dipartimento Dipendenze Patologiche (DDP): Dott. Fabio Astolfi, e-mail: [fabio.astolfi@sanita.marche.it](mailto:fabio.astolfi@sanita.marche.it)
- **AST Ancona.** Dipartimento Dipendenze Patologiche (DDP): Dott. Adriano Baldoni Direttore DDP, e-mail: [adriano.baldoni@sanita.marche.it](mailto:adriano.baldoni@sanita.marche.it)
  - **STDP Ancona.** Dott. Rodolfo Rabboni: e-mail: [rodolfo.rabboni@sanita.marche.it](mailto:rodolfo.rabboni@sanita.marche.it)
  - **STDP Senigallia.** Dott.ssa Antonella Battistini, e-mail: [anto.battistini@sanita.marche.it](mailto:anto.battistini@sanita.marche.it), tel. 071/79092230; Dott.ssa Manuela Falcinelli, e-mail [manuela.falcinelli@sanita.marche.it](mailto:manuela.falcinelli@sanita.marche.it), tel. 071/79092340

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

Il laboratorio prevede un incontro di due ore circa nelle classi V delle Scuole Primarie di Fabriano e del territorio distrettuale di pertinenza del Consultorio Familiare di Fabriano (AN). 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; come sono nato. 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 dalla ginecologa del Consultorio Familiare.

- **AST Ancona.** Consultorio Familiare (sede di Fabriano): Dott.ssa Luciana Tomassini, e-mail: [luciana.tomassini@sanita.marche.it](mailto:luciana.tomassini@sanita.marche.it), Dott.ssa Daniela Liguori, e-mail: [daniela.liguori@sanita.marche.it](mailto:daniela.liguori@sanita.marche.it), tel. 800231515 (numero verde del Consultorio di Fabriano)

### ***“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](mailto:silvia.monaldi@sanita.marche.it), tel. 0721/424447
- **AST Ancona.** UOC Igiene degli Alimenti e della Nutrizione: Dott.ssa Isabella Romani, e-mail: [isabella.romani@sanita.marche.it](mailto:isabella.romani@sanita.marche.it), tel. 0732/707466
- **AST Macerata.** UOC Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione: Dott.ssa Simona De Lutiis, e-mail: [simona.delutiis@sanita.marche.it](mailto:simona.delutiis@sanita.marche.it), tel. 0733/823858
- **AST Fermo.** UOC Igiene degli Alimenti e della Nutrizione: Dott.ssa Martina Dichiarà, e-mail: [martina.dichiara@sanita.marche.it](mailto:martina.dichiara@sanita.marche.it), tel. 0734/625 3377
- **AST Ascoli Piceno.** UOC Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione: Dott.ssa Paola Puliti, e-mail: [sian.ast.ap@sanita.marche.it](mailto:sian.ast.ap@sanita.marche.it), tel. 0736/358018

### **“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 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 primaria, 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](mailto:marialuisa.lisi@sanita.marche.it), tel. 0721/424447
- **AST Ancona.** UOC Igiene degli Alimenti e della Nutrizione: Dott.ssa Emanuela Bovio, e-mail: [emanuela.bovio@sanita.marche.it](mailto:emanuela.bovio@sanita.marche.it), tel. 071/8705919
- **AST Macerata.** UOC Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione: Dott.ssa Simona De Lutiis, e-mail: [simona.delutiis@sanita.marche.it](mailto:simona.delutiis@sanita.marche.it), tel. 0733/823858
- **AST Fermo.** UOC Igiene degli Alimenti e della Nutrizione: Dott.ssa Emma Acevedo Duarte, e-mail: [emma.acevedoduarte@sanita.marche.it](mailto:emma.acevedoduarte@sanita.marche.it), tel. 0734/6253463
- **AST Ascoli Piceno.** UOC Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione: Dott.ssa Paola Puliti, e-mail: [sian.ast.ap@sanita.marche.it](mailto:sian.ast.ap@sanita.marche.it), tel. 0736/358018

**“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. 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](mailto:elsa.ravaglia@sanita.marche.it), tel. 0721/424447; Dott.ssa Marialuisa Lisi, e-mail: [marialuisa.lisi@sanita.marche.it](mailto:marialuisa.lisi@sanita.marche.it), tel. 0721/424447
- **AST Ancona.** UOC Igiene degli Alimenti e della Nutrizione: Dott.ssa Susy Maria Greganti, e-mail: [susymaria.greganti@sanita.marche.it](mailto:susymaria.greganti@sanita.marche.it), tel. 071/79092644
- **AST Macerata.** UOC Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione: Dott. Alessandro Catalini, e-mail: [alessandro.catalini@sanita.marche.it](mailto:alessandro.catalini@sanita.marche.it), tel. 0733/823855; Dott.ssa Irene Giacchetta, w-mail: [irene.giacchetta@sanita.marche.it](mailto:irene.giacchetta@sanita.marche.it), tel. 351/5225514
- **AST Fermo.** UOC Igiene degli Alimenti e della Nutrizione: Dott.ssa Emma Acevedo Duarte, e-mail: [emma.acevedoduarte@sanita.marche.it](mailto:emma.acevedoduarte@sanita.marche.it), tel. 0734/6253463
- **AST Ascoli Piceno.** UOC Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione: Dott.ssa Benedetta Rosetti, tel. 0736/358930, Dott.ssa Susanna Specca, tel. 0736/358931, e-mail: [sian.ast.ap@sanita.marche.it](mailto:sian.ast.ap@sanita.marche.it)

**“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](mailto:elsa.ravaglia@sanita.marche.it), tel. 0721/424447; Dott.ssa Silvia Monaldi, e-mail: [silvia.monaldi@sanita.marche.it](mailto:silvia.monaldi@sanita.marche.it), tel. 0721/424447
- **AST Ancona.** UOC Igiene degli Alimenti e della Nutrizione: Dott.ssa Beatrice Sartini, e-mail: [beatrice.sartini@sanita.marche.it](mailto:beatrice.sartini@sanita.marche.it), tel. 071/79092308
- **AST Macerata.** UOC Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione: Dott. Alessandro Catalini, e-mail: [alessandro.catalini@sanita.marche.it](mailto:alessandro.catalini@sanita.marche.it), tel. 0733/823855; Dott.ssa Irene Giacchetta, w-mail: [irene.giacchetta@sanita.marche.it](mailto:irene.giacchetta@sanita.marche.it), tel. 351/5225514
- **AST Fermo.** UOC Igiene degli Alimenti e della Nutrizione: Dott.ssa Martina Dichiarà, email: [martina.dichiara@sanita.marche.it](mailto:martina.dichiara@sanita.marche.it), tel. 0734/6253377
- **AST Ascoli Piceno.** UOC Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione: Dott.ssa Benedetta Rosetti, tel. 0736/358930, Dott.ssa Susanna Speca, tel. 0736/358931, e-mail: [sian.ast.ap@sanita.marche.it](mailto:sian.ast.ap@sanita.marche.it)

## PROPOSTE PER GLI ISTITUTI SECONDARI DI I GRADO

### **“LABORATORIO DI PROMOZIONE DI SANI STILI DI VITA E DI 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 per la prevenzione dei Disturbi Vocali, patologia da cui sono affetti molteplici professionisti ed in particolar modo gli insegnanti. Utilizzando la metodologia della *Life Skills Education*, il corso favorisce il potenziamento delle *life skills* dei docenti, indispensabili per compiere scelte consapevoli e funzionali per la propria salute. Il Laboratorio si articola in una serie di incontri teorici e pratico-esperienziali rivolti ai docenti.

