



Südtiroler  
Sanitätsbetrieb



Azienda Sanitaria  
dell'Alto Adige

Azienda Sanitaria de Sudtiroi

**Betriebliches Departement für Gesundheitsvorsorge**  
**Dipartimento aziendale di Prevenzione**

**Direktorin des Departements – Direttrice del**  
**Dipartimento**

**Dr.in Dagmar Regele**

Verantwortliche/r des Verfahrens – Responsabile del  
procedimento: Dr.ssa Dagmar Regele  
Referent/in - Referente:  
Der Koordinator des Departements - Il Coordinatore del  
Dipartimento  
TFV Koordinator – TdP coordinatore  
Dott. Klaus Jakomet

Bozen – Bolzano,  
Prot.-Nr. – prot. n°:

AN DIE  
DEUTSCHEN,  
ITALIENISCHEN  
UND LADINISCHEN  
GRUND- UND MITTELSCHULEN SÜDTIROLS  
IHRE SITZE

ALLE SCUOLE PRIMARIE E SECONDARIE DI  
PRIMO GRADO IN LINGUA  
TEDESCA,  
ITALIANA  
E LADINA DELL'ALTO ADIGE  
LORO SEDI

**Maßnahmen zur Gesundheitsförderung in  
den Grund- und Mittelschulen im Schuljahr  
2018/2019, die vom Südtiroler  
Sanitätsbetrieb in Absprache mit den  
jeweiligen Schulinspektoren laut  
Landespräventionsplan durchgeführt  
werden.**

**Interventi di promozione della salute  
per l'anno scolastico 2018/2019 offerti  
dall'Azienda Sanitaria dell'Alto Adige  
per le scuole primarie e secondarie di  
primo grado come previsto dal Piano  
Provinciale della Prevenzione in accordo  
con le Intendenze Scolastiche.**

Ein besonderes Anliegen des Südtiroler  
Sanitätsbetriebes ist die enge Zusammenarbeit  
mit den Schulen im Bereich der  
Gesundheitserziehung/-förderung.

Obiettivo importante dell'Azienda Sanitaria  
dell'Alto Adige è una stretta collaborazione  
con la scuola per quanto riguarda l'ambito  
dell'educazione sanitaria e della promozione  
alla salute.

Wir bitten Sie daher höflich, dieses Schreiben an  
alle Grund- und Mittelschulen Ihres  
Zuständigkeitsbereiches weiterzuleiten.

Vi chiediamo gentilmente di inoltrare il  
presente documento alle scuole elementari e  
medie di Vostra competenza.

Es werden folgende Programme angeboten:

Vengono offerti i seguenti programmi:

.....  
Amba Alagistraße 33 39100 Bozen  
Tel. 0471- 90 92 02/ 0471 635187 – Fax 0471- 90 92 01  
<http://www.sabes.it> | ✉ [praevention.department@sabes.it](mailto:praevention.department@sabes.it)

.....  
**Firmenbezeichnung:**  
Sanitätsbetrieb der Autonomen Provinz Bozen  
Str.-Nr./MwSt.-Nr. 00773750211

.....  
via Amba Alagi 33 39100 Bolzano  
Tel. 0471- 90 92 02/ 0471 635187 – Fax 0471- 90 92 01  
<http://www.sabes.it> | ✉ [dipartimento.prevenzione@sabes.it](mailto:dipartimento.prevenzione@sabes.it)

.....  
**Ragione sociale:**  
Azienda Sanitaria della Provincia Autonoma di Bolzano  
Cod. fisc./P. IVA 00773750211

Südtiroler  
Sanitätsbetrieb



Azienda Sanitaria  
dell'Alto Adige

Azienda Sanitaria de Sudtirolo

## Grundschule

### → 4. Klasse

#### „Ich bin gesund – Ich bleibe gesund“

Das Programm beinhaltet folgende Bausteine:

- Das Konzept Gesundheit
- Informationen zur gesunden Ernährung
- Körperpflege und -hygiene
- Bewegung

### → 5. Klasse

#### „Sexualerziehung“

Das Programm wird im Schuljahr 2018/19 in folgenden Gesundheitsbezirken angeboten:

