



# Diario della Salute. Percorsi di promozione del benessere tra i pre-adolescenti - III edizione (rimodulato alla luce del finanziamento concesso)

## Introduzione

---

### *Il programma*

“Diario della Salute. Percorsi di promozione del benessere tra i pre-adolescenti” è un **programma di promozione del benessere fisico e psicologico rivolto a studenti delle classi seconde di scuola secondaria di I grado** (12-13 anni), ai loro insegnanti e genitori, che comprende:

- **5 unità didattiche** di 2-3 ore ciascuna, **condotte da insegnanti appositamente formati**, di **sviluppo e potenziamento delle competenze socio-emotive** (cosiddette *life-skill*, ad es. capacità di riconoscere e gestire le emozioni e i problemi, capacità di comunicazione efficace, capacità di interazione sociale...) con l'obiettivo di prevenire le manifestazioni di disagio e di disadattamento psicosociale in adolescenza, il rischio di insuccesso e abbandono scolastico e il coinvolgimento in comportamenti a rischio per la salute. Attraverso l'uso di **attività ludico-educative e metodi partecipati** gli studenti sono stimolati a riconoscere le emozioni, i cambiamenti e i bisogni tipici di questa fase della vita e a riflettere sui potenziali rischi connessi alla preadolescenza (Fig. 5 – Appendice);
- un **Quaderno per gli insegnanti** che fornisce **indicazioni metodologiche e operative per lo svolgimento dell'intervento in classe**. Il quaderno è rivolto a insegnanti di classe seconda di scuola secondaria di I grado indipendentemente dalla materia insegnata. Per ogni unità didattica sono descritti e illustrati in modo dettagliato **gli obiettivi, le attività da realizzare, i materiali necessari**. Inoltre all'insegnante vengono forniti **spunti e suggerimenti** per favorire la partecipazione degli studenti, per gestire eventuali situazioni problematiche, per creare collegamenti interdisciplinari e per presentare e concludere le attività (Fig. 3 - Appendice);
- un **Diario per gli studenti** di classe seconda di scuola secondaria di I grado che racconta **le esperienze, i dubbi, le curiosità e le emozioni di quattro pre-adolescenti** alle prese con i cambiamenti tipici della fase di vita che stanno vivendo. I personaggi del diario dialogano tra loro lungo un intero anno scolastico e favoriscono l'immedesimazione nelle storie raccontate da parte degli studenti e la conseguente **riflessione sulle proprie emozioni e il proprio stile di vita**. Il diario è suddiviso in **quattro capitoli**, ognuno dei quali affronta un argomento che riguarda la preadolescenza: la **pubertà** (ad es. i cambiamenti corporei, gli sbalzi d'umore...), le **relazioni sociali** (ad es. il gruppo di amici, il bullismo, i social network...), i **comportamenti a rischio** (ad es. il fumo di sigarette, il consumo di sostanze

psicoattive, il doping...), l'**alimentazione** (ad es. la corretta alimentazione, i disturbi del comportamento alimentare...). Sono contenute anche **informazioni e approfondimenti tematici** su temi connessi alla prevenzione e alla promozione di stili di vita sani (Fig. 1 - Appendice);

- un **Diario per i genitori** di studenti di classe seconda di scuola secondaria di I grado che racconta le esperienze e le emozioni di un papà e di una mamma di un figlio preadolescente. Il diario è suddiviso in **quattro capitoli**, ognuno dei quali rappresenta un aspetto importante dello sviluppo psico-fisico dei pre-adolescenti: la sessualità, gli amici, il consumo di alcol e sostanze psicoattive, il rapporto con il cibo. L'obiettivo è stimolare il genitore a **riconoscere e gestire le emozioni vissute nella relazione con il figlio preadolescente e a sviluppare modalità efficaci di comunicazione**. Sono contenute **schede informative** sui fattori che potrebbero mettere a repentaglio la salute e il benessere di un preadolescente (ad es. le malattie sessualmente trasmissibili, Internet e i social network, le sostanze psicoattive...) (Fig. 2 - Appendice);
- un **percorso informativo - formativo per genitori** di studenti di classe seconda di scuola secondaria di I grado di 2 incontri condotti da operatori socio-sanitari sulla **comunicazione e la relazione con un figlio pre-adolescente**. I genitori sono stimolati, attraverso attività di gruppo interattive e partecipate, a riflettere e discutere sulla **gestione delle emozioni e della relazione con il proprio figlio** e a condividere vissuti ed esperienze.