- **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](mailto:z13.peas@sanita.marche.it), tel. 0736/358032

### **“GUADAGNARE SALUTE... CON LE LIFE SKILLS”**

È un programma di promozione della salute e di prevenzione dei comportamenti a rischio (in particolare legati all'alcol, al fumo, all'alimentazione scorretta e all'inattività fisica) attraverso lo sviluppo ed il potenziamento delle *life skills* degli alunni delle Scuole dell'Infanzia, Primarie e Secondarie di I e II grado. 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*”. Attraverso docenti appositamente formati, il programma propone un percorso finalizzato allo sviluppo ed al potenziamento delle *life skills* (sezione “*Guadagnare Salute...con le life skills*”) ed alla prevenzione dei comportamenti a rischio per la salute (sezione “*Sani Stili di Vita...con le life skills*”). Per le Scuole dell'Infanzia e Primarie viene proposta un'integrazione per promuovere la *Life Skills Education* in famiglia (sezione “*A casa con mamma e papà*”). Per tutti i docenti sono previsti, inoltre, approfondimenti laboratoriali sulle *life skills*, su temi specifici di promozione della salute e sulla promozione della cultura della sicurezza in ambito domestico e stradale.

- **AST Ancona.** Dipartimento Prevenzione Screening Oncologici- UOS Promozione della Salute: Dott.ssa Giusi Giacomini, segreteria: [elisabett.bernacchia@sanita.marche.it](mailto:elisabett.bernacchia@sanita.marche.it), tel. 0718705591
- **AST Macerata.** UOSD Epidemiologia, Promozione della Salute e Comunicazione del Rischio: Dott.ssa Angela Michela Gardini, e-mail: [angela.gardini@sanita.marche.it](mailto:angela.gardini@sanita.marche.it), tel. 329/7603852; Dott. Andrea Sbrancia, e-mail: [andrea.sbrancia@sanita.marche.it](mailto:andrea.sbrancia@sanita.marche.it), tel. 071/7583711
- **AST Fermo.** Servizio Territoriale Dipendenze Patologiche (STDP): Dott.ssa Rosita Mori, e-mail [rosita.mori@sanita.marche.it](mailto:rosita.mori@sanita.marche.it), tel. 0734/6257009
- **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](mailto:z13.peas@sanita.marche.it), tel. 0736/358032

### ***“BUILD THE FUTURE ”***

Il Progetto “Build The Future” 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. 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 primo grado. Tutte le informazioni relative al progetto sono reperibili dal sito : [www.buildthefuture.it](http://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](mailto:silvia.agnani@sanita.marche.it), tel. 0733/2572597

### ***“CAMBIARE IL PUNTO DI VISTA”***

Gli interventi vedono coinvolte in prima linea le scuole, chiamate a rispondere al ruolo educativo, oltre che istruttivo. La scuola rappresenta il luogo in cui i giovani trascorrono gran parte del loro tempo, pertanto sono sede privilegiata per un lavoro preventivo che possa raggiungere il maggior numero di studenti ed intercettare quindi nel breve periodo i bisogni su cui poter focalizzare l’intervento. Il coinvolgimento nel progetto degli adulti, docenti e genitori, permette anche la formazione di un pensiero comune, che funga da legante tra scuola e famiglia, a sostegno degli studenti. L’obiettivo degli incontri è la prevenzione del disagio e la promozione del benessere, attraverso il potenziamento di abilità cognitive, emotive e relazionali (life skills) del gruppo classe e del singolo componente e il contrasto dell’abbandono scolastico, attivando uno spazio di parola e di pensiero tra studenti ed insegnanti. Destinatari del progetto sono studenti e docenti. Il Progetto prevede la programmazione di incontri nelle classi (3 incontri di 2 ore ciascuno), condotti da una equipe di professionisti, e spazi di confronto rivolti ai docenti sui bisogni della classe e sull’andamento dei progetti in corso.

- **AST Ancona.** Dipartimento Dipendenze Patologiche (DDP): Dott. Adriano Baldoni Direttore DDP, e-mail: [adriano.baldoni@sanita.marche.it](mailto:adriano.baldoni@sanita.marche.it)
  - **STDP Senigallia.** Dott.ssa Marella Tarini, e-mail: [marella.tarini@sanita.marche.it](mailto:marella.tarini@sanita.marche.it), tel. 071/79092335; Dott.ssa Antonella Battistini, e-mail: [anto.battistini@sanita.marche.it](mailto:anto.battistini@sanita.marche.it), tel. 071/79092230; Dott.ssa Manuela Falcinelli, e-mail [manuela.falcinelli@sanita.marche.it](mailto:manuela.falcinelli@sanita.marche.it), tel. 071/79092340; Oikos OdV: Dott.ssa Costanza Gatta, e-mail: [prevenzione@oikosjesi.it](mailto:prevenzione@oikosjesi.it)

### **“STAND BY ME”**

Il programma, sperimentato con un protocollo di ricerca a cura dell'Ufficio di promozione della salute dell'AST di Ancona, a cui hanno aderito alcuni Istituti Comprensivi dell'AST di Fermo, utilizza la stessa metodologia attivo-esperienziale di “Unplugged”, incentrata sul potenziamento delle *life skills*; pertanto le attività in esso presenti puntano a sviluppare le competenze trasversali e le abilità per la vita attraverso la partecipazione diretta dei ragazzi e dei loro insegnanti. Il programma mira a promuovere la coesione di classe, la promozione della salute e la prevenzione di comportamenti a rischio (condizionamento dei pari, bullismo, sovraesposizione ai social network), la gestione delle emozioni e la valorizzazione della diversità come risorsa contro il pregiudizio. È rivolto agli studenti delle classi prime degli Istituti Secondari di I grado. È articolato in 14 ore di formazione destinata agli insegnanti per acquisire competenze sulla realizzazione del programma e realizzazione di 6 unità in classe a cura degli insegnanti formati.

