

Scuola Primaria e Secondaria I°

Programmi di promozione della salute e prevenzione dei comportamenti a rischio

Offerta formativa anno scolastico 2024 -2025

PROGRAMMI PROPOSTI DA ATS

Scuola Primaria e Secondaria di I°

Sistema Socio Sanitario



Regione
Lombardia

ATS Bergamo

LIFE SKILLS TRAINING PROGRAM (LST) Scuola Primaria:

programma triennale, copre il ciclo **dalla classe 3[^] alla 5[^]**

LIFE SKILLS TRAINING PROGRAM (LST) Scuola Secondaria di 1° grado:

programma triennale, copre **tutto il ciclo della scuola secondaria di I°**

LIFE SKILLS - Spazio ai GENITORI:

percorso formativo **per genitori** delle scuole aderenti a LST nella scuola secondaria di I° grado (realizzabile, a richiesta, anche in altre scuole)

CONSULENZA PER SCUOLE SECONDARIE DI I° GRADO:

per **situazioni di criticità** connesse alla presenza di **alcol** e **sostanze psicoattive a scuola**

Life Skills Training Primaria: perché proporlo?

Scuola primaria - classi 3[^], 4[^] e 5[^]

Sistema Socio Sanitario



ATS Bergamo

Il percorso **Life Skills Training Primaria** ha preso il via in modo esteso in Regione Lombardia nell'anno scolastico 2021/22, dopo quattro anni di sperimentazione.

E' un **programma** di promozione della salute e prevenzione dei comportamenti a rischio.

Nell'anno scolastico **2023/24**, in provincia di Bergamo, hanno aderito **28 Istituti Comprensivi e Scuole Paritarie** con **54 plessi**, sono stati formati **448 docenti** e sono stati raggiunti **5587 studenti**.



Life Skills Training Primaria: a chi è rivolto?

Scuola primaria - classi 3[^], 4[^] e 5[^]

Sistema Socio Sanitario



ATS Bergamo

Il programma coinvolge **insegnanti** e **alunni**, proponendosi di accompagnarli lungo la loro permanenza in questo ciclo di istruzione, perseguendo i seguenti obiettivi:



Accrescere il bagaglio di risorse personali (**life skills**) degli **STUDENTI** in quanto fondamentali fattori protettivi per la salute



Promuovere **interventi SCOLASTICI validati** e sviluppare strumenti coerenti con i principi ispiratori della **Rete delle Scuole che Promuovono Salute (SPS)**



Rinforzare le **competenze trasversali degli INSEGNANTI** in tema di salute attraverso l'integrazione del LST Program nel curriculum verticale

LifeSkills
Training
Lombardia

Life Skills Training Primaria: da chi è promosso?

Sistema Socio Sanitario



ATS Bergamo

Scuola primaria - classi 3[^], 4[^] e 5[^]

