

*progetti*  
*Distretto di Tortona*





# **UNPLUGGED:** **un programma efficace per la prevenzione all'uso di tabacco, alcool e sostanze**

## **Contatti**

Novelli Daniela SISP Tortona  
tel. 0131/865307

[dnovelli@aslal.it](mailto:dnovelli@aslal.it)

Franca Susani SISP Tortona tel.  
0131 865303 [fsusani@aslal.it](mailto:fsusani@aslal.it)

**tema di salute:** prevenzione dipendenze

**responsabile progetto:** Novelli Daniela, assistente sanitaria Dip.Prevenzione S.O.C. SISP

**gruppo di progetto:** Calisti Antonella psicologa, Cipolla Daniela psicologa, Filitti Milena assistente sociale, Forti Cecilia educatore professionale, Marchisio Simona educatore professionale, Novelli Daniela assistente sanitaria, Norando Giovanna educatore professionale, Susani Franca assistente sanitaria, Ubaldeschi Daria psicologa.

**Enti coinvolti:** Osservatorio Epidemiologico Dipendenze - Università di Torino

**territorio di diffusione del progetto:**



**destinatari:** docenti e studenti delle Scuole secondarie di primo grado (seconde e terze medie).

## **Obiettivi**

Unplugged è un programma elaborato, sperimentato e valutato nell'ambito dello studio multicentrico EU-Dap attraverso uno studio randomizzato e controllato secondo gli standard EBP Cochrane.

L'obiettivo del programma è di promuovere stili di vita salutari e nello specifico prevenire o ritardare l'utilizzo delle sostanze psicoattive (in particolare fumo, alcol e cannabis). Si basa sul modello dell'influenza sociale (Comprehensive Social Influence) coniugando il metodo delle life skills, conoscenze e educazione normativa.

## **Metodi e strumenti**

il Programma prevede la realizzazione di 12 unità didattiche in classe condotte interamente dagli insegnanti formati in un corso di formazione specifica: questa formazione risulta una componente fondamentale ai fini della qualità nell'applicazione del programma.



# Creativamente senza alcool

**responsabile progetto:** Cormaio M.Luisa, psicologa  
Dip. Patologia Dipendenze Alessandria

**tema di salute:** prevenzione dipendenze (alcool)

**gruppo di progetto:** Bobbio Alessia, educatore prof. consulente, Cassola Maria Cristina, infermiera prof. Cipolla Daniela, psicologa, Filitti Milena, assistente sociale, Mattacheo Antonella, educatore prof., Marchisio Simona, educatore prof., Sciamè Monica, psicologa, Ubaldeschi Daria, psicologa

**enti coinvolti:** Lions Club (sedi provinciali), Cassa di Risparmio di Alessandria

**territori di diffusione:**



**destinatari:** scuole secondarie di primo e secondo grado

## Obiettivi

esplorare e confrontare, nel gruppo classe, le opinioni sulle bevande alcoliche e sui danni connessi, incrementare il livello di conoscenze sulle sostanze alcoliche (effetti acuti, patologie correlate), sensibilizzare sugli effetti dell'alcol sulla guida e il codice della strada

**Metodi e strumenti** progetto nato da una sinergia tra Dipartimento delle Dipendenze Patologiche dell'ASL AL della Provincia di AL, i Lions Club del territorio provinciale e la fondazione Cassa di Risparmio di AL. Affronta le tematiche dei rischi connessi all'abuso alcolico con i ragazzi, adottando una metodologia interattiva che utilizza, nell'ambito del gruppo classe, la visione e l'analisi critica di spot pubblicitari di bevande alcoliche e di videoclip promozionali dei rischi connessi all'abuso alcolico.

1 incontro iniziale con i referenti di presentazione e condivisione del progetto;  
1 incontro per ogni Istituto con gli insegnanti per la presentazione del progetto e la consegna/illustrazione del materiale informativo sull'alcol;

1 incontro in ogni classe della durata di 2/3 ore (es. 9-12) gestito da operatori ASL (in presenza insegnante) e operatore Lions che si articolerà come segue:  
- breve presentazione degli operatori, del Sert, del Lions Club e del progetto;  
- brain-storming sulla parola l'alcol (esplorare le associazioni rispetto allo stimolo, evidenziare le conoscenze, evidenziare le aspettative individuali rispetto agli effetti);  
- discussione guidata sui contenuti emersi;  
- breve parte informativa (alcolemia, unità alcolica, alcol e guida, alcol e relazioni sociali);  
- visione pubblicità (feed back È disincanto 5) (esplorare collegamento tra alcolici e aspettative sociali);  
- discussione finale;  
- presentazione concorso a premi costruzione messaggio pubblicitario originale (slogan e immagine) che promuova l'idea dell'alcol come sostanza psicoattiva con relativi rischi connessi all'uso o sulla necessità di un'informazione corretta;  
- somministrazione questionario di gradimento.

Eventuali incontri di approfondimento con gli insegnanti interessati.

Concorso a premi rivolto alle classi partecipanti al progetto l'Creativamente senza alcool finalizzato alla costruzione di un messaggio pubblicitario originale (slogan e immagine) che promuova l'idea dell'alcol come sostanza psicoattiva, il cui uso comporta rischi per la salute.