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

### **“PIEDIBUS E PERCORSI SICURI CASA-SCUOLA: LA MOBILITÀ SOSTENIBILE A PROVA DI BAMBINI E STUDENTI”**

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 servizio in condizioni protette, in grado di promuovere l'attività fisica nei bambini e nei ragazzi e 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](mailto: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](mailto:z13.peas@sanita.marche.it), tel.0736/358032

### **“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](mailto:z13.peas@sanita.marche.it), tel. 0736/358032

### **“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. Articolazione: 1 incontro informativo con i genitori (su scelta dell'Istituto); 2 incontri di 4 ore con i ragazzi per un totale di 8 ore a classe; la possibilità di effettuare un incontro finale facoltativo presso il Consultorio 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). Il Progetto si avvale anche della collaborazione del Servizio *Informabus* del Comune di Ancona-Ambito Territoriale Sociale 11.

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

### **“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.

- **AST Ancona.** Consultorio Familiare (sede di Senigallia): Dott.ssa Luciana Tomassini, Dott.ssa Laura Ginocchini, e-mail: [a204.consultorio@sanita.marche.it](mailto:a204.consultorio@sanita.marche.it)

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

Il laboratorio prevede un incontro di due ore circa nelle classi III delle Scuole Secondarie di I grado del territorio distrettuale di pertinenza del Consultorio Familiare di Fabriano (AN). 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; 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.

- **AST Ancona.** Consultorio Familiare (sede di Fabriano): Dott.ssa Luciana Tomassini, e-mail: [luciana.tomassini@sanita.marche.it](mailto:luciana.tomassini@sanita.marche.it); Dott.ssa Daniela Liguori, e-mail: [daniela.liguori@sanita.marche.it](mailto:daniela.liguori@sanita.marche.it), tel. 800231515 (numero verde del Consultorio di Fabriano)

### **“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 indicato 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.

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

### **“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 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](mailto:silvia.agnani@sanita.marche.it), tel. 0733/2572597

### **“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 10-12 sessioni di lavoro condotte dagli insegnanti. 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 - Ufficio Promozione della Salute: Dott.ssa Giusi Giacomini, segreteria: [elisabett.bernacchia@sanita.marche.it](mailto:elisabett.bernacchia@sanita.marche.it), tel. 0718705591. STDP Ancona: Dott. Rodolfo Rabboni, email: [rodolfo.rabboni@sanita.marche.it](mailto:rodolfo.rabboni@sanita.marche.it). Ambito Territoriale Sociale 11: Roberto Giachi, e-mail: [info@informabusancona.it](mailto:info@informabusancona.it)

### **"#NELRITMODELLARETE". CONTRASTO, PREVENZIONE E RIDUZIONE DEL RISCHIO DA GIOCO D'AZZARDO PATOLOGICO E DIPENDENZE TECNOLOGICHE**

È un percorso esperienziale in cui lo strumento non-verbale (musica, canto, movimento) facilita la libera espressione di sé, una maggiore conoscenza e un controllo del proprio corpo, l'acquisizione di concetti sensoriali e motori (il ritmo, il suono, l'alternanza rumore-silenzio), l'apertura al dialogo ed alla socialità. Attraverso queste dimensioni, con un metodo alternativo al tradizionale canale verbale, il laboratorio vuole essere l'opportunità di trattare l'argomento dell'abuso delle nuove tecnologie da parte dei ragazzi, partendo proprio dall'ascoltare le proprie emozioni prodotte da un dispositivo musicale. Il programma è rivolto agli studenti del terzo anno della Scuola Secondaria di I grado ed è articolato in più incontri condotti in classe dagli operatori con una modalità interattiva e coinvolgente che privilegia lo scambio e la condivisione. Il progetto si avvale dell'intervento degli operatori del servizio *Informabus* del Comune di Ancona-Ambito Territoriale Sociale 11 (Capofila anche per ATS 12 e ATS 13).

- **AST Ancona.** Dipartimento Dipendenze Patologiche (DDP): Dott. Adriano Baldoni Direttore DDP, e-mail: [adriano.baldoni@sanita.marche.it](mailto:adriano.baldoni@sanita.marche.it)
  - **STDP Ancona.** Dott. Rodolfo Rabboni, e-mail: [rodolfo.rabboni@sanita.marche.it](mailto:rodolfo.rabboni@sanita.marche.it). Ambito Territoriale Sociale 11, e-mail: [info@informabusancona.it](mailto:info@informabusancona.it)

### **"DIPENDE ANCHE DA TE!?" CONTRASTO, PREVENZIONE E RIDUZIONE DEL RISCHIO DA GIOCO D'AZZARDO PATOLOGICO E DIPENDENZE TECNOLOGICHE**

Il progetto è strutturato in 3 incontri da 2 ore ciascuno. L'intervento pone 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 dei rischi e dei vantaggi della tecnologia digitale e del web, 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. È rivolto agli studenti degli Istituti Secondari di I grado.

- **AST Ancona.** Dipartimento Dipendenze Patologiche (DDP): Dott. Adriano Baldoni Direttore DDP AST, e-mail: [adriano.baldoni@sanita.marche.it](mailto:adriano.baldoni@sanita.marche.it)
  - **STDP Ancona.** Dott. Rodolfo Rabboni, e-mail: [rodolfo.rabboni@sanita.marche.it](mailto:rodolfo.rabboni@sanita.marche.it), tel. 071.8705981
  - **STDP Fabriano.** Dott. Giovanni Maria Marini, e-mail: [giovannimaria.marini@sanita.marche.it](mailto:giovannimaria.marini@sanita.marche.it), tel. 0731.534579; OIKOS Odv: Dott.ssa Costanza Gatta, e-mail: [prevenzione@oikosjesi.it](mailto:prevenzione@oikosjesi.it)
  - **STDP Jesi.** Dott. Giovanni Maria Marini, e-mail: [giovannimaria.marini@sanita.marche.it](mailto:giovannimaria.marini@sanita.marche.it), OIKOS Odv: Dott.ssa Costanza Gatta, e-mail: [prevenzione@oikosjesi.it](mailto:prevenzione@oikosjesi.it)
  - **STDP Senigallia.** Dott.ssa Antonella Battistini, e-mail: [antobattistini@sanita.marche.it](mailto:antobattistini@sanita.marche.it), tel. 071/79092230; Dott.ssa Manuela Falcinelli: e-mail: [manuela.falcinelli@sanita.marche.it](mailto:manuela.falcinelli@sanita.marche.it), tel. 071/79092340