- Gesundheitsbezirk Bozen  
(in deutscher und italienischer Sprache)
- Gesundheitsbezirk Meran  
(in italienischer Sprache)

---

## Mittelschule

### → 3. Klasse

#### „Sexualerziehung“

Das Programm wird in folgenden Gesundheitsbezirken angeboten:

- Gesundheitsbezirk Bozen  
(in deutscher und italienischer Sprache)
- Gesundheitsbezirk Meran  
(in italienischer Sprache)

### → 1. - 3. Klasse

#### „Life Skills Education“

Ein integriertes Programm zur Gesundheitsförderung und Suchtprävention.

Amba Alagistraße 33 39100 Bozen  
Tel. 0471- 90 92 02/ 0471 635187 – Fax 0471- 90 92 01  
<http://www.sabes.it> | [praevention.department@sabes.it](mailto:praevention.department@sabes.it)

**Firmenbezeichnung:**

Sanitätsbetrieb der Autonomen Provinz Bozen  
Str.-Nr./MwSt.-Nr. 00773750211

## Scuola primaria di primo grado

### → classe 4°

#### „Alla mia salute ci tengo!“

Il programma comprende i seguenti temi:

- Il concetto della salute
- Informazione alimentare
- La cura del corpo
- Movimento

### → classe 5°

#### „Educazione socio-affettiva e sessuale“

Il programma viene proposto per l'anno scolastico 2018/19 nei seguenti Comprensori sanitari:

- Comprensorio sanitario di Bolzano  
(in lingua tedesca e italiana)
- Comprensorio sanitario di Merano  
(in lingua italiana)

---

## Scuola secondaria di primo grado

### → classe 3°

#### „Educazione socio-affettiva e sessuale“

Il programma viene proposto nei seguenti Comprensori Sanitari:

- Comprensorio sanitario di Bolzano  
(in lingua tedesca e italiana)
- Comprensorio sanitario di Merano  
(in lingua italiana)

### → classe 1°-3°

#### „Life Skills Education“

Un programma integrato di promozione della salute e di prevenzione delle dipendenze.

via Amba Alagi 33 39100 Bolzano  
Tel. 0471- 90 92 02/ 0471 635187 – Fax 0471- 90 92 01  
<http://www.sabes.it> | [dipartimento.prevenzione@sabes.it](mailto:dipartimento.prevenzione@sabes.it)

**Ragione sociale:**

Azienda Sanitaria della Provincia Autonoma di Bolzano  
Cod. fisc./P. IVA 00773750211

Südtiroler  
Sanitätsbetrieb



Azienda Sanitaria  
dell'Alto Adige

Azienda Sanitaria de Sudtiroi

**Anhang A** beinhaltet die detaillierte  
Programmbeschreibung.

Aufgrund der termingerecht eingereichten  
Anfragen und der zur Verfügung stehenden  
Ressourcen wird eine Jahresplanung  
vorgenommen, um möglichst allen Anfragen  
gerecht zu werden.

Wir bitten Sie die Anfragen für das Schuljahr  
2018/19 innerhalb **30.06.2018** an folgende E-  
Mail Adressen zu senden (siehe Vorlage **Anhang  
B**):

**Gesundheitsbezirk Bozen:**

Bezugsperson:  
Sanitätsassistentin Patrizia Corazza  
[gesundheitserz-edsalute@sabes.it](mailto:gesundheitserz-edsalute@sabes.it)

**Gesundheitsbezirk Meran:**

Bezugsperson:  
Sanitätsassistent Lukas Waldner  
[lukas.waldner@sabes.it](mailto:lukas.waldner@sabes.it)

**Gesundheitsbezirk Brixen:**

Bezugsperson:  
Sanitätsassistentin Helene Dejakum  
[helene.dejakum@sabes.it](mailto:helene.dejakum@sabes.it)

**Gesundheitsbezirk Bruneck:**

Bezugsperson:  
Sanitätsassistentin Heidi Mittermair  
[heidimaria.mittermair@sabes.it](mailto:heidimaria.mittermair@sabes.it)

**L'allegato A** riporta una dettagliata  
descrizione dell'intervento.

In base alle richieste pervenute entro il  
termine stabilito e alle risorse a disposizione  
viene stilata una programmazione in modo  
da soddisfare se possibile tutte le richieste.