Premiazione vincitori concorso: evento pubblico con esposizione dei lavori dei ragazzi

## Contatti

Dott.ssa M.Luisa Cormaio  
(Psicologa È Resp. Equipe  
Prevenzione SERT)  
tel.0131/306317  
[mcormaio@aslal.it](mailto:mcormaio@aslal.it)



# Libero sport

**tema di salute:** prevenzione dipendenze

**responsabile:** Cormaio M.Luisa, psicologa Ser.T.

## Contatti

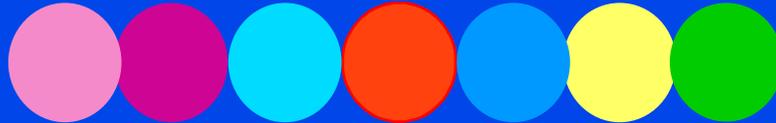
Dott.ssa M.Luisa Cormaio  
(Psicologa È Resp. Equipe  
PrevenzioneSERT)

tel.0131/306317

[mcormaio@aslal.it](mailto:mcormaio@aslal.it)

**enti coinvolti:** Associazione Libera, Liceo Sportivo Casale M., Casa di Carità Arti e Mestieri Ovada, ENAIP Alessandria

**territori diffusione:**



**destinatari:** studenti Scuola secondaria di primo e secondo grado

## Obiettivi

esplorare e confrontare nel gruppo le opinioni e i significati dell'assunzione di farmaci con finalità prestazionali

Sensibilizzare su effetti e rischi dell'uso di sostanze dopanti

Incrementare il livello di conoscenze sul traffico internazionale di sostanze dopanti

Promuovere una cultura della legalità e del rispetto delle regole

## Metodi e strumenti

materiale multimediale, lavori individuali e di gruppo, interventi informativi sul tema e discussioni guidate

# Alla scoperta dell'Amore



## Contatti

Ostetrica Concolino Anna  
Consultorio Tortona  
tel.0131/865212  
[aconcolino@aslal.it](mailto:aconcolino@aslal.it)

**tema di salute:** affettività-sessualità

**responsabile:** Concolino Anna, ostetrica Consultorio

**enti coinvolti:** Cassa di Risparmio di Tortona

**territorio di diffusione:**



**destinatari:** studenti Scuole secondarie di secondo grado

**Obiettivi:** dialogare con i ragazzi sulle tematiche relative alla sessualità, proponendo l'intervento di educazione sessuale come occasione di sviluppo delle potenzialità di ognuno e della personalità nella sua globalità, attraverso stimoli che offrano occasioni di crescita nonché di assunzione di responsabilità. Le tematiche vengono affrontate e svolte con il gruppo classe in modo flessibile, sulla base delle sollecitazioni che provengono dal gruppo stesso: sessualità e significati in adolescenza, ruoli sessuali e sviluppo dell'identità di genere, rischi e prevenzione.

**Metodi e strumenti:** due incontri della durata di due ore ciascuno per ogni classe. Brainstorming e circle time con l'utilizzo di materiale narrativo (filmati, brani di letteratura). Somministrazione di questionario conoscitivo e di valutazione del progetto

# Non calpestare le margherite



**tema di salute:** affettività-sessualità

**responsabile:** Concolino Anna,  
ostetrica Consultorio Tortona

## Contatti

Ostetrica Concolino Anna  
Consultorio Tortona  
tel.0131/865212  
[aconcolino@aslal.it](mailto:aconcolino@aslal.it)

## gruppo di progetto:

Claudia De Agatone, ginecologa, Anna Concolino, ostetrica,  
Stefano Cassola, psicologo Fondazione CRT Tortona

**territorio di diffusione :**



**enti coinvolti:** Fondazione Cassa di Risparmio di Tortona

**destinatari:** studenti scuola secondaria di primo grado

**Obiettivi:** *Offrire ai ragazzi/e uno spazio rassicurante e positivo per intraprendere un confronto ed una riorganizzazione delle conoscenze sui temi del cambiamento (cambiamenti fisici, relazionali, di pensiero) e sulla percezione della propria sessualità nel periodo pre-adolescenziale  
Favorire uno scambio di idee tra insegnanti, genitori ed operatori esterni, che permetta loro di confrontare il loro punto di vista sui ragazzi/e e sulla realtà in cui essi si muovono, arricchendolo con altri contributi  
Informare i ragazzi dell'esistenza dei servizi territoriali rivolti ai giovani (Spazio Giovani del Consultorio Familiare) e della professionalità degli operatori disponibili ad accogliere le loro domande*

**Metodi e strumenti** *Il progetto si prefigge di fornire agli studenti uno spazio di confronto "facilitato" che investa le tematiche relative alla sessualità e allo sviluppo psicofisico ed affettivo, volto a valorizzare lo sviluppo del benessere psicofisico e delle capacità comunicative e relazionali dei ragazzi.  
Incontri con gli adulti - figure di riferimento (genitori- insegnanti- educatori)  
3 incontri di due ore ciascuno con i ragazzi nel gruppo classe  
Somministrazione di questionario introduttivo ai ragazzi delle singole classi coinvolte.*

# E se i bambini non nascessero sotto i cavoli?



**tema di salute:** affettività - sessualità

**responsabile progetto:** Ragonesi Gaetana,  
ostetrica Consultorio Novi

## Contatti

Ost. Ragonesi Gaetana  
Consultorio Novi Ligure  
tel. 0143/332610  
[ragonesi@aslal.it](mailto:ragonesi@aslal.it)

**territorio di diffusione:**



**destinatari:** studenti Scuola secondaria di primo e secondo grado

## Obiettivi:

Ø far conoscere le potenzialità biologiche dell'essere umano  
Ø accrescere le informazioni sugli aspetti psicologici, relazionali, emozionali e riproduttivi della sessualità e prospettare e/o condividere percorsi alternativi  
Ø accrescere il livello di consapevolezza dei giovani rispetto alle conseguenze di stili di vita a rischio sul piano sessuale (I.V.G., ragazze madri, contagio e proporre dei comportamenti sicuri, ma accettabili. Ad esempio evitare rapporti è un metodo sicuro per evitare le gravidanze e le malattie sessualmente trasmesse, ma chi fa educazione sanitaria deve studiare il problema e proporre delle strade percorribili.

Il programma è proposto ai ragazzi delle III<sup>o</sup> medie inferiori ed a quelli delle II<sup>o</sup> medie superiori nella fascia 12-18.