Regione Lombardia

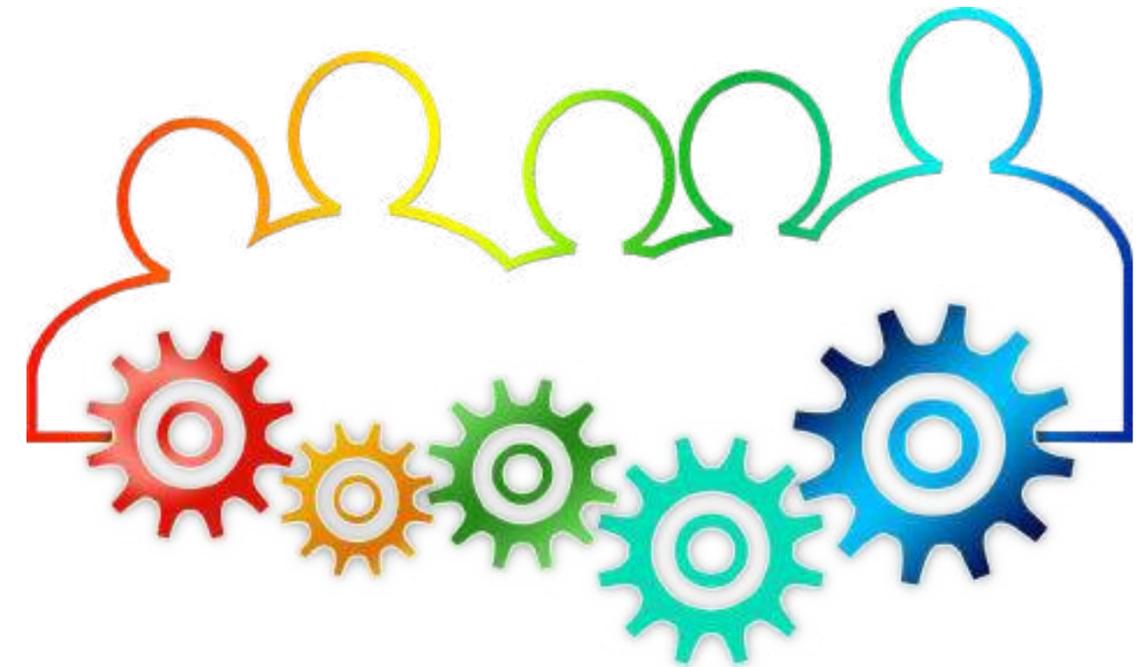
Ufficio Scolastico Regionale

Rete SPS (Scuole che Promuovono Salute)

ATS Bergamo

In collaborazione con:

- le tre ASST della Provincia
- alcune realtà del Privato Sociale



LifeSkills
Training
Lombardia

Life Skills Training Primaria: quali tematiche affronta?

Scuola primaria - classi 3[^], 4[^] e 5[^]

Sistema Socio Sanitario



ATS Bergamo

LST Program per la scuola primaria prevede, **per ognuno dei tre anni scolastici, 8 unità di lavoro in classe**, ciascuna della durata di 3 ore, volte a sviluppare le seguenti **competenze e abilità di vita**:

Autostima
Prendere decisioni
Pensiero critico
Gestione delle emozioni

Gestione dello stress
Abilità comunicative
Abilità sociali
Assertività

LifeSkills
Training
Lombardia

Life Skills Training Primaria: come funziona?

Scuola primaria - classi 3[^], 4[^] e 5[^]

Sistema Socio Sanitario



ATS Bergamo

1. La scuola individua un **team di docenti** disponibili ad implementare il programma in classe con i propri studenti, a partire dalle classi 3[^]
2. Il **Dirigente formalizza l'iscrizione** della Scuola
3. I **docenti vengono formati** sulle attività da svolgere con i loro studenti in un **percorso continuativo durante l'anno scolastico**
4. I docenti formati accedono gratuitamente alla piattaforma LST online con le **guide per i docenti e quaderni per gli studenti** per implementare il programma in classe
5. I **docenti realizzano le unità con i loro studenti**
6. La scuola partecipa alle **attività di monitoraggio**



LifeSkills
Training
Lombardia

Life Skills Training Primaria: quale impegno per i docenti?

Scuola primaria - classi 3[^], 4[^] e 5[^]

Sistema Socio Sanitario



Regione
Lombardia

ATS Bergamo

I **momenti formativi** per i docenti prevedono:

- **15 ore** per i docenti delle **classi 3[^]**, distribuite all'inizio e durante l'anno scolastico
- **10 ore** per le **classi 4[^]**, distribuite all'inizio e durante l'anno scolastico
- **10 ore** per le **classi 5[^]**, distribuite all'inizio e durante l'anno scolastico

Le **unità** di intervento **svolte in classe** richiedono il seguente monte ore, da dividere tra i docenti che portano avanti il programma in classe:

- **24 ore** per le classi **3[^]**
- **24 ore** per le classi **4[^]**
- **24 ore** per le classi **5[^]**

LifeSkills
Training
Lombardia

Life Skills Training Primaria: quali unità prevede?

