

## **Fra Piacere e Rischio**

Sperimentazione rivolta ai Licei ad indirizzo Sportivo,  
agli Istituti che negli scorsi anni si sono occupati di Dipendenze Patologiche ,  
agli Istituti Alberghieri che intendano sviluppare questa parte di attività nella loro  
programmazione scolastica

**11 e 12 novembre 2019**

**Seminario formativo residenziale**

**Luoghi di Prevenzione (Padiglione Villa Rossi, Ingresso via Doberdò)**

### **Introduzione**

Il Seminario rappresenta l'avvio della sperimentazione per l'anno 2019-2020.

Si pone l'obiettivo di attivare e consolidare il processo di "Scuole che promuovono Salute attraverso il contrasto alla sedentarietà e alla riduzione dei fattori di rischio relativi all'uso di integratori e sostanze dopanti". Si è scelto di valorizzare la specificità dei Licei Sportivi attraverso un approfondimento delle tematiche legate al corpo in movimento, alla prestazione sportiva e alle pressioni che il mercato e il mondo sportivo pongono ai ragazzi. Lo scopo è di contrastare i messaggi e i comportamenti a rischio e divulgare invece informazioni ed esperienze che promuovano la salute attraverso il movimento. Azioni scolastiche ed extrascolastiche di studenti, professionisti in promozione della salute e insegnanti costituiscono, per noi, la cornice di azioni favorevoli al cambiamento del contesto scolastico, la curricularità e la partecipazione attiva degli studenti, anche grazie all'educazione fra pari.

### Obiettivi del percorso rivolto a docenti e professionisti della salute sono:

- Condividere il processo di "Scuole che promuovono Salute" (attivazione della cabina di regia a livello di Istituto, strategie per la diffusione del progetto nei vari organi di governo della scuola...);
- Acquisire competenze di utilizzo e gestione del forte strumento dell'educazione fra pari nell'Istituto;
- Progettare e attivare esperienze di movimento oltre l'attività fisica a scuola;
- Inserire nel curriculum le tematiche di corpo, movimento, salute e sostanze utilizzando tecniche esperienziali e condivisione di moduli di intervento multi-disciplinare (UDA);
- Acquisire conoscenze su fattori di rischio e fattori protettivi nel percorso fra contrasto alla sedentarietà, promozione del movimento, consapevolezza del significato dell'uso di integratori e della prevenzione delle sostanze dopanti;
- Favorire il raccordo con gli operatori Ausl del proprio territorio di riferimento.

### Obiettivi del percorso rivolto ai ragazzi:

- Esplorare i vissuti personali e stili di vita in merito a consumi, movimento, attività fisica e sportiva;
- Esplorare le rappresentazioni esistenti sull'educazione fra pari in ambito scolastico (esplorare vissuti personali in merito alla peer, condividere ruolo e mission della peer in ambito scolastico);
- Favorire la motivazione all'assunzione del ruolo di peer una volta rientrati a scuola;
- Favorire l'utilizzo di pratiche ordinarie di contrasto alla sedentarietà.

## INDICAZIONI GENERALI SUL PROGETTO

### Fra Piacere e Rischio

Il programma, inserito nel Piano Regionale della Prevenzione, ha l'obiettivo di consolidare fattori protettivi per la salute e depotenziare l'esposizione ai fattori di rischio nei giovani, relativamente a: realizzazione di una rete di Scuole che promuovano salute con la pratica di attività fisica e elementi strutturali di contrasto alla sedentarietà. Si rivolge, in questa prima annualità, ai Licei Sportivi e alle Scuole secondarie di secondo grado che negli anni passati si sono occupate dell'uso di sostanze in grado di determinare "dipendenza patologica".

Le attività svolte pongono il focus sui fattori protettivi per la salute, dal "piacere del movimento" sino alla "prevenzione dell'uso di sostanze dopanti o al consumo non giustificato di integratori o farmaci".