*I edizione (A.S. 2012-2013) –territorio nazionale*

Il programma è stato **implementato a livello nazionale** nell'ambito del progetto "Diario della Salute. Percorsi di promozione del benessere tra i pre-adolescenti" **finanziato nel 2011 dal CCM (Centro Nazionale per la Prevenzione e il Controllo delle Malattie) del Ministero della Salute** ([www.ccm-network.it/progetto.jsp?id=node/1470&idP=740](http://www.ccm-network.it/progetto.jsp?id=node/1470&idP=740)), coinvolgendo **cinque regioni italiane**: Piemonte (regione capofila), Veneto, Puglia, Calabria e Sicilia. Il coordinamento è stato affidato con delibera regionale alla Struttura Semplice Dipartimentale Epidemiologia del Dipartimento di Prevenzione dell'ASL CN2 nella persona della dott.ssa Laura Marinaro. Sono state realizzate le seguenti azioni:

- 5 corsi di formazione per operatori socio-sanitari (125 operatori socio-sanitari formati)
- 17 corsi di formazione per insegnanti (191 insegnanti formati)
- 1.763 studenti coinvolti (78 classi, 32 scuole)
- 32 percorsi per genitori (418 genitori coinvolti)

Per **valutare l'effetto a breve termine del programma** sul benessere fisico e psicologico degli

studenti è stato condotto uno **studio non randomizzato a cluster**<sup>1</sup>, approvato dal Comitato Etico Locale e registrato su [www.clinicaltrials.gov](http://www.clinicaltrials.gov) (NCT01720199) e predisposto in collaborazione con l'Università del Piemonte Orientale. Un questionario anonimo pre- e post-intervento è stato somministrato a un **campione di 2.630 studenti** di classe seconda di scuola secondaria di I grado (1.322 studenti nel gruppo di intervento, 1.308 nel gruppo di controllo). I risultati ottenuti<sup>2</sup> mostrano che Diario della Salute:

- è un intervento **fattibile nel contesto scolastico**, a differenza di altri programmi di prevenzione che, benché efficaci e promettenti, vengono valutati da parte degli insegnanti come troppo impegnativi in termini di tempo;
- ha un **effetto del programma sul benessere psicologico** con una maggiore consapevolezza del proprio stato di benessere;
- **non presenta effetti indesiderati**, aspetto cruciale considerato il fatto che gli interventi non valutati potrebbero avere indesiderati o iatrogeni sulla popolazione target;
- mette a disposizione **materiali accattivanti e innovativi** il cui format è adatto alla popolazione target in termini di linguaggio e stile comunicativo e nella **strutturazione delle unità didattiche** dal punto di vista metodologico e operativo.

Sulla base della valutazione della prima edizione si è inoltre evidenziata l'opportunità di:

- rivedere i contenuti e la struttura di alcune unità didattiche, con l'obiettivo di centrare le attività più sulle *life-skill* trasversali (capacità comunicative, sociali ed emotive legate alla qualità delle relazioni tra pari e con gli adulti e alla salute mentale) che sui singoli comportamenti a rischio;
- formare direttamente gli insegnanti (evitando la formazione a cascata attraverso gli operatori socio-sanitari in modo da standardizzare la formazione degli insegnanti e supplire all'attuale carenza di risorse delle ASL)
- fornire un accompagnamento e una supervisione agli insegnanti,
- adottare una valutazione degli effetti a breve e lungo termine del programma.

*II edizione (A.S. 2015-2016) – regioni Piemonte e Veneto*

In base alle indicazioni emerse nel corso della prima valutazione, nel biennio 2015-2016 si è provveduto ad **aggiornare il programma** ed è stata realizzata una seconda edizione, grazie al

---

<sup>1</sup> Il protocollo dello studio è disponibile su richiesta al coordinatore del progetto dott.ssa Laura Marinaro (e-mail: [lmarinaro@aslcn2.it](mailto:lmarinaro@aslcn2.it)).