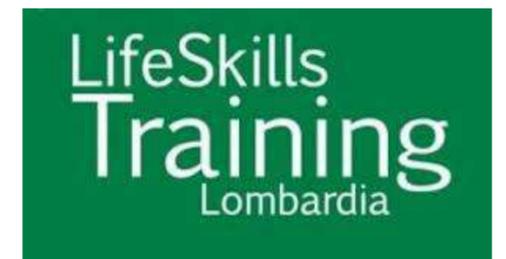
Sistema Socio Sanitario



ATS Bergamo

Scuola primaria - classi 3[^], 4[^] e 5[^]

UNITA'	3 [^] anno	4 [^] anno	5 [^] anno
Autostima	Le cose che so fare	Essere unici	Ho fatto goal!
Prendere decisioni	Fà la cosa giusta	Cosa mi influenza?	Scegliere bene per stare bene
Pubblicità e pensiero critico	Sarà vero?	Consumatori consapevoli?	Caccia alla pubblicità di alcolici
Gestione emozioni	Gestione delle emozioni: le cose che sento	Sano e non sano: questione di abitudini	Abitudini non sane: tabacco e alcol
Gestione stress	Cosa posso fare per calmarmi	Stress. buono o cattivo?	Organizzo il mio tempo
Abilità comunicative	Le parole per dire come sto	Comunicare senza parole	Imparo ad ascoltare
Abilità sociali	Essere amici	Stare bene con gli amici	Litigare bene
Assertività	Come dire di "no"	Farsi valere	Dico come la penso



Life Skills Training: primaria quali vantaggi?

Sistema Socio Sanitario



ATS Bergamo

Scuola primaria - classi 3[^], 4[^] e 5[^]

Per gli **STUDENTI**:

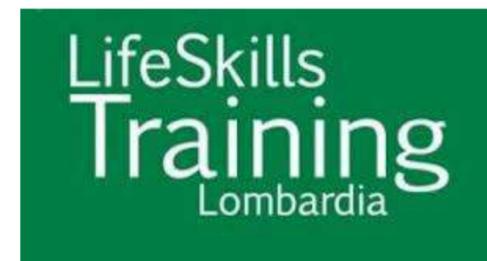


- aumenta le **capacità di gestione delle sfide quotidiane** legate al percorso di crescita
- favorisce il **benessere personale**
- favorisce un maggior **senso di controllo personale**

Per i **DOCENTI**:



- offre **strumenti conoscitivi, tecnici e metodologici** per implementare il programma e da integrare nelle lezioni curricolari
- è possibile **far rientrare** il programma Life Skills Training **nell'attività di educazione civica prevista nel ciclo di istruzione**



CONTATTI & INFO

Strutt. Semplice Prevenzione delle Dipendenze

Dipartimento di Igiene e Prevenzione Sanitaria

ATS Bergamo

 promozione.dips@ats-bg.it

 035 2270519

Sara Bernardi

Referente Programmi scolastici

DIPS - ATS Bergamo

 sara.bernardi@ats-bg.it

INFORMAZIONI DETTAGLIATE E MODULI ADESIONE

<https://www.ats-bg.it/prevenzione-dipendenze-life-skills-training-primaria>

PER RESTARE CONNESSI [ats-bg.it](https://www.ats-bg.it)



Life Skills Training: perché proporlo?

Scuola secondaria I° - classi 1^, 2^ e 3^

Sistema Socio Sanitario



Regione
Lombardia

ATS Bergamo

Life Skills Training Program è un **programma educativo di prevenzione dei comportamenti a rischio** che si basa sullo sviluppo e il potenziamento delle **abilità personali e sociali**.

E' un **programma validato**, la cui efficacia è stata dimostrata anche nelle scuole della Lombardia.

Nell'anno scolastico 2023/24, in provincia di Bergamo, hanno aderito **26 Istituti Comprensivi e Scuole Paritarie** con **42 plessi** e sono stati raggiunti **oltre 6300 studenti**.