## Metodi e strumenti

Si propongono 4 incontri nelle classi di 2 ore l'uno con modalità relazionali non unilaterali ma concertative basate sul metodo esperienziale, tenendo conto delle conoscenze, delle credenze e degli atteggiamenti, esaltando il senso di autoefficacia di ognuno. Applicando le leggi ed utilizzando le risorse disponibili, ad esempio le strutture sul territorio e servizi ASL e sociali, gruppo dei pari, scuole e famiglie si possono raggiungere questi obiettivi. Il progetto sarà condotto da un'ostetrica.



# Metti in moto la prudenza

**tema di salute:** incidenti stradali

**responsabile progetto:** Morano Luisa tecnico prevenzione SISP  
e Gastaldo Mauro tecnico prevenzione SISP

**gruppo di progetto:** Coppola Massimo tecnico prevenzione, Carlo Di Pietrantonj Dirigente Analista, Gastaldo Mauro tecnico prevenzione, Morano Luisa tecnico prevenzione, Novelli Daniela assistente sanitaria, Franca Susani assistente sanitaria, Peano Alessandro tecnico prevenzione.

**territorio di diffusione:**



**destinatari:** studenti della terza classe Scuola Secondaria di primo grado (13-14 anni)

## Obiettivo

Promuovere l'utilizzo corretto dei dispositivi di sicurezza (cinture di sicurezza, casco);

favorire la conoscenza del rischio connesso al consumo di alcol alla guida; incrementare la messa in atto di comportamenti corretti alla guida (rispetto della distanza di sicurezza).

## Metodi e strumenti

Viene utilizzato il materiale proposto dal Programma Nazionale Prevenzione Incidenti Stradali attraverso

lezioni frontali alternate ad attività interattive (es. brainstorming, momenti di confronto fra gli studenti e l'utilizzo del gioco multimediale Alcoltest virtuale

La didattica prevista mira a stimolare la capacità decisionale (capacità di prendere decisioni in modo consapevole e costruttivo, considerando le diverse opportunità e le possibili conseguenze che ogni scelta implica) e l'autoefficacia regolatoria (capacità di resistere alle influenze dei pari, soprattutto quando questi invitano a cimentarsi in comportamenti che possono mettere a rischio la propria salute mantenendo).

## Valutazione

Viene effettuata attraverso la autosomministrazione di un questionario pre e post intervento e la realizzazione di un report conclusivo sui risultati emersi.

## Contatti

Morano Luisa tpall  
SOC SISP

tel. 0142-434541

[lmorano@aslal.it](mailto:lmorano@aslal.it)

Gastaldo Mauro

tpall SOC SISP

tel. 0143-826662

[mgastaldo@aslal.it](mailto:mgastaldo@aslal.it)



# GIOVANI = STRADE SICURE

**tema di salute:** incidenti stradali

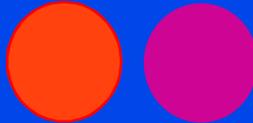
**responsabile:** Novelli Daniela, assistente sanitaria  
SISP Franca Susani assistente sanitaria SISP

**gruppo di progetto:**

Cipolla Daniela psicologa, Cormaio M.Luisa psicologa, Di Pietrantonj Carlo Dirigente Analista, Nosenzo Bruno educatore professionale, Novelli Daniela assistente sanitaria, Susani Franca assistente sanitaria

**Enti coinvolti:** Prefettura Ufficio Territoriale Provincia Alessandria  
Ditta Contralco Polizia Stradale Motorizzazione Civile ACI

**territorio di diffusione:**



**destinatari:** studenti e docenti delle Scuole Superiori di 2° grado e Scuole Formazione Professionale.

**Obiettivo**

prevenzione degli incidenti stradali connessi al consumo di alcol e promozione della sicurezza stradale tra gli studenti.

**Metodi e strumenti**

Per i docenti che aderiranno al progetto è prevista la partecipazione al corso di formazione finalizzato alla presentazione e sperimentazione delle unità didattiche che verranno proposte in aula. Al termine del corso di formazione agli insegnanti partecipanti verrà consegnato il materiale per la realizzazione dell'intervento nelle classi e di approfondimento. Le attività proposte comporteranno un coinvolgimento diretto degli studenti nella riflessione, nella rielaborazione e nell'apprendimento di conoscenze nuove e abilità.

Valutazione.

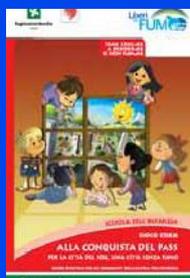
**di processo:** supporto degli operatori durante tutta la durata del progetto. Almeno un incontro di supervisione al fine di calibrare le scelte strategiche in base alle esigenze della classe e un incontro di gradimento al termine del progetto.

**di risultato:** è prevista la valutazione sulle conoscenze acquisite e sui cambiamenti di atteggiamenti attraverso la somministrazione di un questionario pre e post intervento.

**Contatti**

Ass. san.Novelli Daniela  
SISP  
tel.0131/865307  
Ass.San.Susani Franca  
SISP  
tel.0131/865303

# Infanzia a colori: alla conquista del pass per la città del sole



## Contatti

Ass. san. Novelli Daniela  
SISP tel. 0131/865307  
Ass. San. Susani Franca  
SISP tel. 0131/865303

**tema di salute:** tabagismo

**responsabile :** Novelli Daniela, assistente sanitaria Dip. Prevenzione S.O.C SISP

**gruppo di progetto:** Brusa Mauro medico, Cipolla Daniela psicologa, Filitti Milena assistente sociale, Di Pietrantonj Carlo Dirigente Analista, Novelli Daniela assistente sanitaria, Sciamè Monica psicologa, Susani Franca assistente sanitaria

**Enti coinvolti:** Associazione LILT



**territorio di diffusione:**

**destinatari:** bambini, insegnanti e genitori Scuole dell'infanzia

È un programma annuale che coinvolge i bambini in un percorso educativo che utilizza una strategia attiva e partecipativa.