## **“UN PATENTINO PER LO SMARTPHONE”. CONTRASTO, PREVENZIONE E RIDUZIONE DEL RISCHIO DA GIOCO D’AZZARDO PATOLOGICO E DIPENDENZE TECNOLOGICHE**

È un progetto promosso da “Contorno Viola” – Organizzazione di Volontariato (ODV) riconosciuta a livello nazionale come realtà di eccellenza nella metodologia della peer education e più recentemente della peer&media education – ed è incentrato sull'avvento delle nuove tecnologie digitali, sul loro impatto sulle persone (in particolare per i ragazzi) nei suoi significati, nelle sue potenzialità, così come nei suoi rischi. La tematica è fondamentale sia per il mondo della scuola, che per l’ambito socio-sanitario: la cosiddetta "comunità educante". Anche i genitori, d’altra parte, nel decidere di regalare uno smartphone al proprio figlio, si chiedono quale potrà esserne l'uso, quali le conseguenze, quale l'età "giusta", quali le regole. Spesso, non riuscendo a darsi una risposta, si trovano smarriti e senza riferimenti. Da queste riflessioni deriva la costruzione di un percorso educativo che porta ad una maggiore consapevolezza dell'uso e ad una maggiore responsabilizzazione. L’obiettivo generale è favorire un utilizzo consapevole e prevenire i rischi di un utilizzo inadeguato (es. problemi legati al cyberbullismo). Il programma operativo è rivolto ai pre-adolescenti delle classi prime della Scuola Secondaria di I grado ed è articolato in più incontri che prevedono la formazione degli insegnanti e, a cascata, interventi con studenti e famiglie. Infine, si prevede la consegna delle patenti nei singoli Istituti in un evento in presenza dell'istituzione scolastica, degli operatori socio-sanitari e delle famiglie.

- **AST Ancona.** Dipartimento Dipendenze Patologiche (DDP): Dott. Adriano Baldoni Direttore DDP, e-mail: [adriano.baldoni@sanita.marche.it](mailto:adriano.baldoni@sanita.marche.it)
  - **STDP Ancona.** Dott. Rodolfo Rabboni, e-mail: [rodolfo.rabboni@sanita.marche.it](mailto:rodolfo.rabboni@sanita.marche.it). Cooperativa CCOOS Marche: Dott.ssa Silvia Benigni, e-mail: [s.benigni@cooss.marche.it](mailto:s.benigni@cooss.marche.it); Dott. Andrea Rossi, e-mail: [a.rossi@cooss.marche.it](mailto:a.rossi@cooss.marche.it), tel. 0731/213660
  - **STDP Jesi.** Dott. Giovanni Maria Marini, e-mail: [giovannimaria.marini@sanita.marche.it](mailto:giovannimaria.marini@sanita.marche.it); Cooperativa CCOOS Marche: Dott.ssa Silvia Benigni, e-mail: [s.benigni@cooss.marche.it](mailto:s.benigni@cooss.marche.it); Dott. Andrea Rossi, e-mail: [a.rossi@cooss.marche.it](mailto:a.rossi@cooss.marche.it), tel. 0731/213660

### **“LOGIN”. CONTRASTO, PREVENZIONE E RIDUZIONE DEL RISCHIO DA GIOCO D’AZZARDO PATOLOGICO E DIPENDENZE TECNOLOGICHE**

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.

Sono previste due tipologie di interventi:

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

### **“CHE AZZARDO!?”. CONTRASTO, PREVENZIONE E RIDUZIONE DEL RISCHIO DA GIOCO D’AZZARDO PATOLOGICO E DIPENDENZE TECNOLOGICHE**

Il progetto è strutturato in 3 incontri da 2 ore ciascuno. L'intervento pone 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 del Gioco d’Azzardo, 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. È rivolto agli studenti degli Istituti Secondari di I grado.

- **AST Ancona.** Dipartimento Dipendenze Patologiche (DDP): Dott. Adriano Baldoni Direttore DDP, e-mail: [adriano.baldoni@sanita.marche.it](mailto:adriano.baldoni@sanita.marche.it)
  - **STDP Ancona.** Dott. Rodolfo Rabboni, e-mail: [rodolfo.rabboni@sanita.marche.it](mailto:rodolfo.rabboni@sanita.marche.it), tel.071/8705981
  - **STDP Fabriano.** Dott. Giovanni Maria Marini, e-mail: [giovannimaria.marini@sanita.marche.it](mailto:giovannimaria.marini@sanita.marche.it), tel. 0731/534579; OIKOS Odv: Dott.ssa Costanza Gatta, e-mail: [prevenzione@oikosjesi.it](mailto:prevenzione@oikosjesi.it)
  - **STDP Jesi.** Dott. Giovanni Maria Marini, e-mail: [giovannimaria.marini@sanita.marche.it](mailto:giovannimaria.marini@sanita.marche.it); OIKOS Odv: Dott.ssa Costanza Gatta, e-mail: [prevenzione@oikosjesi.it](mailto:prevenzione@oikosjesi.it)
  - **STDP Senigallia.** Dott.ssa Antonella Battistini, e-mail: [anto.battistini@sanita.marche.it](mailto:anto.battistini@sanita.marche.it), tel. 071/79092230; Dott.ssa Manuela Falcinelli, e-mail: [manuela.falcinelli@sanita.marche.it](mailto:manuela.falcinelli@sanita.marche.it), tel. 071/79092340

### **“TUTTI A TEATRO”**

È un progetto di prevenzione e contrasto del rischio da dipendenza da sostanze e da gioco d'azzardo patologico rivolto a giovani, a genitori, ed a docenti e la cittadinanza tutta. L'arte teatrale insieme a quella cinematografica sono state individuate quali strumenti efficaci di promozione della salute e di prevenzione delle dipendenze attraverso l'uso di un linguaggio comune che consente la condivisione di emozioni e vissuti. Lo spettacolo di teatro civile è uno strumento di comunicazione emotiva e al contempo razionale che pone in scena tematiche di rilevanza sociale e di attualità per aiutare gli studenti a formare una propria coscienza rispetto a quanto accade intorno a loro, favorendo la diffusione di conoscenze circa i rischi e i danni dell'uso di sostanze psicoattive e gioco d'azzardo patologico stimolandone la riflessione critica. Si tratta di un progetto realizzato in questi anni, nonostante la pandemia e le difficoltà ad essa legate, dal Dipartimento Dipendenze Patologiche AST 5 nell'ambito delle attività di sensibilizzazione e prevenzione previste dal Piano di riduzione e contrasto delle sostanze stupefacenti e del Gioco D'azzardo Patologico della Regione Marche. Tale progetto può coinvolgere anche le classi terze degli Istituti Secondari di I grado.

