

17° Giornata ESS

Come stiamo?

*One Health: la nostra salute connessa a quella del
nostro pianeta*

19 ottobre 2024

**«L'approccio globale della promozione
della salute a scuola: esempi concreti
di progetti svolti nelle scuole ticinesi
aderenti alla Rete delle scuole21»**

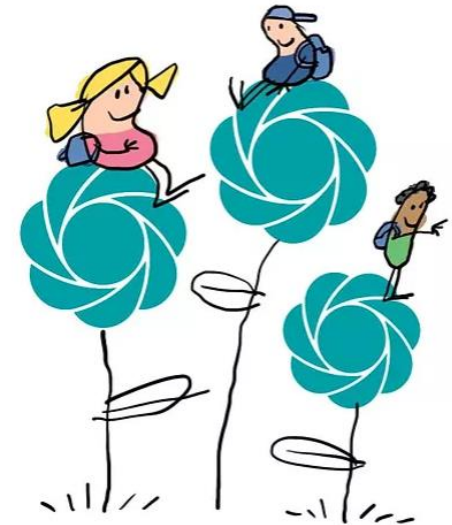
Rete delle scuole21 ticinese – Radix Svizzera Italiana



rete delle scuole21

rete cantonale delle scuole
che promuovono la salute

ticino



Star bene...

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** non è una condizione statica di equilibrio perfetto; al contrario, essa consiste in uno sforzo continuo di **adattamento** alle mutevoli condizioni ambientali.*

*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)

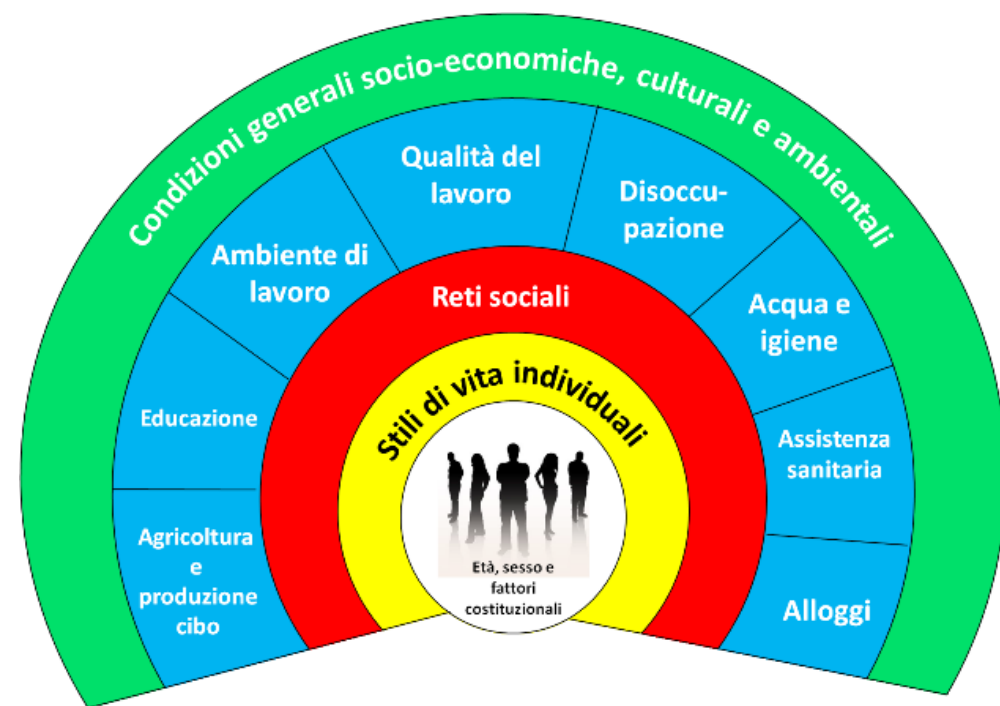
(OMS, 1984)

- 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 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.
- 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 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.**

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)

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**
- Miglioramento dell'**ambiente sociale** all'interno della scuola
- Miglioramento della **struttura organizzativa scolastica**
- Rafforzamento della **collaborazione comunitaria**

(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**
- **pensiero sistemico**
- **partecipazione**
- **empowerment**
- **pari opportunità**
- **percorso a lungo termine**

Le scuole in Rete

Scuole medie

Sm Breganzona	Sm Acquarossa
Sm Camignolo	Sm Balerna
Sm Lodrino	Sm Giubiasco
Sm Viganello	Sm Pregassona
Sm Stabio	Sm Tesserete
Sm Massagno	Sm Giornico - Faido
Sm Agno	Sm Bellinzona 1
Sm Bedigliora	

Scuole superiori

Centro professionale sociosanitario di Lugano	Centro professionale tecnico di Mendrisio
Pretirocinio d'integrazione	Scuola d'arti e mestieri di Lugano Trevano
Scuola specializzata superiore di tecnica di Lugano Trevano	Scuola professionale artigianale e industriale di Lugano Trevano
Scuola specializzata per le professioni sanitarie e sociali di Giubiasco e Canobbio	Liceo Lugano 3
Centro Professionale Commerciale di Lugano	Scuola specializzata superiore di tecnica di Bellinzona
Scuola professionale artigianale e industriale di Bellinzona	Scuola d'arti e mestieri di Bellinzona

27 scuole fanno parte della Rete ticinese:

- 15 scuole medie
- 12 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.

Esperienze di due scuole ticinesi aderenti alla Rete delle scuole21

SM Giubiasco

Progetto GiubiPEER

Centro Professionale Tecnico di Lugano Trevano

Progetto CEBE

Salute globale

- Il concetto dello «star bene» è presente nei due progetti?
- In che modo emerge il tema della salute globale?
 - I progetti hanno avuto effetti sul benessere individuale?
 - In che modo hanno inglobato il benessere sociale?
 - In che modo hanno affrontato il benessere globale?