### Struttura del percorso

Il progetto prevede 7 steps:

1. Primo incontro informativo con i docenti (già realizzato in data 11/09/2019)
2. Comunicazione informativa attraverso gli Uffici Scolastici provinciali (Luoghi di prevenzione/ Regione Emilia-Romagna - settimana 21-28 Ottobre)
3. Selezione da parte degli Istituti scolastici, dei giovani del terzo e quarto anno impegnati nella Peer Education (dopo la convocazione e prima del 5 Novembre)
4. Formazione seminariale dei pari e dei docenti presso Luoghi di Prevenzione **nei giorni 11 e 12 Novembre pv**
5. Programma curriculare rivolto alle classi scelte per la sperimentazione nelle ore di Scienze Motorie e approfondimenti curriculari con il coinvolgimento di almeno altre due discipline
6. Intervento dei pari nelle classi del biennio
7. Intervento dei pari in collaborazione con gruppi sportivi o palestre, estesi alle famiglie

### Temî del Percorso:

- Salute e benessere psicofisico: attività introduttive alla corporeità e al benessere psicofisico. Coordinamento del tema: **Dott.sa Sandra Bosi**
- Salute, attività fisica e altri stili di vita: percorsi di rinforzo delle abilità motorie innate. Coordinamento del tema: **Dott. Giorgio Chiaranda, Dott.ssa Valentina Marchesi.**
- Attività fisica e sport: il ruolo della competizione nella pratica della attività fisica. Coordinamento del tema: **Dott. Gustavo Savino**
- La fragilità degli adolescenti come tema comune a i rischi legati a tutte le dipendenze patologiche. Coordinamento al tema: **Dott. Giovanni Greco**
- Fattori protettivi per la salute: come acquisirne consapevolezza attraverso percorsi esperienziali interattivi. Coordinamento al tema: **Dott.ssa Sandra Bosi**
- Fattori di rischio nella pratica sportiva: uso di integratori, farmaci, sostanze dopanti. Coordinamento al tema: **Dott. Giovanni Greco, Dott. Gustavo Savino**
- Come promuovere un'attività fisica salutare, rivolta a tutti. Coordinamento: **Dott. Giorgio Chiaranda**

Il percorso sarà presentato con gli strumenti specifici nelle 2 giornate di formazione.

Materiali :

- Guida Fra rischio e Piacere: in particolare parte introduttiva fino a pag. 51; pag. 90 e 91: attivazioni sul concetto di dipendenza e libertà; scheda sulla comunicazione non verbale;
- Strumenti condivisi con il gruppo di Professionisti in Scienze motorie (lavoro prodotto dal gruppo regionale “palestre etiche”).

Per chi non li avesse già ricevuti i materiali saranno consegnati durante le due giornate di formazione.

Cronoprogramma:

- 1) **Entro il 5 Novembre 2019:** Adesione al progetto ed iscrizione ai gruppi di lavoro del seminario formativo **dell’11 e 12 Novembre 2019.**  
(E’ prevista la presenza massimo di 2 docenti per scuola, 2 operatori AUSL per ogni azienda e 8 studenti del terzo o quarto anno per ogni scuola coinvolta).
- 2) **Dicembre 2019:** Restituzioni delle “Raccomandazioni educative” specifiche per le “Scuole che promuovono Salute” con il contrasto alla sedentarietà e il potenziamento della attività fisica.
- 3) **Febbraio 2020:** Riunione di monitoraggio del progetto – SOLO PER DOCENTI (analisi punti di forza, criticità). Reggio Emilia ore 10.00/ 16.00.
- 4) **Settimana 23-27 Marzo 2020:** Realizzazione delle attività curriculari e presentazione delle proposte di modifica del contesto in collaborazione con il territorio (programmate per area vasta).
- 5) **Aprile 2020:** Consegna scheda di monitoraggio del progetto.
- 6) **Aprile 2020:** Presentazione dei contributi più significativi prodotti dagli Istituti partecipanti. Reggio Emilia.