- **AST Ascoli Piceno.** Dipartimento Dipendenze Patologiche (DDP): Dott. Claudio Cacaci, Direttore DDP, e-mail: [claudio.cacaci@sanita.marche.it](mailto:claudio.cacaci@sanita.marche.it), tel. 0735/793596; Dott.ssa Annunziata Alfano, e-mail: [annunziata.alfano@sanita.marche.it](mailto:annunziata.alfano@sanita.marche.it), tel. 0735/793593

### **“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](mailto:silvia.monaldi@sanita.marche.it), tel. 0721/424447
- **AST Ancona.** UOC Igiene degli Alimenti e della Nutrizione: Dott.ssa Isabella Romani, e-mail: [isabella.romani@sanita.marche.it](mailto:isabella.romani@sanita.marche.it), tel. 0732/707466
- **AST Macerata.** UOC Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione: Dott.ssa Simona De Lutiis, e-mail: [simona.delutiis@sanita.marche.it](mailto:simona.delutiis@sanita.marche.it), tel. 0733/823858
- **AST Fermo.** UOC Igiene degli Alimenti e della Nutrizione: Dott.ssa Martina Dichiarà, e-mail: [martina.dichiara@sanita.marche.it](mailto:martina.dichiara@sanita.marche.it), tel. 0734/625 3377
- **AST Ascoli Piceno.** UOC Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione: Dott.ssa Paola Puliti, e-mail: [sian.ast.ap@sanita.marche.it](mailto:sian.ast.ap@sanita.marche.it), tel. 0736/358018

**“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. 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](mailto:elsa.ravaglia@sanita.marche.it), tel. 0721/424447; Dott.ssa Marialuisa Lisi, e-mail: [marialuisa.lisi@sanita.marche.it](mailto:marialuisa.lisi@sanita.marche.it), tel. 0721/424447
- **AST Ancona.** UOC Igiene degli Alimenti e della Nutrizione: Dott.ssa Susy Maria Greganti, e-mail: [susymaria.greganti@sanita.marche.it](mailto:susymaria.greganti@sanita.marche.it), tel. 071/79092644
- **AST Macerata.** UOC Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione: Dott. Alessandro Catalini, e-mail: [alessandro.catalini@sanita.marche.it](mailto:alessandro.catalini@sanita.marche.it), tel. 0733/823855; Dott.ssa Irene Giacchetta, w-mail: [irene.giacchetta@sanita.marche.it](mailto:irene.giacchetta@sanita.marche.it), tel. 351/5225514
- **AST Fermo.** UOC Igiene degli Alimenti e della Nutrizione: Dott.ssa Emma Acevedo Duarte, e-mail: [emma.acevedoduarte@sanita.marche.it](mailto:emma.acevedoduarte@sanita.marche.it), tel. 0734/6253463
- **AST Ascoli Piceno.** UOC Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione: Dott.ssa Benedetta Rosetti, tel. 0736/358930, Dott.ssa Susanna Speca, tel. 0736/358931, e-mail: [sian.ast.ap@sanita.marche.it](mailto:sian.ast.ap@sanita.marche.it)

**“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](mailto:elsa.ravaglia@sanita.marche.it), tel. 0721/424447; Dott.ssa Silvia Monaldi, e-mail: [silvia.monaldi@sanita.marche.it](mailto:silvia.monaldi@sanita.marche.it), tel. 0721/424447
- **AST Ancona.** UOC Igiene degli Alimenti e della Nutrizione: Dott.ssa Beatrice Sartini, e-mail: [beatrice.sartini@sanita.marche.it](mailto:beatrice.sartini@sanita.marche.it), tel. 071/79092308
- **AST Macerata.** UOC Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione: Dott. Alessandro Catalini, e-mail: [alessandro.catalini@sanita.marche.it](mailto:alessandro.catalini@sanita.marche.it), tel. 0733/823855; Dott.ssa Irene Giacchetta, w-mail: [irene.giacchetta@sanita.marche.it](mailto:irene.giacchetta@sanita.marche.it), tel. 351/5225514
- **AST Fermo.** UOC Igiene degli Alimenti e della Nutrizione: Dott.ssa Martina Dichiara, email: [martina.dichiara@sanita.marche.it](mailto:martina.dichiara@sanita.marche.it), tel. 0734/6253377
- **AST Ascoli Piceno.** UOC Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione: Dott.ssa Benedetta Rosetti, tel. 0736/358930, Dott.ssa Susanna Spica, tel. 0736/358931, e-mail: [sian.ast.ap@sanita.marche.it](mailto:sian.ast.ap@sanita.marche.it)

## PROPOSTE PER GLI ISTITUTI SECONDARI DI II GRADO

### **“LABORATORIO DI PROMOZIONE DI SANI STILI DI VITA E DI 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 per la prevenzione dei Disturbi Vocali, patologia da cui sono affetti molteplici professionisti ed in particolar modo gli insegnanti. Utilizzando la metodologia della *Life Skills Education*, il corso favorisce il potenziamento delle *life skills* dei docenti, indispensabili per compiere scelte consapevoli e funzionali per la propria salute. Il Laboratorio si articola in una serie di incontri teorici e pratico-esperienziali rivolti ai docenti.

- **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](mailto:z13.peas@sanita.marche.it), tel. 0736/358032

### **“GUADAGNARE SALUTE... CON LE LIFE SKILLS”**

È un programma di promozione della salute e di prevenzione dei comportamenti a rischio (in particolare legati all'alcol, al fumo, all'alimentazione scorretta e all'inattività fisica) attraverso lo sviluppo ed il potenziamento delle *life skills* degli alunni delle Scuole dell'Infanzia, Primarie e Secondarie di I e II grado. 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*”. Attraverso docenti appositamente formati, il programma propone un percorso finalizzato allo sviluppo ed al potenziamento delle *life skills* (sezione “*Guadagnare Salute...con le life skills*”) ed alla prevenzione dei comportamenti a rischio per la salute (sezione “*Sani Stili di Vita...con le life skills*”). Per le Scuole dell'Infanzia e Primarie viene proposta un'integrazione per promuovere la *Life Skills Education* in famiglia (sezione “*A casa con mamma e papà*”). Per tutti i docenti sono previsti, inoltre, approfondimenti laboratoriali sulle *life skills*, su temi specifici di promozione della salute e sulla promozione della cultura della sicurezza in ambito domestico e stradale.

