

15° Giornata ESS

“Pensiero sistemico: un cambio di prospettiva”

22 ottobre 2022

«L’approccio globale nella promozione della salute nella scuola: l’esperienza della Rete delle scuole21 ticinese»

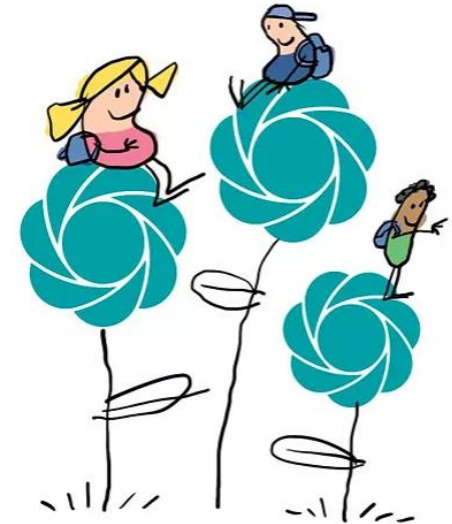
Rete delle scuole21 ticinese – Radix Svizzera Italiana



rete delle scuole21

rete cantonale delle scuole
che promuovono la salute

ticino



Definizione di salute

- OMS (1948):

*"La **salute** è uno stato di completo benessere fisico, mentale e sociale e non consiste soltanto in un'assenza di malattia o di infermità".*

- Seppilli A. (1966):

*"La **salute** è una condizione di armonico equilibrio, fisico e psichico, dell'individuo, dinamicamente integrato nel suo ambiente naturale e sociale".*

La salute...

- “è considerata una **risorsa** per la vita quotidiana, non è l’obiettivo della vita; è un concetto positivo che valorizza le risorse sociali e individuali, oltre alle capacità fisiche.”
- “è la **capacità di adattamento, d’interazione** e di **autogestione** delle persone e delle comunità di fronte alle sfide sociali, fisiche ed emotive poste dall’ambiente e dalle condizioni di vita.”

(OMS, 1984)

(OMS, 1984)

- Tutti gli esseri viventi, per rimanere nella condizione di salute, devono mantenere l'**omeostasi**: uno stato di equilibrio dinamico del corpo che tende ad essere costantemente alterato dalle condizioni ambientali che cambiano continuamente. La salute consiste quindi anche nella capacità di adattamento alle condizioni dell'ambiente naturale e sociale, mutevoli e talvolta sfavorevoli.
- La salute è quindi una condizione di **equilibrio dinamico**, in cui un individuo realizza un rapporto armonico con l'ambiente in cui vive e di cui è parte integrante. Per ambiente si intende non solo l'**ambiente naturale**, che fornisce tutti gli elementi necessari alla sopravvivenza "fisica" (i nutrienti, l'acqua, l'ossigeno), ma anche il **contesto sociale**, economico, politico e culturale che forniscono invece gli elementi per il benessere "soggettivo" (le relazioni affettive, il lavoro, la situazione economica, il livello di istruzione).
- Lo stato di salute di un individuo o di una comunità è dunque influenzato e determinato dall'interazione di **molteplici fattori** (determinanti della salute).

I determinanti della salute

La salute è influenzata, secondo il modello di Dahlgren e Whitehead (1993) da fattori, o determinanti, che si sovrappongono su livelli successivi.

- Al primo livello si trova il **nucleo biologico** (costituito da età, sesso e fattori genetici ereditari)
- Al secondo gli **stili di vita individuali**: (alimentazione, attività fisica, dipendenze ecc.)
- Al terzo le **reti sociali e di comunità**: (supporto sociale, accesso alle risorse, comportamenti interpersonali)
- Al quarto le **condizioni di vita e di lavoro**: (istruzione, luogo di lavoro, reddito, servizi sanitari)
- Al quinto e ultimo livello il **contesto generale**: (gli aspetti socioeconomici, culturali e ambientali)



Promozione della salute

- Viene definita come:
“il processo che conferisce alle popolazioni i mezzi per assicurare un maggior controllo sul proprio livello di salute e migliorarlo.”
- Per raggiungere un completo benessere fisico, mentale e sociale, un individuo, o un gruppo, deve essere in grado di **identificare e realizzare le proprie aspirazioni, soddisfare i propri bisogni, agire sull’ambiente.**
- La Promozione della Salute non è responsabilità esclusiva del settore sanitario, va al di là degli stili di vita e punta al benessere.