Gli aspetti qualificanti di questo programma sono:

- la caratterizzazione ludica e simbolica dell'attività (gioco del far finta) che rende il trasferimento di nozioni ed emozioni molto più efficace di interventi strutturati in modo puramente didattico;
- la dimensione sociale che si esplica con incontri di tipo collettivo (incontri principali) e con attività comuni svolte da gruppi di bambini numericamente ridotti;
- il ricorso all'attività motoria;
- lo sviluppo della manualità e della creatività;
- l'utilizzo della narrazione;
- il protagonismo dei bambini;
- il coinvolgimento di tutta la scuola, al quale si aggiunge anche l'interessamento dei genitori;
- l'organicità con programmi di prevenzione futuri.

## Obiettivo

Contrastare l'iniziazione al fumo di tabacco in età evolutiva

## Metodi e strumenti

Il programma prevede una formazione specifica agli insegnanti che dovranno svolgere gli interventi durante il percorso curricolare: per la realizzazione degli interventi nelle classi gli insegnanti saranno dotati del materiale didattico necessario.

La formazione agli insegnanti sarà organizzata in due giornate di tre ore e per la migliore applicazione del programma è raccomandata la partecipazione alla formazione di almeno 2 o 3 insegnanti per classe. Durante la realizzazione del progetto è previsto il supporto degli operatori sanitari e un incontro di supervisione. Prima dell'avvio del programma è auspicabile almeno un incontro con i genitori al fine di presentare contenuti, obiettivi e finalità del progetto

Valutazione.

È prevista una valutazione dell'intervento attraverso questionari somministrati agli studenti, ai docenti e ai genitori



P

# INFANZIA A COLORI: CLUB DEI VINCENTI

## Contatti

Ass. san. Novelli Daniela  
SISP

tel. 0131/865307

Ass. San. Susani Franca  
SISP

tel. 0131/865303

**tema di salute:** tabagismo

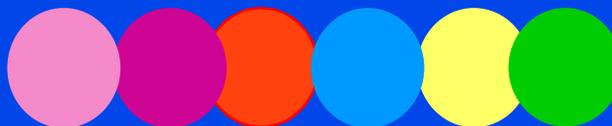
**responsabile:** Novelli Daniela, assistente sanitaria Dip. Prevenzione S.O.C. SISP

## gruppo di progetto:

Brusa Mauro medico, Cipolla Daniela psicologa, Filitti Milena ass. sociale, Di Pietrantonj Carlo Dirigente Analista, Novelli Daniela assistente sanitaria, Sciamè Monica psicologa, Susani Franca assistente sanitaria

**Enti coinvolti:** Associazione LILT

**territorio di diffusione:**



**destinatari:** bambini, genitori e docenti Scuola Primaria (IV° e V° classe)

## Obiettivi

Contrastare l'iniziazione al fumo di tabacco in età evolutiva.

Favorire la dismissione dal fumo negli adulti fumatori (insegnanti-genitori)

## Metodi e strumenti

Il programma prevede una formazione specifica agli insegnanti che dovranno svolgere gli interventi durante il percorso curricolare: per la realizzazione degli interventi nelle classi gli insegnanti saranno dotati del materiale didattico necessario.

La formazione agli insegnanti sarà organizzata in due giornate di tre ore e per la migliore applicazione del programma è raccomandata la partecipazione alla formazione di almeno 2 o 3 insegnanti per classe. Durante la realizzazione del progetto è previsto il supporto degli operatori sanitari e un incontro di supervisione.

Prima dell'avvio del programma è auspicabile almeno un incontro con i genitori al fine di presentare contenuti, obiettivi e finalità del progetto.

Il protagonista della storia *Mister StarBene* stabilisce un contatto con i ragazzi tramite una corrispondenza, che sarà realizzata dalla classe.

Attraverso diversi esercizi, il protagonista introduce ai ragazzi i temi del tabagismo, del corpo umano e, più in generale, del concetto di salute; sono previsti cinque incontri che vengono scanditi dalle lettere che *Mister StarBene* invia ai ragazzi chiedendo il loro aiuto.

Alla fine di questa attività è prevista l'iscrizione al *Club dei Vincenti* per quei ragazzi che esprimono l'intenzione di non fumare in futuro.

Valutazione. È prevista una valutazione dell'intervento attraverso questionari somministrati agli studenti, ai docenti e ai genitori

# Infanzia a colori.

## Liberi di scegliere



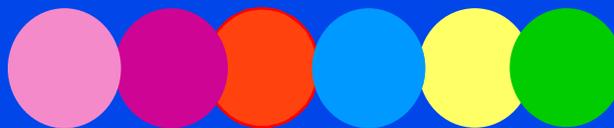
**tema di salute:** tabagismo

**responsabile :** Novelli Daniela, assistente sanitaria Dip.Prevenzione S.O.C SISP

**gruppo di progetto:** Brusa Mauro medico, Cipolla Daniela psicologa, Filitti Milena ass. sociale Di Pietrantonj Carlo Dirigente Analista, Novelli Daniela assistente sanitaria, Sciamè Monica psicologa, Susani Franca assistente sanitaria

**Enti coinvolti:** Associazione LILT

**territorio di diffusione:**



**destinatari:** studenti, insegnanti e genitori della scuola secondaria primo grado (2° classe)

### Obiettivi:

1. aiutare i ragazzi a sviluppare comportamenti adeguati per resistere alle influenze dei pari, degli adulti, della pubblicità
2. favorire la scelta di non fumare
3. sostenere la capacità di stimolare gli altri ragazzi a non fumare

### Metodi e strumenti:

Il programma si propone di aiutare i ragazzi a comprendere il complesso di fattori ambientali e personali che inducono le persone a fumare ed a sviluppare le conoscenze e le capacità necessarie per identificarle e reagire positivamente.