<sup>2</sup> Il report di valutazione completo è disponibile sul sito web del CCM ([www.ccm-network.it/pagina.jsp?id=node/1820](http://www.ccm-network.it/pagina.jsp?id=node/1820)) e sul blog Diario della Salute nella sezione documenti ([www.diariodellasalute.it/?page\\_id=112](http://www.diariodellasalute.it/?page_id=112)) (Fig. 4 – Appendice).

contributo di Fondazione CRT, della Regione Piemonte e della Regione del Veneto. In Piemonte hanno aderito al progetto coordinato dall'ASL CN2, le ASL Città di Torino, VC, AL, e CN1.

Complessivamente sono stati coinvolti/formati nelle attività del progetto:

- 28 operatori socio-sanitari, di cui 16 in Piemonte e 12 in Veneto;
- 75 insegnanti di scuola secondaria di I° grado;
- 38 insegnanti in Piemonte;
- 37 insegnanti in Veneto;
- 108 genitori in Piemonte;
- 207 genitori in Veneto.

Gli operatori socio-sanitari hanno realizzato 22 percorsi informativi-formativi di almeno 2 incontri ciascuno per i genitori degli studenti delle classi coinvolte, di cui 7 in Piemonte. Ad un campione insegnanti (N=69) e ad uno di genitori (N=108) è stato somministrato un questionario di gradimento della formazione. Inoltre 49 insegnanti hanno compilato la scheda di monitoraggio e di valutazione di gradimento dell'intervento da loro effettuato in classe.

Il programma è stato nuovamente accompagnato da uno studio di valutazione, svolto in collaborazione con l'Università degli Studi di Torino (Facoltà di Psicologia), cui hanno aderito 60 scuole (29 nel gruppo di controllo e 31 nel gruppo di intervento) e 130 classi (67 nel gruppo di controllo e 63 nel gruppo di intervento).

Per valutare l'effetto del programma sugli studenti è stato condotto uno studio di valutazione di efficacia con apposito protocollo di studio<sup>3</sup>, che ha coinvolto complessivamente 2.078 giovani. L'obiettivo di tale studio era valutare l'effetto a breve termine del programma in relazione alle life-skill degli studenti e al clima di classe. Al fine di garantire il rigore metodologico e la trasparenza del processo di valutazione, lo studio è stato approvato dal Comitato Etico Interaziendale dell'Azienda Ospedaliera Santa Croce e Carle di Cuneo e delle AA.SS.LL CN1, CN2, AT in data 17 settembre 2015 (n. 27/15) e registrato sul sito web statunitense Clinical Trials del National Institute of Health (per maggiori informazioni, vai su <https://clinicaltrials.gov/ct2/show/NCT02683811>). Data la minore età dei partecipanti allo studio, è stato chiesto il consenso scritto alla partecipazione allo studio ai genitori/tutori.

Agli studenti partecipanti allo studio è stato chiesto di compilare un questionario anonimo in due diversi momenti, prima dell'inizio dell'intervento e al termine dell'intervento in classe, e di creare un codice auto-generato basato su dati personali fissi per collegare i questionari pre- e post-intervento.

---

<sup>3</sup> Il protocollo di studio è disponibile su richiesta al responsabile scientifico del progetto inviando un'email a [epid.alba@aslcn2.it](mailto:epid.alba@aslcn2.it).

Tale questionario<sup>4</sup> è stato appositamente creato da parte del gruppo di lavoro revisionando il questionario utilizzato per la valutazione della versione precedente del programma “Diario della Salute” e includendo domande e scale validate e adattate al contesto italiano e alla popolazione target nell’ambito di ricerche nazionali e internazionali.

La valutazione di gradimento ha messo in luce che, secondo gli insegnanti, l’intervento:

- è realizzabile e facilmente implementabile nella routine scolastica;
- è adatto al target in termini di contenuti e attività;
- ha determinato un miglioramento del clima di classe e delle dinamiche relazionali.