Carta di Ottawa dell’OMS 1986

Promuovere la salute vuol dire far evolvere la scuola

- attivare un percorso che parte dalla realtà specifica e da problemi concreti che la stessa scuola identifica per costruire un programma a lungo termine di promozione della salute.
- promuovere al proprio interno un percorso di discussione e confronto che coinvolga tutti/e e aiuti a trasformare la scuola stessa in un luogo di vita e lavoro che tenga conto della salute e del benessere di tutte le sue componenti: allievi/e, genitori, personale e insegnanti.

Una scuola che promuove la salute

- lavora esplicitamente e a tutti i livelli (insegnamento, équipe, organizzazione scolastica, reti, programma) sui temi della sua promozione e si impegna a prendere tutte le misure appropriate. In questo modo contribuisce a un miglioramento della qualità dell'insegnamento e della scuola, e sostiene la salute di tutte le persone coinvolte.
- si ingaggia in un processo di cambiamento che va nella direzione di migliorare la qualità della formazione e del clima scolastico, per promuovere la salute e il benessere di tutta la comunità scolastica.



rete delle scuole21

rete cantonale delle scuole
che promuovono la salute

ticino

Rete delle scuole21 ticinese

- La Rete cantonale delle scuole che promuovono la salute fa parte della **Rete delle scuole 21-Rete svizzera delle scuole che promuovono la salute e la sostenibilità** di cui fanno parte 24 reti cantonali o regionali.
- È coordinata a livello nazionale dalla fondazione Éducation21, in collaborazione con RADIX - Fondazione Svizzera per la Salute.
- È sostenuta finanziariamente su mandato dell'UFSP e Promozione salute svizzera.

Per il Canton Ticino, Radix Svizzera Italiana ha il mandato interdipartimentale (DSS e DECS) per il coordinamento della Rete cantonale



rete delle scuole21

rete cantonale delle scuole
che promuovono la salute

ticino

Rete cantonale: partner del PAC

La Rete delle scuole21 ticinese è partner del **PAC: Programma d'azione cantonale "Promozione della salute" 2021-2024**

- Obiettivo: sviluppare offerte specifiche per bambini e giovani per promuovere **l'alimentazione equilibrata e il movimento, l'equilibrio e il benessere.**
- Temi per la promozione dell'equilibrio e del benessere nei bambini e giovani a scuola: **rafforzamento delle competenze di vita (life skills) e dell'autoefficacia e sostegno sociale.**



rete delle scuole**21**

rete cantonale delle scuole
che promuovono la salute

ticino

La Rete delle scuole21 ticinese

«La Rete delle scuole21 sostiene tutti gli istituti scolastici che intendono impegnarsi a lungo termine in un processo di cambiamento a favore della promozione della salute a scuola e che vogliono realizzare al proprio interno, partendo dai propri bisogni e necessità, progetti per rafforzare le risorse individuali e collettive e intervenire sui fattori strutturali che influenzano la salute.»

(Convenzione di adesione alla Rete delle scuole21 – rete ticinese delle scuole che promuovono la salute)



rete delle scuole21

rete cantonale delle scuole
che promuovono la salute

ticino

L'approccio globale

Nel pianificare il proprio processo di miglioramento, la scuola adotta un **approccio globale** che tiene in considerazione **4 ambiti di intervento**:

- Rafforzamento delle **competenze individuali** (es. capacità relazionali, capacità di comunicare efficacemente, autoconsapevolezza, gestione delle emozioni e dello stress, pensiero critico e creativo, capacità di prendere decisioni e di risolvere problemi)
- Miglioramento dell'**ambiente sociale** all'interno della scuola (es. gestione dei conflitti, promozione della cooperazione, qualità delle relazioni, procedure di gestione delle situazioni difficili, regole chiare e condivise di convivenza, promozione del senso di appartenenza e inclusione delle differenze, ecc.)
- Miglioramento della **struttura organizzativa scolastica** (raccomandazione merende sane, scuola senza fumo, spazi per il movimento e relax, interdisciplinarietà, ecc.)
- Rafforzamento della **collaborazione comunitaria** (rete con i servizi del territorio, collaborazione con enti specialistici, pedibus, ecc.)



rete delle scuole21

rete cantonale delle scuole
che promuovono la salute

ticino

(Convenzione di adesione alla Rete delle scuole21 – rete ticinese delle scuole che promuovono la salute)