Per l'anno scolastico 2018/19 le richieste  
dovranno pervenire entro il **30.06.2018** ai  
seguenti indirizzi di posta elettronica (vedi  
**allegato B**):

**Compensorio Sanitario di Bolzano:**

Persona di riferimento:  
Assistente Sanitaria Patrizia Corazza  
[gesundheitserz-edsalute@sabes.it](mailto:gesundheitserz-edsalute@sabes.it)

**Compensorio Sanitario di Merano:**

Persona di riferimento:  
Assistente Sanitario Lukas Waldner  
[lukas.waldner@sabes.it](mailto:lukas.waldner@sabes.it)

**Compensorio Sanitario di Bressanone:**

Persona di riferimento:  
Assistente Sanitaria Helene Dejakum  
[helene.dejakum@sabes.it](mailto:helene.dejakum@sabes.it)

**Compensorio Sanitario di Brunico:**

Persona di riferimento:  
Assistente Sanitaria Heidi Mittermair  
[heidimaria.mittermair@sabes.it](mailto:heidimaria.mittermair@sabes.it)

Mit freundlichen Grüßen

Der geschäftsführende Sanitätsdirektor  
Dr. Thomas Lanthaler

Die Pflegedirektorin  
Dr.in Marianne Siller

Die Departementdirektorin  
Dr.in Dagmar Regele

Distinti saluti

Il Direttore Sanitario reggente  
Dr. Thomas Lanthaler

La Direttrice Tecnico Assistenziale  
Dr.ssa Marianne Siller

La Direttrice del Dipartimento  
Dr.ssa Dagmar Regele

.....  
Amba Alagistraße 33 39100 Bozen  
Tel. 0471- 90 92 02/ 0471 635187 – Fax 0471- 90 92 01  
<http://www.sabes.it> | ✉ [praevention.department@sabes.it](mailto:praevention.department@sabes.it)  
.....

**Firmenbezeichnung:**  
Sanitätsbetrieb der Autonomen Provinz Bozen  
Str.-Nr./MwSt.-Nr. 00773750211

.....  
via Amba Alagi 33 39100 Bolzano  
Tel. 0471- 90 92 02/ 0471 635187 – Fax 0471- 90 92 01  
<http://www.sabes.it> | ✉ [dipartimento.prevenzione@sabes.it](mailto:dipartimento.prevenzione@sabes.it)  
.....

**Ragione sociale:**  
Azienda Sanitaria della Provincia Autonoma di Bolzano  
Cod. fisc./P. IVA 00773750211



Südtiroler  
Sanitätsbetrieb



Azienda Sanitaria  
dell'Alto Adige

Azienda Sanitaria de Sudtirool

## ALLEGATO A

### Premessa

**Il professionista sanitario è di sostegno nell'introduzione degli interventi di promozione della salute nel sistema scolastico; il suo intervento diventa un valore aggiunto di quanto trattato dagli insegnanti a rinforzo dell'azione educativa in tema di promozione della salute.**

**Per garantire una collaborazione che permetta di perseguire al meglio gli obiettivi dei percorsi di educazione alla salute è utile:**

- **La nomina di un insegnante referente** per il percorso e l'individuazione dei docenti che tratteranno la tematica con gli alunni a livello interdisciplinare.
- **L'approfondimento dei contenuti dei percorsi a livello interdisciplinare** (nelle unità didattiche dei singoli percorsi di educazione alla salute sono descritte delle proposte per il lavoro interdisciplinare).
- **La garanzia della presenza e/o copresenza degli insegnanti nella classe** durante l'incontro del professionista sanitario e dell'insegnante di sostegno dove previsto.
- **La preparazione degli alunni prima dell'incontro in classe** secondo il programma presentato dal professionista sanitario.
- **La comunicazione tempestiva** al professionista dell'Azienda Sanitaria dell'Alto Adige di modifiche al calendario degli incontri in classe.