L'argomento trattato non è costituito dagli effetti del fumo sulla salute, ma è costituito dalle pressioni sociali che spingono a iniziare a fumare, individuali nel gruppo di coetanei, nei modelli familiari e nell'offerta sociale (informazione, pubblicità) Il programma prevede una formazione specifica agli insegnanti che dovranno svolgere gli interventi durante il percorso curriculare: per la realizzazione degli interventi nelle classi gli insegnanti saranno dotati del materiale didattico necessario.

La formazione agli insegnanti sarà organizzata in una giornata di sei ore e per la migliore applicazione del programma è raccomandata la partecipazione alla formazione di almeno 2/3 insegnanti per classe. Durante la realizzazione del progetto è previsto il supporto degli operatori sanitari e un incontro di supervisione.

L'intervento educativo si basa sull'utilizzo di una guida didattica che fornisce ai ragazzi un percorso per sviluppare capacità e senso critico per sostenere le proprie idee libere dal fumo. Contiene, inoltre, una parte di approfondimenti teorici sul fumo di sigaretta e una parte di strumenti operativi con attività laboratoriali integrative. Il percorso può essere concluso ed integrato con la realizzazione di spot pubblicitari e/o disegni per una cultura libera dal fumo

Valutazione. È prevista una valutazione dell'intervento attraverso questionari somministrati agli studenti, ai docenti e ai genitori.

# La corretta alimentazione nel bambino e nel ragazzo

**responsabile progetto:** Massa Saluzzo Marina, medico Distretto di Tortona

**tema di salute:** alimentazione

**gruppo di progetto:** Barbieri Marzia R., amministrativo, Bellingeri Paolo, medico, Bernardini Alessandro, farmacista, Fontana Franco, Medico, Spinelli Eliana, farmacista, Torriglia Armanda, amministrativo

**Enti coinvolti:** Comune Tortona - Scuole Territorio

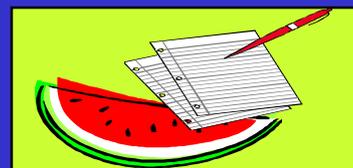
**territorio di diffusione :**



**destinatari:** Scuole primarie e secondarie di primo grado

## Contatti

Dott.ssa Massa Saluzzo  
Marina Distretto Tortona  
tel.0131/865260  
[mmassasaluzzo@aslal.it](mailto:mmassasaluzzo@aslal.it)



## Obiettivi

Il Distretto di Tortona insieme al Dipartimento del Farmaco, alla Pediatria del PO di Tortona, alle Cure Palliative e al settore prevenzione e nutrizione e al SIAN, realizza un percorso di promozione della salute sui temi della corretta alimentazione e degli stili di vita salutari. L'obiettivo generale del progetto è quello di sensibilizzare gli operatori scolastici, le famiglie ed i giovani sui tali temi.

Gli interventi a sostegno della corretta e consapevole alimentazione sono efficaci, infatti, se realizzati in sinergia con tutti i soggetti che si occupano di infanzia e di adolescenza, primi tra tutti la famiglia e la scuola, insieme a coloro che, a vario titolo, si occupano di salute, prevenzione, alimentazione, attività motoria e comunicazione. Genitori, insegnanti e, in generale, quanti sono responsabili della crescita e della salute dei bambini, rappresentano, infatti, un modello di apprendimento di comportamenti alimentari corretti e di uno stile di vita attivo.

Il progetto è modulare e prevede la possibilità per la scuola attivare uno o più dei seguenti interventi:

A) coinvolgimento preliminare dei genitori e degli insegnanti attraverso incontri seminariali sui temi de "La corretta alimentazione del bambino e del ragazzo" e "La corretta lettura delle etichette alimentari".

B) Intervento in classe dei Medici e dei Farmacisti ASL AL con il Laboratorio interattivo "ABC dell'Alimentarsi Bene Convien" che si propone di far conoscere le proprietà dei diversi alimenti, i fabbisogni nutrizionali e come alimentarsi in modo vario ed equilibrato per prevenire, fin dall'inizio, le malattie che dipendono da un'alimentazione inadeguata.

C) Lezioni di cucina per genitori e insegnanti svolte direttamente ai fornelli con il medico esperto per approfondire il tema della nutrizione per il benessere.

## Metodi e strumenti

La prima fase del percorso di promozione della salute, avviato nel 2010, ha visto la progettazione e la pianificazione dell'iniziativa in sede di Gruppo multidisciplinare ed interistituzionale. In fase di avvio è stato rilevato l'interesse delle Scuole verso l'iniziativa attraverso la compilazione di un questionario.

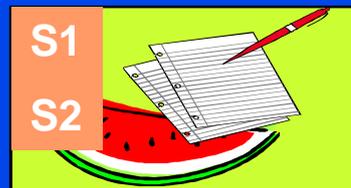
I lavori in classe nel Laboratorio ABC sono realizzati in maniera dinamica e divertente attraverso:

- la somministrazione ai ragazzi di una semplice intervista di ingresso per fare il punto iniziale
- la veicolazione di nozioni sui principi nutrizionali e sulla corretta ripartizione dei pasti nell'arco della giornata, tramite l'illustrazione della piramide alimentare italiana, l'utilizzo di materiale divulgativo ministeriale, il ricorso a slides accattivanti ed a giochi di squadra
- l'intervista dei genitori da parte dei ragazzi attraverso un piccolo e simpatico test che vuole essere una "porta" per entrare nelle case e continuare a coinvolgere le famiglie in un'ottica di continuità educativa
- la discussione sulla compilazione dei test
- l'utilizzo educativo di filmati, temi musicali e giochi didattici di gruppo

Le lezioni di cucina prevedono una parte "teorica" per illustrare i principi della nutrizione, i cibi e le loro prerogative ed una parte "pratica" di preparazione dei piatti e della loro condivisione tra i partecipanti.