## Seminario Fra Piacere e Rischio

Reggio Emilia, 11 e 12 Novembre 2019,  
Luoghi di Prevenzione (Padiglione Villa Rossi, Ingresso via Doberdò)

### Programma

*(prima bozza: il programma potrà subire delle variazioni che saranno tempestivamente comunicate agli iscritti)*

9.45 – 10.30 Accoglienza e Introduzione Progetto

9.45: Accoglienza e registrazione partecipanti  
10.00: Fra Piacere e Rischio nel Piano Regionale della Prevenzione. **Dott.ssa Paola Angelini** - Regione Emilia-Romagna.  
10.15: Luoghi di Benessere e Luoghi di Malessere: il significato del Centro Luoghi di Prevenzione come prospettiva regionale. **Dott.ssa Emanuela Bedeschi** - AUSL Reggio Emilia.  
10.30: La Scuola con Luoghi di Prevenzione. **Dott.ssa Antonietta Cestaro** - Ufficio scolastico provinciale Reggio Emilia.

Dopo la parte introduttiva il percorso seminariale si suddivide in 2 gruppi: uno rivolto a docenti ed operatori; l'altro agli studenti.

#### PERCORSO RIVOLTO AD INSEGNANTI E OPERATORI AUSL

10.20 Aspettative, bisogni, presentazione dei partecipanti.

10.30 Obiettivi , finalità e strumenti del Progetto. **Dott.ssa Sandra Bosi**

10.50 Vantaggi della pratica regolare del movimento e svantaggi della sedentarietà. **Dott. Giorgio Chiaranda**

11.20 Attività di contrasto alla sedentarietà da promuovere a scuola. Esercitazioni pratiche. **Dott.ssa Valentina Marchesi**

12.00 – 13.00 Ripensare il benessere psicofisico attraverso gli spazi: Luoghi di benessere, luoghi di malessere: camminare

*Pausa pranzo*

14.00 – 14.45 Fattori protettivi e fattori di rischio per la salute. **Dott. Giovanni Greco**

14.45 -16.00 Scrittura creativa e comunicazione non verbale: attività interattiva a coppie

15.30 – 16. 15 Dall'uso improprio dei farmaci ai rischi legati ad integratori e altre sostanze da abuso. **Dott. Gustavo Savino**

16. 15 /17. 30 Attività laboratoriale e presentazione "Unità di apprendimento" sugli integratori.

17.30 – 18.00          Discussione

### PERCORSO RIVOLTO AI RAGAZZI

**NB.** I ragazzi verranno suddivisi in sottogruppi di circa 13/14 partecipanti cadauno

10.00 – 10.30          Attività di conoscenza

10.30 – 11.30          Dialogo con il **Dott. Giovanni Greco**  
Parole chiave: corpo, consumo, sostanza, prestazione, pressione sociale, dipendenza, rischio/piacere.

11.30 – 13.00          Attività laboratoriali:  
1) Esplorare vissuti e stili di vita personali  
2) Fattori di rischio e fattori protettivi  
3) Role Play

#### *Pausa pranzo*

14.00 – 15.00          Dialogo con il **Dott. Gustavo Savino**  
Parole chiave: corpo, movimento, attività fisica, sport, prestazione, integratori, doping, rischio/piacere.

15.00 – 16.30          Attività laboratoriali:  
1) Esplorare vissuti e stili di vita personali  
2) Sentire, percepire ascoltare il corpo

#### *Pausa*

16.45                    Il significato della attività fisica e il contrasto alla sedentarietà. Dialogo con il **Dott. Giorgio Chiaranda**.

*Trasferimento in Hotel a piedi o in autobus (vedi sotto informazioni)*

#### *Cena*

*Esercizi di pillole di movimento in classe e a scuola: 10 proposte a cura di Valentina Marchesi  
(le scuole iscritte riceveranno indicazioni dettagliate su programma e modalità)*

Seconda Giornata 12 Novembre 2019  
9.00 – 14.00

**PERCORSO RIVOLTO A INSEGNANTI E OPERATORI AUSL**

- 9.00 – 10.00 Gli ostacoli alla realizzazione della attività fisica a scuola. Analisi e discussione risultati studio HBSC. **Dott.ssa Sandra Bosi**
- 10.00 – 11.00 Come trovare risposte agli ostacoli: attività di problem solving a piccolo gruppo. Discussione plenaria.
- 11.00 – 12.00 Attività di gruppo su “Fra Piacere e rischio”: a partire dalla proposta di base individuare dei percorsi per le singole scuole.
- 12.00 /13.30 Attività mista fra ragazzi, operatori e docenti di integrazione delle esperienze in un percorso unico.