Di seguito una breve descrizione dei percorsi di educazione alla salute. Alle scuole che ne faranno richiesta l'assistente sanitario referente per il percorso illustrerà i programmi dettagliati e le relative unità didattiche.

.....  
Amba Alagistraße 33 39100 Bozen  
Tel. 0471- 90 92 02/ 0471 635187 – Fax 0471- 90 92 01  
<http://www.sabes.it> | ✉ [praevention.department@sabes.it](mailto:praevention.department@sabes.it)  
.....

**Firmenbezeichnung:**  
Sanitätsbetrieb der Autonomen Provinz Bozen  
Str.-Nr./MwSt.-Nr. 00773750211

.....  
via Amba Alagi 33 39100 Bolzano  
Tel. 0471- 90 92 02/ 0471 635187 – Fax 0471- 90 92 01  
<http://www.sabes.it> | ✉ [dipartimento.prevenzione@sabes.it](mailto:dipartimento.prevenzione@sabes.it)  
.....

**Ragione sociale:**  
Azienda Sanitaria della Provincia Autonoma di Bolzano  
Cod. fisc./P. IVA 00773750211



Südtiroler  
Sanitätsbetrieb



Azienda Sanitaria  
dell'Alto Adige

Azienda Sanitaria de Sudtirool

## SCUOLA PRIMARIA DI PRIMO GRADO

### CLASSE 4°

### “ALLA MIA SALUTE CI TENGO!”

Un programma di promozione della salute nella scuola primaria

Il progetto comprende i seguenti temi:

- Il concetto di salute
- La cura del corpo
- Informazione alimentare
- Movimento

**Obiettivo generale:** I ragazzi imparano a riconoscere la salute come risorsa e a prendersi cura del proprio corpo

#### Obiettivi specifici:

- Riconoscere la salute come risorsa da perseguire nel quotidiano
- Essere consapevoli del significato di salute e “stare bene”
- Conoscere la struttura e la funzione dei denti
- Conoscere come si forma la carie e come si può prevenire (i 4 pilastri della salute orale)
- Concetti di base sui microorganismi e le modalità di trasmissione e il loro significato per la cura del corpo e l'igiene delle mani
- Acquisire le conoscenze di informazione alimentare con lo scopo di aumentare il consumo di frutta, verdura, pesce e acqua come mezzo per idratarsi e la riduzione del consumo di sale
- Riconoscere l'importanza del movimento per la salute (piramide del movimento e corretta postura)

**Destinatari:** alunni, genitori e insegnanti della classe 4°

**Operatori:** assistente sanitario/a - dietista

#### Tempi:

- 1 incontro di 1,5 ore con gli insegnanti delle classi 4° (nelle scuole che richiedono per la prima volta l'intervento o se c'è stato un cambio di insegnanti)
- 3 incontri di 2 ore ciascuno nelle classi
- 1 incontro di 1 ora con i genitori (se viene garantita la presenza superiore al 30% dei genitori)

Amba Alagistraße 33 39100 Bozen  
Tel. 0471- 90 92 02/ 0471 635187 – Fax 0471- 90 92 01  
<http://www.sabes.it> | [praevention.department@sabes.it](mailto:praevention.department@sabes.it)

#### Firmenbezeichnung:

Sanitätsbetrieb der Autonomen Provinz Bozen  
Str.-Nr./MwSt.-Nr. 00773750211

via Amba Alagi 33 39100 Bolzano  
Tel. 0471- 90 92 02/ 0471 635187 – Fax 0471- 90 92 01  
<http://www.sabes.it> | [dipartimento.prevenzione@sabes.it](mailto:dipartimento.prevenzione@sabes.it)

#### Ragione sociale:

Azienda Sanitaria della Provincia Autonoma di Bolzano  
Cod. fisc./P. IVA 00773750211

Südtiroler  
Sanitätsbetrieb



Azienda Sanitaria  
dell'Alto Adige

Azienda Sanitaria de Sudtiroi

## SCUOLA PRIMARIA DI PRIMO GRADO

### CLASSE 5°

## EDUCAZIONE SOCIO-AFFETTIVA E SESSUALE

Il programma viene proposto nei seguenti Comprensori Sanitari:

- Comprensorio sanitario di Bolzano (in lingua tedesca e italiana)
- Comprensorio sanitario di Merano (in lingua italiana)

**Obiettivo generale:** Il programma si propone di sottolineare, accanto alle informazioni di carattere anatomico - fisiologico, gli aspetti affettivi e relazionali della sessualità, promuovendo un concetto di salute e di benessere fondato sulla libertà e sul rispetto di sé e degli altri.