La modalità di insegnamento in via generale è attiva e permette ai discenti di intervenire con personali esperienze, dubbi ed esigenze.

# Il cibo e il corpo che cambia

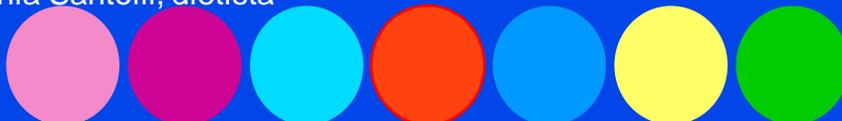


**tema di salute:** disturbi alimentari  
**responsabile:** Sacco Silvia, psicologo  
SerT AL Dip. Patologie Dipendenze

**Contatti**  
Dott.ssa Santolli Stefania  
SIAN Dip. Prevenzione  
tel.0142/434548  
ssantolli@aslal.it

**gruppo di progetto:** Stefania Santolli, dietista

**territorio di diffusione:**



**destinatari :** studenti scuole secondarie di primo e secondo grado

## Obiettivo:

Informare correttamente, per ridurre confusione e preoccupazione  
Sensibilizzare al problema, per riconoscere possibili e potenziali disturbi  
Formare, fornendo gli strumenti necessari per riconoscere i segnali di disagio, premonitori di DCA, al fine di una corretta e tempestiva prevenzione e/o segnalazione ai servizi sanitari.

Fornire spunti per svolgere in classe attività didattiche su cibo e corporeità, in modo da rinforzare nei ragazzi i comportamenti preventivi in grado di interferire positivamente sui fattori predisponenti i DCA.

## Metodi e strumenti

Corso di formazione per i docenti. Aggiornamento sui disturbi del comportamento alimentare in età evolutiva

# I farmaci non sono ciliegie

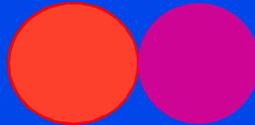
**tema di salute:** educazione ad una consapevolezza del bene farmaco e ad un corretto uso dei farmaci

**responsabile:** dr.ssa Daniela Cantù

**gruppo di lavoro:**

Farmacisti, Medici, Amministrativi

**territorio di diffusione:**



**destinatari:** studenti Scuole primarie e secondarie

## Obiettivi

Il Dipartimento del Farmaco si propone di realizzare un ciclo di incontri in classe con i ragazzi di tutte le classi primarie e secondarie delle scuole del territorio di Alessandria e del Distretto di Tortona dell'ASL AL.

Attualmente, infatti, da un lato il percorso scolastico non contempla la presenza di insegnamenti specifici relativi ai farmaci ed agli integratori, dall'altro i pressanti ed accattivanti messaggi pubblicitari, a cui non si sottrae il farmaco, espongono le fasce deboli della popolazione, tra cui i giovani, al rischio di abuso: i ragazzi, infatti, risultano privi di validi strumenti critici.

Obiettivo di questa iniziativa è quello di insegnare ai ragazzi, come un farmaco, come averlo, come conservarlo, quando scade, come eliminare i farmaci scaduti, come il foglietto illustrativo, quali sono le corrette modalità di acquisto dei farmaci, come e dove devono essere conservati e smaltiti i farmaci. chi è il farmacista..

L'uso dei farmaci viene inquadrato in quello che dovrebbe essere un corretto stile di vita da adottare fin da giovanissimi e vengono inoltre illustrati temi relativi alla farmacovigilanza, e alla fitovigilanza, agli integratori alimentari e sportivi.

Gli obiettivi che si pone il progetto sono:

- creare una efficace equipe multidisciplinare di progetto;
- condividere il percorso progettuale con il corpo docente al fine di evitare duplicazioni di interventi o lacune educative;
- acquisire le nozioni di base utili per la migliore gestione del farmaco nell'ottica di evitare abusi e consumi a rischio per la salute;
- suscitare consapevolezza e criticità rispetto ai messaggi veicolati dall'industria farmaceutica;
- migliorare gli strumenti di dialogo e relazione con la classe sanitaria e le Istituzioni di riferimento anche attraverso l'individuazione dei volti degli interlocutori locali;
- sensibilizzare i ragazzi verso il ruolo di ulteriori divulgatori delle conoscenze acquisite nei loro ambiti relazionali;
- sensibilizzare verso le segnalazioni di reazione avversa da farmaci.

## Metodi e strumenti

Prima dell'inizio delle lezioni verrà valutato il livello di nozioni già in possesso dei ragazzi attraverso lo strumento del brain storming. Al termine delle lezioni verrà valutato l'impatto che gli interventi svolti in classe hanno prodotto mediante la somministrazione di un questionario di verifica. Le classi possono inoltre partecipare ad una visita guidata ad una farmacia di comunità e/o ai Servizi Farmacia Ospedaliera



## Contatti

Dr.ssa Cantù Daniela  
Servizio DIP. FARMACO  
tel. 0131-865381 È  
307540- 865217  
[dcantu@aslal.it](mailto:dcantu@aslal.it)  
[espinelli@aslal.it](mailto:espinelli@aslal.it)  
[mbarbieri@aslal.it](mailto:mbarbieri@aslal.it)

# Sportello di ascolto psicologico



**tema di salute:** benessere/salute mentale

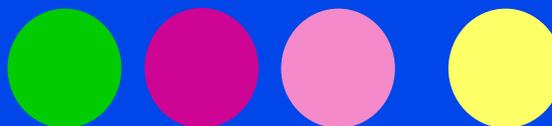
**responsabile:** Dott.ssa Elisabetta Bellingeri, psicologa Responsabile Area Adolescenti e Giovani adulti ASLAL