- **AST Ancona.** Dipartimento Prevenzione Screening Oncologici- UOS Promozione della Salute: Dott.ssa Giusi Giacomini, segreteria: [elisabett.bernacchia@sanita.marche.it](mailto:elisabett.bernacchia@sanita.marche.it), tel. 0718705591
- **AST Macerata.** UOSD Epidemiologia, Promozione della Salute e Comunicazione del Rischio: Dott.ssa Angela Michela Gardini, e-mail: [angela.gardini@sanita.marche.it](mailto:angela.gardini@sanita.marche.it), tel. 329/7603852; Dott. Andrea Sbrancia, e-mail: [andrea.sbrancia@sanita.marche.it](mailto:andrea.sbrancia@sanita.marche.it), tel. 071/7583711
- **AST Fermo.** Servizio Territoriale Dipendenze Patologiche (STDP): Dott.ssa Rosita Mori, e-mail [rosita.mori@sanita.marche.it](mailto:rosita.mori@sanita.marche.it), tel. 0734/6257009
- **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](mailto:z13.peas@sanita.marche.it), tel. 0736/358032

### ***"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. Marco Zazzeroni, e-mail: [marco.zazzeroni@sanita.marche.it](mailto:marco.zazzeroni@sanita.marche.it), tel. 0722/301602
- **AST Ancona.** Servizio Territoriale Dipendenze Patologiche (STDP): Dott. Adriano Baldoni, Direttore DDP, e-mail: [adriano.baldoni@sanita.marche.it](mailto:adriano.baldoni@sanita.marche.it)
  - **STDP Ancona.** Dott.ssa Alessandra Pellegrini, e-mail: [a.pellegrini@sanita.marche.it](mailto:a.pellegrini@sanita.marche.it), tel. 071/8705905; Dott.ssa Carla Pierini, e-mail: [carla.pierini@sanita.marche.it](mailto:carla.pierini@sanita.marche.it)
  - **STDP Fabriano.** Dott. Filippo Santi, e-mail: [filippo.santi@sanita.marche.it](mailto:filippo.santi@sanita.marche.it), tel. 0732/707957 e Dott.ssa Corinaldesi
  - **STDP Jesi.** Dott. Giovanni Maria Marini, e-mail: [giovannimaria.marini@sanita.marche.it](mailto:giovannimaria.marini@sanita.marche.it)
  - **STDP Senigallia.** Dott.ssa Marella Tarini, e-mail: [marella.tarini@sanita.marche.it](mailto:marella.tarini@sanita.marche.it); Dott.ssa Antonella Battistini, e-mail: [anto.battistini@sanita.marche.it](mailto:anto.battistini@sanita.marche.it), tel. 071/79092230; Dott.ssa Manuela Falcinelli, e-mail: [manuela.falcinelli@sanita.marche.it](mailto:manuela.falcinelli@sanita.marche.it), tel. 071/79092340
- **AST Macerata.** Dipartimento Dipendenze Patologiche (DDP): Dott.ssa Alessandra Morbidelli, e-mail: [alessandra.morbidelli@sanita.marche.it](mailto:alessandra.morbidelli@sanita.marche.it)
- **AST Fermo.** Servizio Territoriale Dipendenze Patologiche (STDP): Dott.ssa Rosita Mori, e-mail [rosita.mori@sanita.marche.it](mailto:rosita.mori@sanita.marche.it), tel. 0734/6257009
- **AST Ascoli Piceno.** Dipartimento Dipendenze Patologiche (DDP): Dott. Claudio Cacaci, Direttore DDP, e-mail: [claudio.cacaci@sanita.marche.it](mailto:claudio.cacaci@sanita.marche.it), tel. 0735/793596

### **“CAMBIARE IL PUNTO DI VISTA”**

Gli interventi vedono coinvolte in prima linea le scuole, chiamate a rispondere al ruolo educativo, oltre che istruttivo. La scuola rappresenta il luogo in cui i giovani trascorrono gran parte del loro tempo, pertanto sono sede privilegiata per un lavoro preventivo che possa raggiungere il maggior numero di studenti ed intercettare quindi nel breve periodo i bisogni su cui poter focalizzare l'intervento. Il coinvolgimento nel progetto degli adulti, docenti e genitori, permette anche la formazione di un pensiero comune, che funga da legante tra scuola e famiglia, a sostegno degli studenti. L'obiettivo degli incontri è la prevenzione del disagio e la promozione del benessere, attraverso il potenziamento di abilità cognitive, emotive e relazionali (life skills) del gruppo classe e del singolo componente e il contrasto dell'abbandono scolastico, attivando uno spazio di parola e di pensiero tra studenti ed insegnanti. Destinatari del progetto sono studenti e docenti. Il Progetto prevede la programmazione di incontri nelle classi (3 incontri di 2 ore ciascuno), condotti da una equipe di professionisti, e spazi di confronto rivolti ai docenti sui bisogni della classe e sull'andamento dei progetti in corso.

- **AST Ancona.** Dipartimento Dipendenze Patologiche (DDP): Dott. Adriano Baldoni Direttore DDP, e-mail: [adriano.baldoni@sanita.marche.it](mailto:adriano.baldoni@sanita.marche.it)
  - **STDP Senigallia.** Dott.ssa Marella Tarini, e-mail: [marella.tarini@sanita.marche.it](mailto:marella.tarini@sanita.marche.it), tel. 071/79092335; Dott.ssa Antonella Battistini, e-mail: [anto.battistini@sanita.marche.it](mailto:anto.battistini@sanita.marche.it), tel. 071/79092230; Dott.ssa Manuela Falcinelli, e-mail [manuela.falcinelli@sanita.marche.it](mailto:manuela.falcinelli@sanita.marche.it), tel. 071/79092340; Oikos OdV: Dott.ssa Costanza Gatta, e-mail: [prevenzione@oikosjesi.it](mailto:prevenzione@oikosjesi.it)

### **“LA PEER EDUCATION COME PROMOZIONE DI 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](mailto:z13.peas@sanita.marche.it), tel. 0736/358032

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

Realizzare incontri con gli studenti degli istituti superiori 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 attraverso la realizzazione delle seguenti attività:

- 1 o 2 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 usate 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;
- incontri preparatori e di restituzione con i docenti referenti dei singoli istituti scolastici;
- percorsi di sensibilizzazione sull'AIDS coinvolgendo i diversi soggetti istituzionali e informali del territorio.

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.

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

### **“APPLESCHOOL”**

*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 consapevolezza. 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](mailto:rosita.mori@sanita.marche.it), tel. 0734/6257009

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

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.