**PERCORSO RIVOLTO AI RAGAZZI**

- 9.00 – 10.00 Laboratorio 1:  
Il ruolo del peer in un percorso di promozione dell’attività motoria e contrasto del doping : attività esperienziali di pratica del movimento.
- 10.00 – 11.00 Laboratorio 2:  
Quali messaggi dare, quali messaggi evitare durante le attività di educazione fra pari.
- 11.00 – 12.00 Laboratorio 3:  
Progettare attività in classe, nel contesto scolastico, nell’extrascuola.
- 12.00 – 13.30 Plenaria insieme a insegnanti e operatori:  
Restituzione e condivisione delle progettazioni

**13.30 – Pranzo insieme**

## ISCRIZIONE – ENTRO IL 5 NOVEMBRE MODALITÀ DI ISCRIZIONE E PARTECIPAZIONE

La partecipazione è riservata a max 8 studenti e max 2 docenti per ogni Istituto.

Per partecipare alla formazione è necessario iscrivere ogni partecipante attraverso apposito modulo online disponibile sul nostro sito nella sezione Convegni e Seminari - ENTRO IL 5 NOVEMBRE

Link <http://www.luoghidiprevenzione.it/Home/ConvegniSeminari.aspx>

Il diritto di partecipazione seguirà l'ordine di arrivo delle iscrizioni. Si sottolinea l'importanza del carattere residenziale della formazione, pertanto verrà data la priorità a chi frequenterà entrambe le giornate.

Le iscrizioni verranno chiuse raggiunto il numero massimo di 50 studenti e 15 docenti.

### PERNOTTO

Il soggiorno è a carico di Luoghi di Prevenzione - LILT di Reggio Emilia che si occuperà di effettuare le prenotazioni in base alle iscrizioni pervenute attraverso iscrizione online (vedi sopra).

La struttura che ci ospiterà è l'Hotel Airone che ha messo a disposizione per i ragazzi CAMERE QUINTUPLE, per i docenti CAMERE DOPPIE non sono garantite stanze singole.

### PRANZI E CENA

I pranzi e la cena saranno a carico di Luoghi di Prevenzione-LILT di Reggio Emilia e si svolgeranno:

- pranzi di lunedì 11 e martedì 12 novembre presso la sede del seminario
- la cena di lunedì 11 novembre presso l'Oratorio "Don Bosco" (Via Adua 79 - Reggio Emilia , 5 minuti a piedi dall'Hotel)

### RIMBORSI SPESE VIAGGIO

Per i soli docenti e studenti partecipanti ad entrambe le giornate saranno rimborsate le spese viaggio relative AI TITOLI DI VIAGGIO TRENO (2° classe) E BUS; ciascun Istituto dovrà, quindi, provvedere alla prenotazione dei relativi biglietti viaggio. Il rimborso delle spese avverrà tramite la segreteria dell'Istituto.

Non sarà riconosciuto il rimborso a chi, per esigenze personali, si assenterà prima della fine del seminario.

Modalità e moduli di rimborso saranno disponibili il giorno del seminario, presso la segreteria organizzativa di Luoghi di Prevenzione.

### TRASFERIMENTI

I trasferimenti da Luoghi di Prevenzione all'Hotel 'Airone' verranno effettuati con autobus di linea al termine della prima giornata di seminario (ore 18.30) e troverete tutte le info presso la nostra sede.

[A questo link](#) trovate la mappa per andare da Luoghi di Prevenzione all'Hotel Airone

[A questo link](#) trovate la mappa per andare dall'Hotel Airone a Luoghi di Prevenzione

La cena si svolgerà presso l'Oratorio "Don Bosco" a 5 minuti a piedi dall'Hotel Airone, [qui il link del percorso](#)

**PER INFORMAZIONI – Luoghi di Prevenzione**

Tel. 0522 320655 || email: [segreteria@luoghidiprevenzione.it](mailto:segreteria@luoghidiprevenzione.it)