#### Obiettivi specifici:

- Sentirsi liberi di esprimersi in un clima di reciproca fiducia ed apertura al dialogo
- Assumere la consapevolezza dei valori su cui si fonda una famiglia
- Conoscere l'anatomia e la fisiologia degli organi genitali maschili e femminili
- Conoscere le principali modificazioni che avvengono nel corpo con la pubertà
- Conoscere il significato dei termini "educazione socio affettiva e sessuale"
- Saper descrivere i valori che costituiscono la base di un rapporto d'amore
- Saper effettuare l'igiene intima
- Conoscere i concetti base della fisiologia di fecondazione, gravidanza e parto

**Destinatari:** alunni, insegnanti e genitori

**Operatori:** assistente sanitaria (ove possibile in collaborazione con lo psicologo dello sportello scolastico "Parliamone")

#### Tempi:

- 1 incontro di 1,5 ore con gli insegnanti di tutte le classi della scuola coinvolta nel programma (nelle scuole che richiedono per la prima volta l'intervento o se c'è stato un cambio di insegnanti)
- 1 incontro di 1,5 ore con i genitori di tutte le classi della scuola coinvolte nel progetto (se viene garantita la presenza superiore al 30% dei genitori)
- 3 incontri di due ore nelle classi

.....  
Amba Alagistraße 33 39100 Bozen  
Tel. 0471- 90 92 02/ 0471 635187 – Fax 0471- 90 92 01  
<http://www.sabes.it> | ✉ [praevention.department@sabes.it](mailto:praevention.department@sabes.it)

.....  
**Firmenbezeichnung:**  
Sanitätsbetrieb der Autonomen Provinz Bozen  
Str.-Nr./MwSt.-Nr. 00773750211

.....  
via Amba Alagi 33 39100 Bolzano  
Tel. 0471- 90 92 02/ 0471 635187 – Fax 0471- 90 92 01  
<http://www.sabes.it> | ✉ [dipartimento.prevenzione@sabes.it](mailto:dipartimento.prevenzione@sabes.it)

.....  
**Ragione sociale:**  
Azienda Sanitaria della Provincia Autonoma di Bolzano  
Cod. fisc./P. IVA 00773750211

Südtiroler  
Sanitätsbetrieb



Azienda Sanitaria  
dell'Alto Adige

Azienda Sanitaria de Sudtiroi

## SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO

### CLASSE 3°

## EDUCAZIONE SOCIO AFFETTIVA E SESSUALE

Il programma viene proposto nei seguenti Comprensori Sanitari:

- Comprensorio sanitario di Bolzano (in lingua tedesca e italiana)
- Comprensorio sanitario di Merano (in lingua italiana)

**Obiettivo generale:** Il programma si propone di sottolineare, accanto alle informazioni di carattere anatomico - fisiologico, gli aspetti affettivi e relazionali della sessualità, promuovendo un concetto di salute e di benessere fondato sulla libertà e sul rispetto di sé e degli altri.