LifeSkills
Training
Lombardia

Life Skills Training: a chi è rivolto?

Scuola secondaria I° - classi 1[^], 2[^] e 3[^]

Sistema Socio Sanitario



ATS Bergamo

Il programma coinvolge **insegnanti** e **alunni**, proponendosi di accompagnarli lungo la loro permanenza in questo ciclo di istruzione, perseguendo i seguenti obiettivi:



Accrescere il bagaglio di risorse personali (**life skills**) degli **STUDENTI** in quanto fondamentali fattori protettivi per la salute



Promuovere **interventi SCOLASTICI validati** e sviluppare strumenti coerenti con i principi ispiratori della **Rete delle Scuole che Promuovono Salute (SPS)**



Rinforzare le **competenze trasversali degli INSEGNANTI** in tema di salute attraverso l'integrazione del LST Program nel curriculum verticale

LifeSkills
Training
Lombardia

Life Skills Training: da chi è promosso?

Scuola secondaria I° - classi 1^, 2^ e 3^

Sistema Socio Sanitario



ATS Bergamo

Regione Lombardia

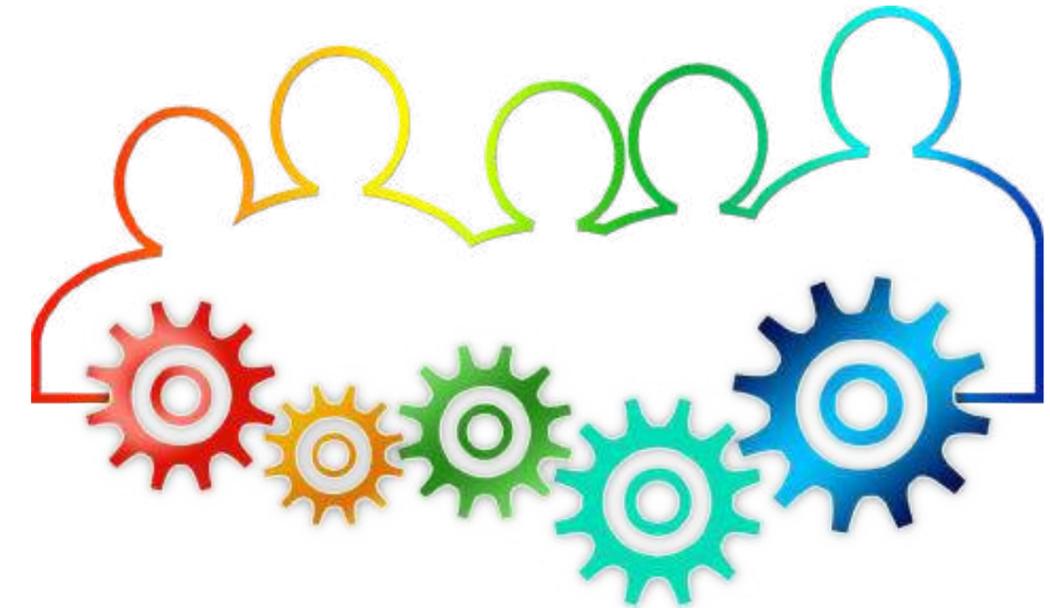
Ufficio Scolastico Regionale

Rete SPS (Scuole che Promuovono Salute)

ATS Bergamo

In collaborazione con:

- le tre ASST della Provincia
- alcune realtà del Privato Sociale



LifeSkills
Training
Lombardia

Rafforza le **abilità di vita** degli studenti, che sono **fattori di protezione** dai comportamenti a rischio adolescenziali, compreso l'uso di tabacco, alcol, cannabis e altre sostanze.

Quali sono le abilità di vita?



Pensiero critico
Capacità decisionali
Capacità di risolvere problemi
Pensiero creativo
Capacità di comunicare in modo efficace

Capacità di relazione interpersonale
Auto-consapevolezza
Empatia
Saper gestire le emozioni
Saper gestire lo stress

Life Skills Training: come funziona?