La valutazione di efficacia ha dimostrato che, a seguito dell’intervento, gli studenti:

- sono più capaci di riconoscere aspetti positivi e negativi di sé;
- hanno acquisito una maggiore capacità non solo di riconoscere le proprie emozioni e i propri vissuti, ma anche maggiori capacità interpersonali ed empatiche nel relazionarsi con gli altri;
- soprattutto le ragazze, hanno acquisito un maggiore senso di autoefficacia, così come sono cresciute le capacità empatiche e metacognitive<sup>5</sup>.

Sulla base dei risultati emersi nel corso dello studio di valutazione, in linea con quelli della rilevazione precedente, è emersa l’opportunità di sperimentare lo stesso programma anche in **contesti extrascolastici su campioni di pre-adolescenti a rischio e in cui il livello di capacità individuali sia sociali che emotive sia inferiore**. Tale sottogruppo di soggetti potrebbe meglio usufruire del programma se applicato in un’ottica di prevenzione selettiva, ricevendo un intervento ad hoc di potenziamento e sviluppo di abilità individuali deficitarie.

## Obiettivi

---

L’obiettivo generale del progetto è **riprodurre il programma “Diario della Salute. Percorsi di promozione del benessere tra i pre-adolescenti” ed estenderlo a nuove scuole** (dell’ASL CN2, ASL Città di Torino, ASL VC, ASL AL) **e territori della Regione Piemonte** (ASL TO4).

Gli obiettivi specifici sono:

---

<sup>4</sup> Il questionario utilizzato per la raccolta dei dati è disponibile su richiesta al responsabile scientifico del progetto inviando un’email a [epid.alba@aslcn2.it](mailto:epid.alba@aslcn2.it).

<sup>5</sup> Questi sono i principali risultati statisticamente significativi. Per leggere gli altri risultati e i limiti dello studio consultare il Report Studio di Valutazione 2017 disponibile sul sito [www.diariodellasalute.it](http://www.diariodellasalute.it) nella sezione Documenti.

- replicare il programma nelle scuole secondarie di I grado del Piemonte coinvolte nella precedente sperimentazione,
- implementare il programma nelle scuole secondarie di I grado del Piemonte non coinvolte nella precedente sperimentazione.

In particolare, in un’ottica di efficienza e di ottimizzazione delle risorse, si intende **dare continuità a uno dei pochi programmi di prevenzione validati** a livello nazionale e risultato efficace, sostenibile e trasferibile, ma anche **aumentare il livello di copertura territoriale regionale** e di conseguenza raggiungere un maggior numero di soggetti, contribuendo così, attraverso un aumento delle competenze degli insegnanti e dei genitori, ad aumentare le *life-skill* dei pre-adolescenti piemontesi, il loro benessere a scuola e il loro rapporto con i genitori.

## Destinatari

---

Diretti:

- 600 studenti di classe seconda di scuola secondaria di I grado del Piemonte (20-30 classi seconde) coinvolti nell’intervento in classe e a cui viene distribuito il Diario per gli studenti,
- 600 genitori di studenti di classe seconda di scuola secondaria di I grado del Piemonte a cui viene distribuito il Diario per i genitori,
- 50 genitori<sup>6</sup> di studenti di classe seconda di scuola secondaria di I grado del Piemonte partecipanti al percorso informativo – formativo.

Indiretti:

- 10 operatori socio-sanitari dell’ASL CN2, Città di Torino, TO4, VC, AL (circa 2 operatori socio-sanitari per ASL) impegnati nell’implementazione del programma che svolgono la funzione di referenti locali;
- 35 insegnanti di scuola secondaria di I grado che vengono formati e che svolgono il programma nelle classi II per la prima volta ed eventualmente un rinforzo nelle classi III.

Tutte le attività rivolte sia ai destinatari diretti che ai destinatari indiretti sono erogate a titolo completamente gratuito.

---

<sup>6</sup> Coinvolgere i genitori di pre-adolescenti e adolescenti non è facile né semplice. Ci sono molti ostacoli che rendono difficile raggiungere e coinvolgere questi genitori in termini di disponibilità alla partecipazione, accesso alle informazioni, motivazione a seguire un incontro o un programma, fiducia nei confronti dei professionisti (Cicognani et al., 2005). Nella precedente sperimentazione del programma in Piemonte 135 genitori hanno partecipato al percorso informativo – formativo.