## **gruppo di lavoro:**

dott.sse Elisabetta Bellingeri, Federica Forner, Barbara Cavo, Elena Milone, Barbara Di Giovanni, Elisabetta Mussio, psicologhe Area adolescenti e Giovani adulti, Distretti Novi Ligure, Tortona, Acqui Terme, Ovada

## **Contatti:**

Ambulatorio Psicologia Novi  
tel. 0143/332660/61/23  
Dott.ssa E. Bellingeri 366/5849034;  
[ebellingeri@aslal.it](mailto:ebellingeri@aslal.it)  
Dott.ssa F. Forner 340/6714883;  
[fforner@aslal.it](mailto:fforner@aslal.it)  
Dott.ssa B. Cavo 338/9983190  
Centro Adolescenti Tortona  
tel. 0131/ 865794  
Dott.ssa E. Milone 347/9085731  
Centro Adolescenti Acqui Terme  
tel. 0144/777455  
Dott.ssa B. Di Giovanni  
334/6412813 [bdigiovanni@aslal.it](mailto:bdigiovanni@aslal.it)  
Centro Adolescenti Ovada  
tel. 0143/826610  
Dott.ssa E. Mussio 347/8223074  
Dott.ssa B. Di Giovanni 334/6412813



**territorio di diffusione :**

**destinatari:** alunni delle Scuole secondarie di secondo grado

**Obiettivi:** promozione della salute e prevenzione del disagio psicologico

**Metodi e strumenti:** spazio di accoglienza della domanda e consultazione psicologica all'interno delle scuole. Il servizio viene svolto regolarmente durante tutto il corso dell'anno scolastico, collaborando con referenti alla salute e dirigenti scolastici. Gli alunni vi possono accedere presentandosi liberamente nei giorni ed orari previsti o prenotandosi in anticipo



## Noi, i giovani del 2013

**tema di salute:** benessere/salute mentale

### Contatti

Dott.ssa Elisabetta Bellingeri  
Psicologia Distretto Novi  
tel.0143/332660 cell 366/5849034  
[ebellingeri@aslal.it](mailto:ebellingeri@aslal.it)  
Dott. Claudio Rabagliati,  
S.O.PePS tel 0131/307507  
[crabagliati@aslal.it](mailto:crabagliati@aslal.it)

**responsabili:** dott.ssa Elisabetta Bellingeri, Responsabile Area Adolescenti e giovani adulti ASL AL; dott. Claudio Rabagliati, Responsabile Struttura Operativa Coordinamento e Supporto PePS ASL AL

**Gruppo di lavoro:** dott.ssa Elisabetta Bellingeri, Responsabile Area Adolescenti e giovani adulti ASL AL; dott. Claudio Rabagliati, medico epidemiologo, Responsabile Struttura S.O. Coordinamento e Supporto PEPS ASL AL, Coordinatore Piano Locale della Prevenzione ASL AL; dott.sse Federica Forner, Barbara Cavo, psicologhe Area adolescenti Novi Ligure; dott.ssa Silvia Baiardi, sociologa S. O. Coordinamento e Supporto PePS ASL AL; dott.ssa Maria Grazia Pelizzari psicologa Spazio A Alessandria; dott.ssa Barbara Di Giovanni, psicologa Area adolescenti Acqui Terme; dott.ssa Elena Milone, psicologa Area adolescenti Tortona; dott.ssa Elisabetta Mussio, psicologa Area adolescenti Ovada

**Territorio di diffusione :**



**Destinatari:** campione di studenti frequentanti le scuole secondarie di secondo grado

**Obiettivo:** descrizione degli stili di vita degli adolescenti del nostro territorio

**Metodi e strumenti:** indagine epidemiologica relativa ad abitudini, tempo libero, dimensioni psicologiche e condotte a rischio dei giovani del nostro territorio, per conoscere come cambiano le abitudini e le emozioni degli adolescenti di oggi  
Creazione di un questionario che racchiuda le variabili psicologiche, gli stili di vita e le condotte potenzialmente dannose per la salute tipiche dell'età adolescenziale, alla luce dei cambiamenti della famiglia e della società contemporanee; procedura di campionamento degli alunni dei 5 distretti di Acqui-Alessandria-Novu-Ovada-Tortona; somministrazione del questionario al campione di classi prestabilito; analisi dei dati emersi e stesura della ricerca; organizzazione di momenti di confronto con i ragazzi rispetto ai risultati dell'indagine

# Diario della salute. Percorsi di promozione del benessere tra i pre-adolescenti

**tema di salute:** benessere

**responsabili:** Coordinamento PEAS  
(Angelini Chiara, amministrativo, Brusa Mauro, medico)

## Gruppo di progetto:

Godino Paola, educ. Prof., Novelli Daniela, ass.sanitaria, Pellizzari M.Grazia, psicologa, Ubaldeschi Daria, psicologa

**Enti coinvolti :** Regione Piemonte- dott.a Laura Marinaro, Direttore Direzione Integrata della Prevenzione ASL VC

**territorio di diffusione:**



**destinatari:** insegnanti e studenti Scuola secondaria di primo grado (classi II)

## Obiettivo

Promuovere il benessere e la salute tra i ragazzi di 11-13 anni riducendo i comportamenti a rischio legati in particolare a: sessualità, alimentazione, consumo di sostanze psicoattive legali e illegali, videogiochi e Internet, sicurezza stradale