Principi di azione

Le scuole orientano il proprio agire secondo i seguenti principi di azione:

- **visione** (che futuro desideriamo avere? I nostri piani e le nostre azioni rispecchiano quest'idea?)
- **pensiero sistemico** (affrontiamo le nostre domande in modo globale e interdisciplinare? Abbiamo tenuto in considerazione tutti gli aspetti ecologici, economici, sociali, ecc.?)
- **partecipazione** (gli allievi e le altre persone coinvolte possono contribuire a plasmare la vita scolastica, assumere delle responsabilità e sviluppare il proprio spirito d'iniziativa?)
- **empowerment** (aiutiamo le persone coinvolte a vedere e sfruttare i loro margini d'azione? Possono far capo alle proprie risorse personali ampliandole?)
- **pari opportunità** (offriamo a tutte le persone coinvolte le stesse possibilità per evolvere ed esprimere il loro punto di vista? Pensiamo alle conseguenze per le generazioni future?)
- **percorso a lungo termine** (facciamo attenzione affinché le nostre attività abbiano un effetto a lungo termine? Disponiamo sul lungo periodo di sufficienti risorse personali, naturali, materiali e finanziarie?)

Le scuole in Rete

Scuole medie

Scuole superiori

Sm Acquarossa	Sm Balerna	Cps Lugano	Cpt Mendrisio
Sm Bellinzona 1	Sm Breganzona	Pre tirocinio d'integrazione	Scuola d'arti e mestieri di Lugano Trevano
Sm Camignolo	Sm Giubiasco	Scuola professionale artigianale e industriale di Lugano Trevano	Scuola specializzata superiore di tecnica di Lugano Trevano
Sm Lodrino	Sm Massagno		
Sm Pregassona	Sm Stabio		
Sm Tesserete	Sm Viganello		

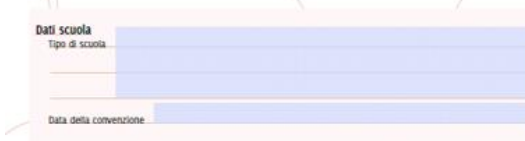
18 scuole fanno parte della Rete ticinese:

- 12 scuole medie
- 6 scuole superiori

Sottoscrizione della Convenzione

- La promozione della salute è responsabilità della direzione dell'istituto.
- La scuola ha proceduto a fare un bilancio della situazione e ha definito i suoi bisogni in termine di sviluppo.
- È stato fissato un programma per i 3 anni successivi e sono stati formulati gli obiettivi.
- È stato designato il gruppo di lavoro e gli è stato affidato un mandato; è stato designato un coordinatore.
- Almeno una persona è disposta a partecipare alle riunioni dedicate allo scambio di esperienze dei membri della Rete.
- Una volta all'anno la scuola è disposta ad inoltrare un breve rapporto.
- La maggioranza del collegio dei docenti ha deciso di aderire alla Rete approvando il programma e gli obiettivi.
- Le autorità scolastiche hanno dato il loro consenso.

Convenzione
di adesione alla Rete
delle scuole21, rete
ticinese delle scuole che
promuovono la salute.



Dati scuola
Tipo di scuola _____
Data della convenzione _____

I servizi della Rete ticinese

- Consulenza e accompagnamento nella realizzazione di attività/progetti;
- condivisione delle esperienze tra le scuole aderenti;
- partecipazione a giornate di studio cantonali e nazionali;
- documentazione e strumenti della Rete per la realizzazione dei progetti /attività;
- sostegno finanziario per progetti di promozione della salute;
- riconoscimento della scuola con conferimento di una targa e la messa a disposizione del logo Rete delle scuole21.

Esperienza di peer education

SM Giubiasco:

[Rete scuole 21 - L'esperienza di Giubiasco - YouTube](#)



rete delle scuole**21**

rete cantonale delle scuole
che promuovono la salute

ticino

L'emergere del benessere nel nostro istituto scolastico



<https://cptmendrisio.ch/indagine-sul-benessere-e-lempatia-nel-nostro-istituto-scolastico/>

Video Rete delle scuole21

Presentazione Rete:

<https://vimeo.com/759084750>



Fine!



**Grazie
per l'attenzione**



rete delle scuole21

rete cantonale delle scuole
che promuovono la salute

ticino