

Progetto di formazione per docenti

EDUCAZIONE ALLA SALUTE

Proposta formativa

Il corso si propone di tessere sul territorio una rete di saperi collegati al benessere psicofisico fornendo ai docenti significativi elementi informativi utili al quotidiano lavoro scolastico perché lo traducano in operazioni didattiche con gli allievi.

Nell'ambito dell'Agenzia di Tutela della salute dell'Insubria e con il Patrocinio dell'ASST Valle Olona (e di altri importanti Enti Istituzionali pubblici e privati) l'Associazione Enrico Dell'Acqua mette a disposizione i suoi esperti per fornire un utile supporto nell'affrontare le sfide socio-sanitarie oltre ad approfondire i problemi più importanti per i giovani. Recenti eventi hanno infatti evidenziato un disagio generalizzato che sollecita mirati interventi degli operatori.

Struttura del percorso

Il percorso di formazione prevede 3/4 incontri di 2 ore ciascuno con informazioni sulle seguenti tematiche:

1. Alcool e droga
2. Contro il fumo
3. L'alimentazione nei giovani
4. Le nuove tecnologie
5. Il primo soccorso
6. Il gioco d'azzardo
7. Sport e doping

Alcool e droga

L'uso di qualsiasi droga danneggia i sistemi di neuro-trasmissione dei neuroni anche in modo irreparabile.

Ciò risulta ancor più dannoso se l'uso di droghe ed alcol avviene in giovane età, quando il cervello è ancora in fase di maturazione, processo che si sviluppa compiutamente nei primi 20 anni di vita.

Contro il fumo

Gli studi ci dicono che i fumatori, in ogni parte del globo, vivono in media 10 anni meno dei non fumatori e si ammalano in età giovane, specie tra i 50 e 60 anni. Il fumo è la causa diretta o indiretta di una cinquantina di malattie tra le più disparate.

L'alimentazione nei giovani

Un'alimentazione corretta ed equilibrata rappresenta il presupposto fondamentale per una buona salute a qualsiasi età dell'essere umano, le patologie che conseguono ad errori alimentari, intesi come eccesso o come deficit, sono rappresentate dall'obesità, dall'anoressia mentale e dalla bulimia.

Le nuove tecnologie

Dobbiamo pensare alla rete come un mondo virtuale simile al mondo reale. Non basta essere educatori digitali, dobbiamo creare rete, affinché ai ragazzi arrivino messaggi chiari e soprattutto coerenti.

Il primo soccorso

Gli incidenti della strada sono la causa di morte in particolare al di sotto dei 30 anni di età. La parola d'ordine è prevenzione soprattutto rivolgendo l'attenzione ai ragazzi delle scuole medie e cercando di sensibilizzarli al problema sicurezza.

Il gioco d'azzardo

È una malattia con relativa dipendenza. Vi cade 11% dei ragazzini, già vittime di comportamenti problematici a livello di allarme rosso. A conti fatti siamo sugli 80.000 casi che corrono l'alea della dipendenza, ed altri 100.000 che, più o meno, già la sperimentano.

Sport e doping

L'uso (o abuso) di particolari sostanze o medicinali con lo scopo di aumentare artificialmente il rendimento fisico e le prestazioni dell'atleta è, purtroppo, in aumento. Il ricorso al doping è un'infrazione sia all'etica dello sport, sia a quella della scienza medica perché falsa le prestazioni e i risultati con grave pregiudizio per lo sport.

Luogo

Le lezioni si svolgeranno a Busto Arsizio in un'aula messa a disposizione ai Molini Marzoli dall'Università dell'Insubria.

Metodologia

Le modalità di intervento sono basate su esercitazioni d'aula con approfondimenti dopo una rilevazione delle preconoscenze dei partecipanti.

Tempi

- Gli incontri (2 ore ciascuno) e avranno una cadenza settimanale nel periodo Febbraio/Marzo 2019

Il Corso è gratuito e ai corsisti verrà fornito un attestato di partecipazione con n°__ “crediti formativi” rilasciato dall'Ufficio Scolastico Territoriale di Varese che patrocina l'iniziativa.

Direttrice è la dott.ssa Anna Restelli, docente in corsi di formazione e componente l'equipe medica del “Progetto di Educazione Sanitaria” programmato per il quarto anno consecutivo dall'Associazione Enrico Dell'Acqua.

Busto Arsizio, Dicembre 2018