Scuola secondaria I° - classi 1[^], 2[^] e 3[^]

Sistema Socio Sanitario



ATS Bergamo

1. La scuola individua **almeno 2 docenti per classe** disponibili ad implementare il programma con gli studenti, a partire dalle classi 1[^]
2. Il **Dirigente formalizza l'iscrizione** della Scuola
3. I **docenti vengono formati** sulle attività da svolgere con gli studenti
4. I docenti formati accedono gratuitamente alla piattaforma LST online con le **guide per i docenti e quaderni per gli studenti** per implementare il programma in classe
5. I **docenti realizzano le unità con i loro studenti** e partecipano agli **incontri di accompagnamento** durante l'anno
6. La scuola partecipa alle **attività di monitoraggio**



LifeSkills
Training
Lombardia

Life Skills Training: quale impegno per i docenti?

Scuola secondaria I° - classi 1[^], 2[^] e 3[^]

Sistema Socio Sanitario



Regione
Lombardia

ATS Bergamo

I **momenti formativi** per i docenti prevedono:

- **14 ore** per insegnanti di classi **1[^]** svolte a **inizio anno scolastico**
- **7 ore** per insegnanti di classi **2[^]** svolte a **inizio anno scolastico**
- **7 ore** per insegnanti di classi **3[^]** svolte a **inizio anno scolastico**
- **2 incontri di accompagnamento**, per tutti i docenti, **nel corso dell'anno**

Le **unità** di intervento **svolte in classe** richiedono il seguente monte ore, da dividere tra i docenti che portano avanti il programma in classe:

- **17-20 ore** per le classi **1[^]**
- **12-14 ore** per le classi **2[^]**
- **8-10 ore** per le classi **3[^]**



LifeSkills
Training
Lombardia

Life Skills Training: quali unità prevede?

Scuola secondaria I° - classi 1[^], 2[^] e 3[^]

Sistema Socio Sanitario



ATS Bergamo

UNITA'

Introduzione al programma

Immagine di sé e automiglioramento

Prendere decisioni

Uso sostanze e abuso droghe

Pubblicità e influenza dei media

Violenza e media (opzionale)

Gestione ansia

Gestione rabbia (opzionale)

Abilità comunicative

Abilità sociali

Assertività

Risolvere conflitti (opzionale)

Resistere alla pressione dei pari

ESTENSIONE

opzionale di alcune tematiche, tradizionalmente oggetto di intervento per la scuola:

Alimentazione sana

Attività fisica

Bullismo e cyberbullismo

Salute sessuale

Il LST Program consente di affrontare, trasversalmente alle varie unità, il tema dell'**uso consapevole di Social & Media**, tramite attivazioni specifiche



LifeSkills
Training
Lombardia

Life Skills Training: quali vantaggi?

Scuola secondaria I° - classi 1[^], 2[^] e 3[^]

Sistema Socio Sanitario

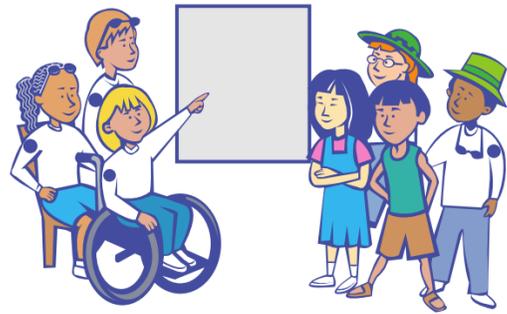


ATS Bergamo

La **valutazione di efficacia**, realizzata nelle **scuole lombarde**, confrontando studenti e docenti partecipanti a LST con quelli che non hanno partecipato, ha rilevato i seguenti effetti:

Per gli **STUDENTI**:

- aumento di **abilità individuali, sociali e di resistenza alle pressioni sociali**
- **maggior benessere** personale e minori sentimenti negativi
- **minor consumo di sostanze**: tabacco (- 41% di consumo), alcol (-21% di uso)



Per i **DOCENTI**:

- **maggiore autoefficacia**
- acquisizione di **nuovi strumenti per la didattica**
- **migliori relazioni** e maggiore **capacità di gestione degli studenti**
- è possibile **far rientrare il programma Life Skills Training** nelle attività di educazione civica o orientamento previste nel ciclo di istruzione



LifeSkills
Training
Lombardia

DESTINATARI

Genitori di studenti della Scuola secondaria di 1° in cui è stato applicato il LST.