## Metodi e strumenti

1) formazione di operatori sociosanitari a livello regionale; 2) aggiornamento e duplicazione del kit "Diario della salute" ossia di materiali stimolo, didattici e informativi ideati da un'équipe multi - professionale per ciascuno dei target coinvolti (Diario "Io scelgo per me" indirizzato agli studenti, che racconta nella forma narrativa di diario collettivo le esperienze e i vissuti di un gruppo di ragazzi e ragazze in età puberale. Corredato da approfondimenti tematici sui cambiamenti del corpo, l'incontro con gli altri, la sperimentazione del rischio e la ricerca della perfezione. "Dalla parte dei genitori. Crescere insieme ai figli": frammenti di diari di un padre e una madre per aiutare i genitori a riconoscere e gestire meglio le emozioni che rendono difficile la comunicazione e la relazione con i figli, corredato da informazioni utili su diversi temi: identità sessuale, rischi della rete, etc.; "Crescere liberi dalle dipendenze. Percorsi per insegnanti": raccolta di percorsi didattici che prendono spunto dalle pagine del Diario dei ragazzi per proporre attività educative di gruppo che stimolano l'espressione e la partecipazione attiva attraverso l'impiego di tecniche diverse); 3) attività di formazione per insegnanti finalizzate alla realizzazione di percorsi didattici; 4) incontri di riflessione tra genitori ed esperti; 5) creazione di un blog per la raccolta e la condivisione delle esperienze relative al progetto, anche ai fini della diffusione e del monitoraggio. Il progetto prevede pertanto due fasi: in quella iniziale un team multi professionale di esperti, già coinvolti nell'edizione pilota del progetto, formerà i formatori (operatori sociosanitari) individuati in ogni regione, i quali, a loro volta, organizzeranno le attività previste a livello locale, avendo modo così di rafforzare le reti territoriali e aumentare la propria capacità di risposta ai bisogni di salute dei target coinvolti. .



## Contatti

Dott.ssa Angelini Chiara  
Coordinamento PEAS  
Distretto Casale  
tel. 0142/434507  
cangelini@aslal.it

# Differenziamoli

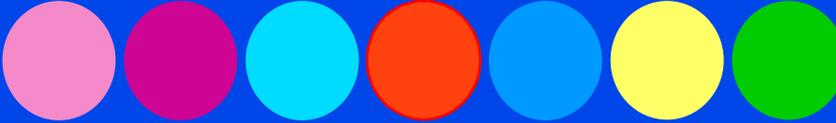


**tema di salute:** ambiente, salute e benessere

## **responsabili:**

Ambrogetti Paolo *tpall Sisp Dip. Prevenzione,*  
Gelupi Danilo *tpall Sisp Dip. Prevenzione,*  
Coppola Massimo *tpall Sisp Dip. Prevenzione,*  
Gastaldo Mauro *tpall Sisp Dip. Prevenzione.*

## **territorio di diffusione:**



## **Contatti**

dott. Ambrogetti Paolo  
Distretto Casale M.-Valenza  
pambrogetti@aslal.it  
tel. 0142-434534  
dott. Gelupi Danilo Distretto  
Alessandria-Tortona  
dgelupi@aslal.it  
tel. 0131-307835  
dott. Coppola Massimo  
Distretto Novi-Ovada-Acqui  
mcoppola@aslal.it  
tel. 0144-777448  
tpall Gastaldo Mauro  
Distretto Novi-Ovada-Acqui  
mgastaldo@aslal.it  
tel. 0143-826662

**destinatari:** studenti biennio delle Scuole secondarie di secondo grado

## **Obiettivi**

Favorire e promuovere la sensibilizzazione sui temi ambientali della raccolta differenziata, riciclo o riuso dei rifiuti.

Fornire informazioni sulla disciplina legislativa nazionale che regola la gestione dei rifiuti.

Incrementare le conoscenze sulle criticità per l'ambiente e la salute legate allo smaltimento finale dei rifiuti.

## **Metodi e strumenti**

Brain-storming

Lezioni frontali

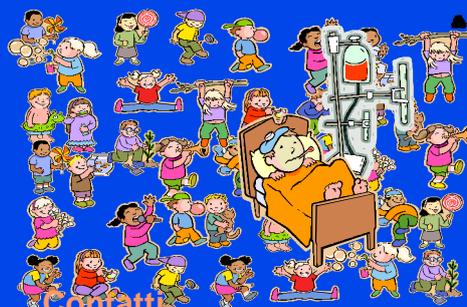
Questionari di valutazione

# Porgi la tua mano, qualcuno ha bisogno di te

**tema di salute:** donazioni

**Responsabile:**

**Semino Giuseppe, medico - direttore Servizio Trasfusionale**

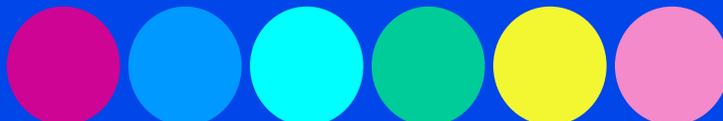


**Contatti**

**Dott. Balduzzi Guido**  
**Servizio Trasfusionale**  
**Ospedale Tortona**  
**gbalduzzi@aslal.it**

**gruppo di progetto:** Balduzzi Guido (Coordinatore) medico, Brusa Mauro, medico, Cartasegna Alessandro, medico, Pedrazzi Enrico, medico, Perugini Cristina, medico

**Enti coinvolti :** Associazioni Donatori



**territorio di diffusione del progetto:**

**destinatari:** Quinto anno Scuole Secondarie di secondo grado

## **Obiettivo**

Promuovere la cultura della donazione come scelta consapevole di arricchimento di se stessi e della comunità e migliorare il livello di correttezza delle informazioni sull'argomento, sui servizi e sulle associazioni di volontariato presenti sul territorio

Favorire una conoscenza corretta sull'argomento e migliorare la consapevolezza del valore e dell'importanza per la vita di questa iniziativa di solidarietà sulla

## **Metodi e strumenti**

Un incontro in classe, con partecipazione di esperti e di volontari delle Associazioni in tema di sensibilizzazione alla donazione di sangue e di midollo.

L'incontro, inserito nella campagna regionale pluriennale, prevede anche l'utilizzo di sequenze filmate e presentazioni