Sono previste due tipologie di interventi:

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

**“COSÌ PEER GIOCO”. CONTRASTO, PREVENZIONE E RIDUZIONE DEL RISCHIO DA GIOCO  
D’AZZARDO PATOLOGICO E DIPENDENZE TECNOLOGICHE**

È un Programma di educazione tra pari (*Peer Education*) mirato ad attività di informazione e prevenzione sul rischio di incorrere in forme di dipendenza da gioco d’azzardo. Tale metodo consente di attivare un efficace processo di comunicazione tra ragazzi mirato a potenziare le risorse personali e le competenze socio-relazionali. Gli studenti, pertanto, non sono solo destinatari passivi di informazioni ed esperienze, ma diventano loro stessi protagonisti e soggetti attivi della propria formazione, potendo comunque contare sul supporto del mondo adulto (insegnanti/operatori). Il programma è rivolto alle classi terze e quarte degli Istituti Secondari di II grado ed è articolato in più incontri secondo la metodologia prevista da “*Luoghi di Prevenzione*” di Reggio Emilia: incontro con gli insegnanti, creazione del gruppo *peer*, formazione *peer educator*, ricaduta nelle classi, supervisione e consegna dei diplomi. Il progetto si avvale della collaborazione del servizio *Informabus* del Comune di Ancona-Ambito Territoriale Sociale 11 (Capofila anche per ATS 12 e 13).

- **AST Ancona.** Servizio Territoriale Dipendenza Patologiche (STDP): Dott. Rodolfo Rabboni, e-mail: [rodolfo.rabboni@sanita.marche.it](mailto:rodolfo.rabboni@sanita.marche.it). Ambito Territoriale Sociale 11: Dott.ssa Maria Rita Venturini, Roberto Giachi (Cooperativa RES per Comune di Ancona), e-mail: [info@informabusancona.it](mailto:info@informabusancona.it), tel. 320/0196330

**“CHE AZZARDO!?”. CONTRASTO, PREVENZIONE E RIDUZIONE DEL RISCHIO DA GIOCO  
D’AZZARDO PATOLOGICO E DIPENDENZE TECNOLOGICHE**

Il progetto è strutturato in 3 incontri da 2 ore ciascuno. L’intervento pone 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 del Gioco d’Azzardo, 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. È rivolto agli studenti delle classi prime e seconde degli Istituti Secondari di II grado.

- **AST Ancona.** Dipartimento Dipendenze Patologiche (DDP): Dott. Adriano Baldoni Direttore DDP, e-mail: [adriano.baldoni@sanita.marche.it](mailto:adriano.baldoni@sanita.marche.it)
  - **STDP Ancona.** Dott. Rodolfo Rabboni, e-mail: [rodolfo.rabboni@sanita.marche.it](mailto:rodolfo.rabboni@sanita.marche.it), tel.071/8705981
  - **STDP Fabriano.** Dott. Giovanni Maria Marini, e-mail: [gioannimaria.marini@sanita.marche.it](mailto:gioannimaria.marini@sanita.marche.it), tel. 0731/534579; OIKOS Odv: Dott.ssa Costanza Gatta, e-mail: [prevenzione@oikosjesi.it](mailto:prevenzione@oikosjesi.it)
  - **STDP Jesi.** Dott. Giovanni Maria Marini, e-mail: [gioannimaria.marini@sanita.marche.it](mailto:gioannimaria.marini@sanita.marche.it); OIKOS Odv: Dott.ssa Costanza Gatta, e-mail: [prevenzione@oikosjesi.it](mailto:prevenzione@oikosjesi.it)
  - **STDP Senigallia.** Dott.ssa Antonella Battistini, e-mail: [anto.battistini@sanita.marche.it](mailto:anto.battistini@sanita.marche.it), tel. 071/79092230; Dott.ssa Manuela Falcinelli, e-mail: [manuela.falcinelli@sanita.marche.it](mailto:manuela.falcinelli@sanita.marche.it), tel. 071/79092340

**“DIPENDE ANCHE DA TE!?” CONTRASTO, PREVENZIONE E RIDUZIONE DEL RISCHIO DA GIOCO  
D’AZZARDO PATOLOGICO E DIPENDENZE TECNOLOGICHE**

Il progetto è strutturato in 3 incontri da 2 ore ciascuno. L’intervento pone 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 dei rischi e dei vantaggi della tecnologia digitale e del web, 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. È rivolto agli studenti degli Istituti Secondari di II grado.

- **AST Ancona.** Dipartimento Dipendenze Patologiche (DDP): Dott. Adriano Baldoni Direttore DDP AST, e-mail: [adriano.baldoni@sanita.marche.it](mailto:adriano.baldoni@sanita.marche.it)
  - **STDP Ancona.** Dott. Rodolfo Rabboni, e-mail: [rodolfo.rabboni@sanita.marche.it](mailto:rodolfo.rabboni@sanita.marche.it), tel. 071.8705981
  - **STDP Fabriano.** Dott. Giovanni Maria Marini, e-mail: [gioannimaria.marini@sanita.marche.it](mailto:gioannimaria.marini@sanita.marche.it), tel. 0731.534579; OIKOS Odv: Dott.ssa Costanza Gatta, e-mail: [prevenzione@oikosjesi.it](mailto:prevenzione@oikosjesi.it)
  - **STDP Jesi.** Dott. Giovanni Maria Marini, e-mail: [gioannimaria.marini@sanita.marche.it](mailto:gioannimaria.marini@sanita.marche.it), OIKOS Odv: Dott.ssa Costanza Gatta, e-mail: [prevenzione@oikosjesi.it](mailto:prevenzione@oikosjesi.it)
  - **STDP Senigallia.** Dott.ssa Antonella Battistini, e-mail: [antobattistini@sanita.marche.it](mailto:antobattistini@sanita.marche.it), tel. 071/79092230; Dott.ssa Manuela Falcinelli: e-mail: [manuela.falcinelli@sanita.marche.it](mailto:manuela.falcinelli@sanita.marche.it), tel. 071/79092340

### ***“INSIEME...PER GIOCO”***

Un progetto di contrasto, prevenzione e riduzione del rischio da Gioco d’Azzardo Patologico (GAP) e dipendenze digitali rivolto a tutta la popolazione scolastica degli istituti secondari di II grado. Il programma si propone di informare e sensibilizzare circa i rischi derivanti dall’uso/abuso del gioco d’azzardo patologico e dalle dipendenze digitali, di incrementare negli studenti le competenze personali (life skills) e il bagaglio conoscitivo verso scelte salutari che prevengano il GAP e di incrementare le conoscenze e le competenze sull’uso (vantaggi e rischi) della rete internet e, di aumentare la consapevolezza e la conoscenza dei referenti adulti (genitori e docenti) sui segnali precursori di un uso pericoloso della rete e del gioco d’azzardo patologico.