Si può valutare, in base alle disponibilità, l'attivazione del progetto per scuole non aderenti al LST.

OBIETTIVO GENERALE

- Migliorare le **competenze genitoriali** e l'**efficacia educativa**

OBIETTIVI SPECIFICI

- Migliorare le capacità comunicative e di gestione dei conflitti dei genitori
- Migliorare l'auto-riflessività dei genitori
- Migliorare le conoscenze dei genitori nel campo delle dipendenze patologiche/ comportamenti a rischio e delle modalità preventive di LST

Life Skills Training Spazio ai genitori

In collaborazione con l'Associazione Atena

Sistema Socio Sanitario



MODALITA' DI SVOLGIMENTO DEL PROGETTO

Tre incontri di gruppo (15 - 25 partecipanti), condotti dagli **psicologi dell'Associazione Atena**, in cui i genitori possono **sperimentare in prima persona alcune attività del programma** con le metodologie partecipative tipiche del programma Life Skills.

Vengono approfondite le seguenti **tematiche**:

- capacità comunicative
- gestione dei conflitti
- diffusione del consumo di sostanze legali ed illegali e comportamenti a rischio
- credenze normative



MODALITÀ DI ADESIONE E CONTATTI - Associazione Atena

✉ atenassociazione@gmail.com e in **CC** promozione.dips@ats-bg.it

☎ 338 3325784



Consulenza per situazioni di criticità legate alle sostanze

Scuola secondaria I°

Sistema Socio Sanitario



Regione
Lombardia

ATS Bergamo

DESTINATARI

Scuole secondarie in cui si verificano situazioni di criticità di vario tipo legate alla sfera delle sostanze: consumo di sostanze legali o illegali da parte di studenti dentro gli spazi scolastici, rinvenimento di sostanze illegali dentro il perimetro scolastico, spaccio di stupefacenti dentro la scuola o nelle immediate vicinanze, segnalazione di presunte situazioni di criticità riferibili alla presenza di sostanze, etc.

MODALITA' OPERATIVE

Interventi di consulenza e supporto da parte degli operatori di ATS per supportare la scuola nella gestione della criticità, con interventi individualizzati a seconda della criticità emersa e delle esigenze dello specifico contesto scolastico

OBIETTIVO GENERALE

Intervenire precocemente sulle situazioni di presenza/consumo di sostanze psicoattive nei contesti scolastici per impedire che evolvano verso situazioni di consumo problematico o dipendente ed aumentare le capacità del contesto scolastico nella gestione di tali situazioni

OBIETTIVI SPECIFICI

- Accrescere le conoscenze di tipo normativo legislativo e migliorare, se necessario, la coerenza degli strumenti normativi propri dell'Istituto Scolastico (regolamenti)
- Migliorare la comunicazione e la coerenza interna tra docenti e tra le diverse componenti adulte della scuola sulle modalità educative per gestire le situazioni critiche

CONTATTI & INFO

Strutt. Semplice Prevenzione delle Dipendenze

Dipartimento di Igiene e Prevenzione Sanitaria

ATS Bergamo

 promozione.dips@ats-bg.it

 035 2270519

Sara Bernardi

Referente Programmi scolastici

DIPS - ATS Bergamo

 sara.bernardi@ats-bg.it

INFORMAZIONI DETTAGLIATE

<https://www.ats-bg.it/prevenzione-dipendenze-secondaria-i-grado>

PER RESTARE CONNESSI [ats-bg.it](https://www.ats-bg.it)