## Azione Previste

---

- **Duplicazione e distribuzione dei materiali:** verranno prodotte **1.000 copie del Diario per gli studenti, 1.000 copie del Diario per i genitori, almeno 150 copie del Quaderno per gli insegnanti**. I materiali verranno distribuiti dagli operatori socio-sanitari referenti locali **alle scuole che aderiranno al progetto e i cui insegnanti siano stati formati**. Il numero di materiali a disposizione delle ASL coinvolte varierà a seconda della copertura territoriale raggiunta.
- **Formazione Retraining:** è previsto **un incontro formativo (di 6/8 ore) rivolto agli operatori sanitari** delle 5 ASL coinvolte nel progetto che a loro volta cureranno la formazione a cascata degli insegnanti.
- **Formazione degli insegnanti:** è prevista la realizzazione di **5 corsi di formazione (1 per territorio ASL) per insegnanti di scuola secondaria di I grado**. Si ipotizza di formare in totale almeno **35 insegnanti**. Su richiesta e sulla base delle risorse disponibili, potranno partecipare ai corsi anche insegnanti provenienti da territori di competenza di ASL regionali non coinvolte. L'obiettivo è **informare e sensibilizzare gli insegnanti** sui temi relativi al benessere in pre-adolescenza, **fornire loro le conoscenze e gli strumenti** per una corretta e fedele implementazione del programma in classe, **illustrare i materiali** del programma e il loro utilizzo. Verrà utilizzata una **metodologia didattica attiva** che prevede il coinvolgimento degli insegnanti e la sperimentazione in prima persona delle 5 unità didattiche (Fig. 6 - Appendice). Per implementare in modo appropriato l'intervento è infatti necessario che gli insegnanti siano non solo adeguatamente formati sui contenuti trattati dal programma, ma abbiano anche sperimentato le tecniche di partecipazione attiva previste dal programma stesso. Agli insegnanti verrà somministrato un **questionario anonimo di gradimento e di apprendimento**.
- **Implementazione del programma** nelle scuole i cui insegnanti siano stati formati. Gli operatori socio-sanitari individuati come referenti locali si occuperanno di **identificare e reclutare le scuole secondarie di I grado** in collaborazione con l'Ufficio Scolastico Territoriale di riferimento. Verranno invitate a partecipare sia le scuole in cui il programma è già stato realizzato negli anni precedenti, sia quelle che non sono mai state coinvolte nel progetto. Si ipotizza di coinvolgere **20 plessi scolastici in totale (20-30 classi seconde)** sui territori di competenza delle ASL coinvolte. Nelle scuole aderenti al progetto verranno realizzate le seguenti azioni:
  - **distribuzione del Diario per gli studenti** nelle classi coinvolte nell'intervento,

- **distribuzione del Diario per i genitori** nelle classi coinvolte nell'intervento,
- **implementazione dell'intervento in classe** da parte degli insegnanti precedentemente formati (**5 unità didattiche di 2-3 ore ciascuno** da svolgere nell'arco di 3 mesi durante l'orario scolastico),
- **realizzazione di percorsi informativi – formativi per i genitori** degli studenti delle classi coinvolte (**almeno 1 incontro di due ore circa**) su temi relativi alla relazione con un figlio preadolescente, tenuti da operatori delle ASL coinvolte. In totale verranno realizzati **5/8 percorsi-informativi per 50 genitori**. Tali percorsi verranno promossi dalla scuola in collaborazione con gli operatori socio-sanitari referenti locali. Ai genitori verrà somministrato un **questionario di gradimento e di apprendimento**.
- **Coordinamento e monitoraggio per tutta la durata del progetto.** Il gruppo di coordinamento che svolgerà queste funzioni sarà composto dal responsabile del progetto e dai referenti delle ASL coinvolte. Il Coordinamento si avvarrà di un collaboratore esterno da individuare secondo le disposizioni e le normative vigenti in materia. Saranno previste **riunioni periodiche del gruppo di lavoro** per monitorare lo stato di avanzamento del progetto nei tempi e nei modi stabiliti.