### Obiettivi specifici:

- Sentirsi liberi di esprimersi in un clima di reciproca fiducia ed apertura al dialogo
- Integrare le conoscenze sulla fisiologia e l'anatomia degli organi genitali maschili e femminili
- Integrare le conoscenze su fecondazione, gravidanza e parto
- Assumere la consapevolezza dei valori che costituiscono la base di un rapporto d'amore
- Integrare le conoscenze sui cambiamenti della pubertà
- Conoscere le fasi del ciclo mestruale con particolare attenzione ai giorni fertili
- Assumere la consapevolezza del modo con cui le persone si scambiano affetto e amore
- Assumere la consapevolezza delle emozioni legate al rapporto sessuale e in particolare alla "Prima volta"
- Conoscere i metodi anticoncezionali naturali, di barriera e ormonali
- Comprendere la modalità di utilizzo del profilattico
- Conoscere l'importanza dell'utilizzo del profilattico quale strumento per la protezione delle malattie a trasmissione sessuale
- Comprendere il meccanismo di azione della pillola anticoncezionale
- Assumere la consapevolezza dell'importanza dell'igiene intima per la prevenzione delle infezioni dell'apparato genitale
- Conoscere gli screening per la prevenzione delle malattie dell'apparato genitale maschile e femminile
- Conoscere i servizi presenti presso il distretto sanitario e la modalità di accesso

**Destinatari:** alunni, insegnanti e genitori

**Operatori:** assistente sanitaria e ostetrica (ove possibile in collaborazione con lo psicologo dello sportello scolastico "Parliamone")

### Tempi:

- 1 incontro di 1,5 ore dell'assistente sanitaria con gli insegnanti di tutte le classi della scuola coinvolta nel programma (nelle scuole che richiedono per la prima volta l'intervento o se c'è stato un cambio di insegnanti)
- 1 incontro di 1,5 ore dell'assistente sanitaria con i genitori di tutte le classi della scuola coinvolte nel programma (se viene garantita la presenza superiore al 30% dei genitori)
- 3 incontri di due ore nelle classi

Amba Alagistraße 33 39100 Bozen  
Tel. 0471- 90 92 02/ 0471 635187 – Fax 0471- 90 92 01  
<http://www.sabes.it> | [praevention.department@sabes.it](mailto:praevention.department@sabes.it)

### Firmenbezeichnung:

Sanitätsbetrieb der Autonomen Provinz Bozen  
Str.-Nr./MwSt.-Nr. 00773750211

via Amba Alagi 33 39100 Bolzano  
Tel. 0471- 90 92 02/ 0471 635187 – Fax 0471- 90 92 01  
<http://www.sabes.it> | [dipartimento.prevenzione@sabes.it](mailto:dipartimento.prevenzione@sabes.it)

### Ragione sociale:

Azienda Sanitaria della Provincia Autonoma di Bolzano  
Cod. fisc./P. IVA 00773750211



Südtiroler  
Sanitätsbetrieb



Azienda Sanitaria  
dell'Alto Adige

Azienda Sanitaria de Sudtiroi

## SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO

dalla 1° alla 3° classe

### “LIFE SKILLS EDUCATION”

UN PROGRAMMA INTEGRATO DI PROMOZIONE DELLA SALUTE E DI PREVENZIONE DELLE DIPENDENZE  
**(Percorso sviluppato con la collaborazione e consulenza delle Intendenze Scolastiche in lingua italiana, tedesca e ladina e con il Forum Prevenzione)**

**Prerequisiti:** Deve essere garantita la presenza di un insegnante di riferimento che accompagni la classe dalla prima alla terza media e il programma deve essere integrato in almeno tre materie coinvolgendo i ragazzi in un approfondimento di quanto svolto in ogni unità didattica con le assistenti sanitarie.

**Obiettivi generali:** Promozione del benessere psicofisico dei ragazzi  
Riduzione/posticipo di comportamenti sfavorevoli alla salute (fumo, alcol, sostanze illegali, ecc.)

#### Contenuti:

- Le 10 life Skills
- Il concetto di salute e i determinanti della salute
- Aspetti che favoriscono un buon clima di classe
- La comunicazione: verbale – non verbale, ascolto attivo e passivo
- Le emozioni: quali sono, come si manifestano e si gestiscono
- La cura del corpo: concetti di igiene
- Il corpo: valore da rispettare e accudire
- Sensibilizzazione al consumo di frutta, verdura e acqua come mezzo per idratarsi
- Lettura critica dei messaggi mediatici a tema alimentare
- Collegamento tra alimentazione e Life Skills
- Punti di forza e di debolezza degli alunni
- I significati del rischio in pre- e adolescenza
- Le forme e le caratteristiche della dipendenza
- Alcol e tabacco

