



Salute e  
benessere

## Liberi di scegliere

La LILT da molti anni entra nelle scuole per parlare di fumo, alcol, alimentazione e in generale di corretti stili di vita con un linguaggio e con modalità che possano essere facilmente recepiti dalle nuove generazioni.

Lo scopo è quello di intervenire molto precocemente, perché le prime esperienze nell'uso di sostanze a rischio si verificano in un periodo in cui l'assunzione è illegale: attorno agli 11-12 anni di età. Gli interventi educativi proposti si rivolgono quindi a fasce di età piuttosto precoci, per rafforzare la capacità dei giovani di fare scelte libere e consapevoli. Il consumo di tabacco in particolare rappresenta una delle principali minacce per la salute e l'iniziazione al fumo si stima avvenga nei ragazzi già a 13 anni, età in cui si stabiliscono i modelli di consumo che saranno poi verosimilmente mantenuti nell'età adulta.

Obiettivo del progetto di prevenzione dell'abitudine al fumo è aiutare i ragazzi a sviluppare comportamenti adeguati per resistere alle influenze sociali e per stimolare gli altri ragazzi a non fumare. L'idea è contrastare un'abitudine che si consolida in una vera e propria dipendenza durante gli anni di frequenza scolastica promuovendo una cultura del benessere, della consapevolezza, dei corretti stili di vita.

**Rivolto a:** classi delle scuole secondarie di primo grado

**Modalità:** l'articolazione del progetto prevede 4 attivazioni (per un totale di 8 ore) da realizzare nelle classi coinvolte dai docenti stessi che riceveranno adeguata formazione da parte di LILT. Fondamentale il lavoro di gruppo e il coinvolgimento delle famiglie.

**Periodo di svolgimento:** da concordare per ogni classe/percorso

**Info e iscrizioni:** contattare la segreteria (email [segreteria@legatumoribologna.it](mailto:segreteria@legatumoribologna.it) - tel. 051 4399148) - sito web: <https://www.legatumoribologna.it/educazione-nelle-scuole>

Per maggiori dettagli si rimanda alla scheda di seguito allegata

## Liberi di scegliere

### Programma di prevenzione dell'abitudine al fumo per i ragazzi della Scuola secondaria di primo grado

#### PRESENTAZIONE

Il fumo di tabacco è, ancora oggi, il più frequente e pericoloso fattore di rischio per la salute. Purtroppo l'abitudine al fumo, sempre più frequentemente, si acquisisce molto precocemente e si consolida in una vera e propria dipendenza durante gli anni di frequenza scolastica, tra i 12 e i 18 anni.

L'ambito scolastico è il luogo ideale per promuovere una cultura del benessere e per contrastare in modo efficace l'avvio di pericolose abitudini. Infatti la scuola fornisce le informazioni e aiuta i giovani a sviluppare le abilità per saper difendersi dalle pressioni sociali ad iniziare a fumare, avendo coscienza dei danni, sapendo rifiutare l'offerta, sapendo scegliere sani stili di vita.

Educare per orientare e orientare per imparare a scegliere dovrebbero diventare i nuclei fondamentali per articolare ogni intervento di prevenzione.

Questo programma di prevenzione nasce da un Progetto dell'Università di Waterloo in collaborazione con il Ministero della Sanità Canadese, con la Società Cardiologica e l'Istituto Nazionale degli USA per la lotta al cancro. A partire dall'esperienza ultra decennale di diffusione del progetto, ampiamente validata, nel Veneto, in Emilia Romagna e in Lombardia nasce la stesura Nazionale del Progetto, nell'ambito del più ampio Progetto "**Scuole libere dal fumo**".

#### OBIETTIVI, METODOLOGIE, FINALITÀ E PROGETTAZIONE

L'obiettivo formativo finale è quello di aiutare i ragazzi a sviluppare comportamenti adeguati per resistere alle influenze, per saper essere non fumatori e per stimolare gli altri ragazzi a non fumare.

L'attività educativa deve sviluppare i seguenti punti:

- 1) come si arriva all'abitudine al fumo
- 2) Le caratteristiche del fumatore, del non fumatore, dell'ex fumatore
- 3) I vantaggi e gli svantaggi del fumo di sigaretta

#### **5x1000 BUONE RAGIONI**

Una firma contro i tumori!

Categoria "**Associazioni**"

Codice Fiscale: **92049200378**

E' facile e a te non costa nulla!

## Indicazioni metodologiche

Il progetto comprende delle attivazioni, destinate all'utilizzo autonomo degli insegnanti per la conduzione dell'intervento nelle classi.

Sarebbe importante utilizzare tutte le attivazioni e completarle nell'arco di 2 mesi; la durata media di ogni attivazione è di circa 2 ore.

**È importante che al progetto aderiscano almeno 3 Docenti del C. di Classe** (area linguistica-espressiva e scientifica-tecnologica).

La realizzazione del Progetto prevede, pertanto, un **momento di formazione dei Docenti** coinvolti.

La quantificazione delle ore potrà essere definita con i Docenti stessi.

ATTIVAZIONE N.1 "Cosa ne penso "

ATTIVAZIONE N.2 " Mi confronto....."

ATTIVAZIONE N.3 " No grazie! "

ATTIVAZIONE N.4 "Sono libero di scegliere "

Ogni modulo prevede una scheda con indicazioni per gli Insegnanti e schede di lavoro da somministrare ai ragazzi.

È fondamentale l'attività di gruppo.

Molto importante è anche il coinvolgimento delle famiglie, che saranno coinvolti in una intervista alla quale potranno contribuire attivamente.

## VALUTAZIONE

La valutazione del progetto avverrà a 4 livelli

- Gruppo operatori
- Gruppo insegnanti
- Gruppo studenti , che compileranno, a fine corso, una scheda individuale anonima
- Gruppo genitori, a cui verrà inviato un questionario per monitorare la ricaduta in famiglia

**5x1000 BUONE RAGIONI**

Una firma contro i tumori!

Categoria "Associazioni"

Codice Fiscale: **92049200378**

E' facile e a te non costa nulla!