Il **monitoraggio delle azioni** sarà effettuato attraverso:

- **Almeno 3 incontri del gruppo di coordinamento** per lo scambio e il confronto delle esperienze, la discussione delle criticità e delle problematicità, la supervisione delle azioni realizzate, la verifica del raggiungimento degli obiettivi previsti e del rispetto dei criteri metodologici, il sostegno alla progettazione e alla realizzazione delle azioni previste, l'analisi delle modalità di coinvolgimento delle scuole e degli enti che si occupano di pre-adolescenti in ambito extrascolastico.
- **Almeno 1 incontro a livello territoriale tra i componenti del gruppo di lavoro** per l'**accompagnamento e la supervisione degli insegnanti** durante l'implementazione dell'intervento in classe. Gli **operatori socio-sanitari sosterranno in loco gli insegnanti** sulla base delle indicazioni condivise con il gruppo di lavoro.
- **Schede di monitoraggio per gli insegnanti** da compilare al termine di ogni unità didattica svolta e a completamento dell'intero programma per ogni classe coinvolta, per raccogliere informazioni sulla qualità e completezza dell'implementazione, le difficoltà incontrate, il numero di studenti coinvolti. Le schede, già disponibili in quanto utilizzate nella precedente edizione, saranno scaricabili dal blog e raccolte



dagli operatori socio-sanitari referenti locali che provvederanno a fornirle al gruppo di lavoro.

- **Schede di monitoraggio per i referenti locali** da compilare al termine di ogni attività effettuata (ad esempio, presentazione del progetto alle scuole, corso di formazione per insegnanti, incontri dedicati ai genitori...) per raccogliere informazioni sull'andamento del progetto, la sua dimensione e copertura territoriale, le eventuali criticità, le modalità di realizzazione delle attività. Le schede, già predisposte nella precedente edizione, saranno disponibili sul blog e fornite al gruppo di lavoro.
- Al termine del progetto il gruppo di coordinamento organizzerà un **evento finale sotto forma di seminario o workshop** aperto agli operatori socio-sanitari referenti locali, agli insegnanti e educatori formati e a quanti sono interessati e impegnati a vario titolo in azioni di prevenzione e promozione della salute con i pre-adolescenti e adolescenti. L'evento finale rappresenterà l'occasione per mettere in comune le esperienze, per riflettere sui risultati ottenuti, per condividere le questioni aperte e le prospettive future. Sarà realizzato in collaborazione con l'Ufficio Scolastico Regionale e la Regione Piemonte, sarà accreditato ECM e ad accesso gratuito.
- **Comunicazione e disseminazione dei risultati:** l'azione di comunicazione esterna avverrà attraverso la diffusione da parte del gruppo di coordinamento di almeno **2 comunicati stampa** (uno in occasione del lancio del progetto, uno in occasione dell'evento finale), la **segnalazione dell'iniziativa alle scuole** da parte dell'Ufficio Scolastico Regionale, la **segnalazione agli operatori delle ASL regionali** da parte del Settore Prevenzione e Veterinaria della Regione Piemonte, la **segnalazione periodica a canali comunicativi online e cartacei interessati ai temi della salute e benessere e dei giovani** (ad esempio, giornali locali, siti web di cronaca locale, riviste specialistiche e divulgative...) La **diffusione dei risultati** avverrà inoltre attraverso la **presentazione del progetto in occasione di convegni e conferenze** e l'organizzazione dell'**evento finale**. I risultati verranno anche diffusi attraverso i canali utilizzati per le azioni di comunicazione. Il blog [www.diariodellasalute.it](http://www.diariodellasalute.it) costituirà uno strumento importante di **informazione e comunicazione sia interna che esterna** e sarà accessibile e consultabile liberamente da tutti gli utenti di Internet. Il blog è attualmente attivo e continuerà ad essere aggiornato. Si tratta di un canale comunicativo che permette non solo di presentare l'iniziativa, ma anche di mantenere e consolidare la rete degli insegnanti e degli operatori coinvolti. **L'immagine coordinata** utilizzata nell'ambito del precedente progetto verrà utilizzata per

ogni forma di comunicazione interna e esterna (ad esempio, logo, format power point...). Su tutti i materiali, sia quelli utilizzati per l'implementazione del programma, sia quelli utilizzati per la comunicazione e la diffusione dei risultati, sarà presente il **logo dell'ente finanziatore, dell'ente proponente e dei partner del progetto.**