Amba Alagistraße 33 39100 Bozen  
Tel. 0471- 90 92 02/ 0471 635187 – Fax 0471- 90 92 01  
<http://www.sabes.it> | ✉ [praevention.department@sabes.it](mailto:praevention.department@sabes.it)

**Firmenbezeichnung:**  
Sanitätsbetrieb der Autonomen Provinz Bozen  
Str.-Nr./MwSt.-Nr. 00773750211

via Amba Alagi 33 39100 Bolzano  
Tel. 0471- 90 92 02/ 0471 635187 – Fax 0471- 90 92 01  
<http://www.sabes.it> | ✉ [dipartimento.prevenzione@sabes.it](mailto:dipartimento.prevenzione@sabes.it)

**Ragione sociale:**  
Azienda Sanitaria della Provincia Autonoma di Bolzano  
Cod. fisc./P. IVA 00773750211



Südtiroler  
Sanitätsbetrieb



Azienda Sanitaria  
dell'Alto Adige

Azienda Sanitaria de Sudtiroi

### Obiettivi specifici:

#### CLASSE PRIMA:

- Apprendere le Life Skills
- Esplorare il proprio concetto di benessere
- Assumere la consapevolezza che la salute è una risorsa della vita quotidiana
- Sperimentare e comprendere alcune tecniche di comunicazione efficace (ascolto attivo)
- Essere consapevoli che il corpo è valore da rispettare e da accudire costantemente
- Conoscere l'importanza dell'igiene corporea per mantenersi in salute

#### CLASSE SECONDA:

- Apprendere le Life Skills
- Essere consapevoli dei propri atteggiamenti di fronte al rischio
- Riflettere sui propri punti di forza e di debolezza
- Essere consapevoli degli atteggiamenti positivi (curiosità, iniziativa, senso di responsabilità)
- Conoscere le forme e le caratteristiche della dipendenza
- Assumere consapevolezza dell'importanza del consumo di vegetali, pesce, acqua come mezzo per idratarsi e della riduzione del consumo di sale
- Assumere un atteggiamento critico nei confronti dei messaggi mediatici che affrontano i comportamenti alimentari

#### CLASSE TERZA:

- Conoscere gli effetti, i rischi e le conseguenze sulla salute del consumo di nicotina e alcol
- Essere consapevoli della relazione tra lo stato emotivo personale e i propri comportamenti riguardo alla gestione del rischio e al consumo di nicotina e alcol
- Divenire consapevoli delle risorse personali

### Obiettivi specifici per GLI INSEGNANTI:

- Conoscere le Life Skills e il loro ruolo nella promozione della salute e del benessere degli studenti
- Apprendere le competenze di base per l'insegnamento delle Life Skills
- Sperimentare l'applicazione di alcune Life Skills

### Obiettivi specifici per I GENITORI:

- Esplorare il proprio concetto di benessere e assumere la consapevolezza che la salute è una risorsa della vita quotidiana
- Conoscere le Life Skills e il loro ruolo nella promozione della salute e del benessere degli studenti

**Destinatari:** Il programma accompagna alunni, insegnanti e genitori dalla prima alla terza classe di scuola secondaria di primo grado.

**Operatori:** assistente sanitaria/o; dietista;

.....  
Amba Alagistraße 33 39100 Bozen  
Tel. 0471- 90 92 02/ 0471 635187 – Fax 0471- 90 92 01  
<http://www.sabes.it> ✉ [praevention.department@sabes.it](mailto:praevention.department@sabes.it)  
.....

**Firmenbezeichnung:**  
Sanitätsbetrieb der Autonomen Provinz Bozen  
Str.-Nr./MwSt.-Nr. 00773750211

.....  
via Amba Alagi 33 39100 Bolzano  
Tel. 0471- 90 92 02/ 0471 635187 – Fax 0471- 90 92 01  
<http://www.sabes.it> ✉ [dipartimento.prevenzione@sabes.it](mailto:dipartimento.prevenzione@sabes.it)  
.....