Si prevedono:

- incontri di formazione/informazione nelle classi destinatarie sulle tematiche del GAP e delle dipendenze digitali;
  - interventi di gruppo mediante tecniche di laboratorio attivo nelle classi, al fine di riscoprire situazioni sane di gioco;
  - incontri di informazione-formazione per ogni anno sulle tematiche del GAP e dipendenze digitali con genitori e docenti degli Istituti Scolastici.
- **AST Ascoli Piceno.** Dipartimento Dipendenze Patologiche (DDP): Dott. Claudio Cacaci, Direttore DDP; e-mail: [claudio.cacaci@sanita.marche.it](mailto:claudio.cacaci@sanita.marche.it), tel. 0735/793596; Dott.ssa Annunziata Alfano; e-mail [annunziata.alfano@sanita.marche.it](mailto:annunziata.alfano@sanita.marche.it), tel. 0735793593

### ***“TUTTI A TEATRO”***

È un progetto di prevenzione e contrasto del rischio da dipendenza da sostanze e da gioco d’azzardo patologico rivolto a giovani, a genitori, ed a docenti e la cittadinanza tutta. L’arte teatrale insieme a quella cinematografica sono state individuate quali strumenti efficaci di promozione della salute e di prevenzione delle dipendenze attraverso l’uso di un linguaggio comune che consente la condivisione di emozioni e vissuti. Lo spettacolo di teatro civile è uno strumento di comunicazione emotiva e al contempo razionale che pone in scena tematiche di rilevanza sociale e di attualità per aiutare gli studenti a formare una propria coscienza rispetto a quanto accade intorno a loro, favorendo la diffusione di conoscenze circa i rischi e i danni dell’uso di sostanze psicoattive e gioco d’azzardo patologico stimolandone la riflessione critica. Si tratta di un progetto realizzato in questi anni dal Dipartimento Dipendenze Patologiche AST 5 nell’ambito delle attività di sensibilizzazione e prevenzione previste dal Piano di riduzione e contrasto delle sostanze stupefacenti e del Gioco D’azzardo Patologico della Regione Marche. Tale progetto può coinvolgere anche le classi terze degli Istituti Secondari di I grado.

- **AST Ascoli Piceno.** Dipartimento Dipendenze Patologiche (DDP): Dott. Claudio Cacaci, Direttore DDP, e-mail: [claudio.cacaci@sanita.marche.it](mailto:claudio.cacaci@sanita.marche.it), tel. 0735/793596; Dott.ssa Annunziata Alfano, e-mail: [annunziata.alfano@sanita.marche.it](mailto:annunziata.alfano@sanita.marche.it), tel. 0735793593.

### **“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](mailto:silvia.monaldi@sanita.marche.it), tel. 0721/424447
- **AST Ancona.** UOC Igiene degli Alimenti e della Nutrizione: Dott.ssa Isabella Romani, e-mail: [isabella.romani@sanita.marche.it](mailto:isabella.romani@sanita.marche.it), tel. 0732/707466
- **AST Macerata.** UOC Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione: Dott.ssa Simona De Lutiis, e-mail: [simona.delutiis@sanita.marche.it](mailto:simona.delutiis@sanita.marche.it), tel. 0733/823858
- **AST Fermo.** UOC Igiene degli Alimenti e della Nutrizione: Dott.ssa Martina Dichiarà, e-mail: [martina.dichiara@sanita.marche.it](mailto:martina.dichiara@sanita.marche.it), tel. 0734/625 3377
- **AST Ascoli Piceno.** UOC Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione: Dott.ssa Paola Puliti, e-mail: [sian.ast.ap@sanita.marche.it](mailto:sian.ast.ap@sanita.marche.it), tel. 0736/358018

**“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. 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](mailto:elsa.ravaglia@sanita.marche.it), tel. 0721/424447; Dott.ssa Marialuisa Lisi, e-mail: [marialuisa.lisi@sanita.marche.it](mailto:marialuisa.lisi@sanita.marche.it), tel. 0721/424447
- **AST Ancona.** UOC Igiene degli Alimenti e della Nutrizione: Dott.ssa Susy Maria Greganti, e-mail: [susymaria.greganti@sanita.marche.it](mailto:susymaria.greganti@sanita.marche.it), tel. 071/79092644
- **AST Macerata.** UOC Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione: Dott. Alessandro Catalini, e-mail: [alessandro.catalini@sanita.marche.it](mailto:alessandro.catalini@sanita.marche.it), tel. 0733/823855; Dott.ssa Irene Giacchetta, w-mail: [irene.giacchetta@sanita.marche.it](mailto:irene.giacchetta@sanita.marche.it), tel. 351/5225514
- **AST Fermo.** UOC Igiene degli Alimenti e della Nutrizione: Dott.ssa Emma Acevedo Duarte, e-mail: [emma.acevedoduarte@sanita.marche.it](mailto:emma.acevedoduarte@sanita.marche.it), tel. 0734/6253463
- **AST Ascoli Piceno.** UOC Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione: Dott.ssa Benedetta Rosetti, tel. 0736/358930, Dott.ssa Susanna Specca, tel. 0736/358931, e-mail: [sian.ast.ap@sanita.marche.it](mailto:sian.ast.ap@sanita.marche.it)

## **“LA GIUSTA ALIMENTAZIONE?**

### **LA TROVI A SCUOLA: SINERGIE NUTRIZIONALI, AMBIENTALI E NON SOLO..”**

È un’azione specifica azione 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](mailto:elsa.ravaglia@sanita.marche.it), tel. 0721/424447; Dott.ssa Silvia Monaldi, e-mail: [silvia.monaldi@sanita.marche.it](mailto:silvia.monaldi@sanita.marche.it), tel. 0721/424447
- **AST Ancona.** UOC Igiene degli Alimenti e della Nutrizione: Dott.ssa Beatrice Sartini, e-mail: [beatrice.sartini@sanita.marche.it](mailto:beatrice.sartini@sanita.marche.it), tel. 071/79092308
- **AST Macerata.** UOC Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione: Dott. Alessandro Catalini, e-mail: [alessandro.catalini@sanita.marche.it](mailto:alessandro.catalini@sanita.marche.it), tel. 0733/823855; Dott.ssa Irene Giacchetta, w-mail: [irene.giacchetta@sanita.marche.it](mailto:irene.giacchetta@sanita.marche.it), tel. 351/5225514
- **AST Fermo.** UOC Igiene degli Alimenti e della Nutrizione: Dott.ssa Martina Dichiarà, email: [martina.dichiara@sanita.marche.it](mailto:martina.dichiara@sanita.marche.it), tel. 0734/6253377
- **AST Ascoli Piceno.** UOC Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione: Dott.ssa Benedetta Rosetti, tel. 0736/358930; Dott.ssa Susanna Speca, tel. 0736/358931, e-mail: [sian.ast.ap@sanita.marche.it](mailto:sian.ast.ap@sanita.marche.it)