## **Risultati Attesi**

---

I risultati attesi derivano dai risultati della prima e seconda valutazione scientifica effettuate sulle precedenti edizioni del programma:

- miglioramento del benessere percepito e delle capacità comunicative, sociali e emotive negli studenti coinvolti nell'intervento, con una ipotizzabile conseguente riduzione del rischio di coinvolgimento in comportamenti a rischio per la salute e il benessere psicosociale,
- aumento delle conoscenze su temi connessi alla pre-adolescenza e delle competenze comunicative, sociali e emotive dei genitori coinvolti nel programma con un conseguente miglioramento della qualità della relazione e della comunicazione tra genitori e figli,
- miglioramento del clima di classe e della qualità della relazione tra studenti e insegnanti con un conseguente aumento della soddisfazione per l'esperienza scolastica e una riduzione del rischio di insuccesso e abbandono scolastico e di coinvolgimento in comportamenti a rischio per la salute e il benessere psicosociale,
- aumento delle conoscenze su temi connessi alla pre-adolescenza e delle competenze di gestione delle dinamiche di gruppo in classe e di tematiche sensibili di interesse dei preadolescenti negli insegnanti e altri educatori coinvolti nella formazione e nell'implementazione del programma in ambito scolastico ed extra-scolastico, con un conseguente aumento del livello di partecipazione e di coinvolgimento in azioni di prevenzione e promozione della salute,
- miglioramento della capacità degli operatori socio-sanitari di implementare e monitorare interventi complessi in ambito scolastico ed extra-scolastico con un conseguente aumento dell'adesione e della copertura territoriale, non solo del programma in questione, ma anche di altri interventi di prevenzione e promozione della salute,
- creazione di una rete di operatori attivi nel settore della prevenzione e promozione della salute in adolescenza in grado di dialogare con il territorio, di agire in modo efficace ed efficiente, di pianificare e monitorare interventi di qualità, di progettare nuove iniziative basate sulle evidenze scientifiche e di cogliere le opportunità a livello regionale, nazionale ed europeo per la progettazione di iniziative future congiunte,

- rafforzamento dell'alleanza tra sanità, scuola e altri enti da individuare nell'ambito dei servizi rivolti a pre-adolescenti a rischio per la promozione di iniziative condivise, la costruzione di buone pratiche di promozione della salute e del benessere tra i pre-adolescenti, lo scambio di conoscenze e saperi,
- estensione e consolidamento della rete di scuole secondarie di I grado attive in Piemonte nella prevenzione e promozione della salute, in linea con quanto raccomandato e indicato dal progetto nazionale pluriennale "Scuola e Salute" ([www.scuolaesalute.it](http://www.scuolaesalute.it)), dai protocolli di intesa tra Regione Piemonte e Ufficio Scolastico Regionale in tema di promozione della salute, dai Profili di Salute di 45 scuole piemontesi ([www.scuolapromuovesalute.it/files/7-La-Scuola-che-promuove-salute.-Buone-pratiche-in-Piemonte--un-percorso-di-ricerca-azione.pdf](http://www.scuolapromuovesalute.it/files/7-La-Scuola-che-promuove-salute.-Buone-pratiche-in-Piemonte--un-percorso-di-ricerca-azione.pdf)) e dalla "Rete delle scuole che promuovono salute" ([www.schools-for-health.eu](http://www.schools-for-health.eu)).

## Durata

---

Il presente progetto ha una durata complessiva di 18 mesi (con data di inizio 1.10.2018 e data di fine 31.3.2020) e prevede 4 fasi principali:

- I fase: Formazione Retraining, formazione degli insegnanti, duplicazione dei materiali, (1.10.2018 – 31.03.2019)
- II fase: implementazione del programma a scuola e in contesti sperimentali (1.1.2019 – 31.12.2019)
- III fase: valutazione, realizzazione dell'evento finale (1.1.2020 – 31.3.2020)
- IV fase: coordinamento e monitoraggio delle attività, comunicazione e disseminazione dei risultati (1.10.2018 – 31.3.2020)

Cronoprogramma delle fasi di attività

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Fase I	x	x	x	x	x	x												
Fase II				x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x			
Fase III																x	x	x
Fase IV	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x