**Ragione sociale:**  
Azienda Sanitaria della Provincia Autonoma di Bolzano  
Cod. fisc./P. IVA 00773750211

Südtiroler  
Sanitätsbetrieb



Azienda Sanitaria  
dell'Alto Adige

Azienda Sanitaria de Sudtiroi

## Tempi:

### 1° anno:

- 1 incontro di 1.00 ora con l'insegnante referente del progetto a scuola e con il direttore didattico
- 1 incontro di 1,5 ore con il collegio docenti
- 1 incontro di 1,5 ore con i genitori (se viene garantita la presenza superiore al 30% dei genitori)
- 3 incontri di 2 ore con i ragazzi
- 1 incontro di 1 ora di feedback con la classe alla fine dell'anno scolastico

### 2° anno:

- 1 incontro di 1,5 ore con il collegio docenti
- 1 incontro di 1,5 ore con i genitori (se viene garantita la presenza superiore al 30% dei genitori)
- 3 incontri di 2 ore con i ragazzi
- 1 incontro di 2 ore con i ragazzi (informazione alimentare/pubblicità)
- 1 incontro di 1 ora di feedback con la classe alla fine dell'anno scolastico

### 3° anno:

- 1 incontro di 1,5 ore con il collegio docenti
- 1 incontro di 1,5 ore con i genitori (se viene garantita la presenza superiore al 30% dei genitori)
- 1 incontro di 4 ore con i ragazzi
- 1 incontro di 1 ora di feedback con la classe alla fine dell'anno scolastico

Amba Alagistraße 33 39100 Bozen  
Tel. 0471- 90 92 02/ 0471 635187 – Fax 0471- 90 92 01  
<http://www.sabes.it> | ✉ [praevention.department@sabes.it](mailto:praevention.department@sabes.it)

**Firmenbezeichnung:**

Sanitätsbetrieb der Autonomen Provinz Bozen  
Str.-Nr./MwSt.-Nr. 00773750211

via Amba Alagi 33 39100 Bolzano  
Tel. 0471- 90 92 02/ 0471 635187 – Fax 0471- 90 92 01  
<http://www.sabes.it> | ✉ [dipartimento.prevenzione@sabes.it](mailto:dipartimento.prevenzione@sabes.it)

**Ragione sociale:**

Azienda Sanitaria della Provincia Autonoma di Bolzano  
Cod. fisc./P. IVA 00773750211



Südtiroler  
Sanitätsbetrieb



Azienda Sanitaria  
dell'Alto Adige

Azienda Sanitaria de Sudtirolo

## ALLEGATO B

### RICHIESTA DI COLLABORAZIONE

Anno scolastico \_\_\_\_\_

Data \_\_\_\_\_

Istituto Comprensivo: \_\_\_\_\_

Indirizzo: \_\_\_\_\_

richiede la collaborazione e la consulenza per la programmazione ed effettuazione del programma di educazione alla salute:

nella/e classe/i: \_\_\_\_\_

#### Insegnante di riferimento per il programma a scuola :

nome e cognome: \_\_\_\_\_

recapito telefonico e mail: \_\_\_\_\_

#### altri docenti coinvolti:

nome e cognome: \_\_\_\_\_

nome e cognome: \_\_\_\_\_

Il programma di educazione alla salute è già stato svolto nella scuola in passato?

☐ Sì, nell'anno scolastico \_\_\_\_\_

☐ No

Il dirigente scolastico

Amba Alagistraße 33 39100 Bozen  
Tel. 0471- 90 92 02/ 0471 635187 – Fax 0471- 90 92 01  
<http://www.sabes.it> | ✉ [praevention.department@sabes.it](mailto:praevention.department@sabes.it)

**Firmenbezeichnung:**  
Sanitätsbetrieb der Autonomen Provinz Bozen  
Str.-Nr./MwSt.-Nr. 00773750211

via Amba Alagi 33 39100 Bolzano  
Tel. 0471- 90 92 02/ 0471 635187 – Fax 0471- 90 92 01  
<http://www.sabes.it> | ✉ [dipartimento.prevenzione@sabes.it](mailto:dipartimento.prevenzione@sabes.it)

**Ragione sociale:**  
Azienda Sanitaria della Provincia Autonoma di Bolzano  
Cod. fisc./P. IVA 00773750211