## Area di realizzazione

---

Il presente progetto ha dimensione regionale e si realizzerà nelle scuole localizzate nei seguenti territori di riferimento e competenza delle Aziende Sanitarie Locali coinvolte:

- ASL CN2: Alba
- ASL AL: Alessandria
- ASL Città di Torino: Torino
- ASL TO4: Ciriè, Chivasso, Ivrea
- ASL VC: Vercelli

## **Ente proponente e partner**

---

L'ente proponente è la Struttura Semplice Dipartimentale (SSD) Epidemiologia, promozione salute e coordinamento attività di prevenzione del Dipartimento di Prevenzione dell'ASL CN2 della Regione Piemonte ([www.aslcn2.it/prevenzione/epidemiologia](http://www.aslcn2.it/prevenzione/epidemiologia)). Tale struttura opera sul territorio di Alba - Bra nell'area della prevenzione e promozione della salute e della sorveglianza epidemiologica in un'ottica di sanità pubblica e di miglioramento dello stato di salute della popolazione. Da anni coordina progetti nazionali e regionali e ha curato il coordinamento e il monitoraggio della prima edizione del progetto "Diario della Salute. Percorsi di promozione del benessere tra i pre-adolescenti" finanziato nel 2011 dal CCM – Ministero della Salute, sia della seconda edizione, realizzata nel biennio 2015-2016, sostenuta dalla Fondazione CRT, dalla Regione Piemonte e dalla Regione Veneto. L'ente proponente ha quindi maturato le conoscenze, le competenze e l'esperienza per gestire l'implementazione e la valutazione del programma. Si è quindi ritenuto opportuno, in un'ottica di continuità, fattibilità e sostenibilità dell'iniziativa proposta, mantenere il coordinamento e la responsabilità operativa del progetto presso la SSD Epidemiologia, promozione salute e coordinamento attività di prevenzione del Dipartimento di Prevenzione dell'ASL CN2. Inoltre, il responsabile del presente progetto, dott.ssa Laura Marinaro, ha partecipato a numerosi programmi e iniziative di prevenzione e promozione della salute a livello locale, regionale e nazionale, cura la stesura del Piano Locale della Prevenzione, collabora, con la Regione Piemonte, alla stesura del Piano Regionale della Prevenzione e svolge ruoli di referente regionale e nazionale su temi connessi alla prevenzione.

L'ente proponente si occuperà del coordinamento e della supervisione scientifica del progetto, della gestione amministrativa e dell'attività di segreteria, del monitoraggio delle attività e dell'organizzazione dell'evento finale. Per lo svolgimento delle attività previste dal progetto l'ente proponente si avvarrà di risorse esterne.

Partner del progetto sono l'Ufficio Scolastico Regionale e la Regione Piemonte – Settore Prevenzione e Veterinaria. L'Ufficio Scolastico Regionale si occuperà di promuovere l'iniziativa tra gli insegnanti di scuola secondaria di I grado e la loro adesione al progetto. Inoltre, sosterrà la

formazione degli insegnanti, la creazione di reti di confronto e di scambio tra insegnanti, il consolidamento della collaborazione tra scuola e sanità. Il Settore Prevenzione e Veterinaria della Regione Piemonte si occuperà di sostenere l'implementazione del programma a livello regionale attraverso azioni di coordinamento e di integrazione, di favorire il coinvolgimento degli operatori socio-sanitari delle ASL regionali impegnati nella prevenzione e promozione della salute, di promuovere alleanze e sinergie con le istituzioni scolastiche e altri soggetti territoriali.

Le ASL della Regione Piemonte coinvolte nel presente progetto hanno già partecipato alle scorse edizioni del programma tranne la ASL TO4, che vedrà l'implementazione del programma per la prima volta. La partecipazione di soggetti già coinvolti in precedenza garantirà la fattibilità del progetto, in quanto gli operatori di appartenenza hanno condiviso un percorso comune di formazione, di aggiornamento e di crescita professionale che è fondamentale valorizzare. Nello stesso tempo si intendono però raggiungere nuovi territori. Si tratta di ASL caratterizzate da contesti di riferimento molto diversi tra loro in termini di organizzazione dei servizi sanitari, sviluppo di interventi di prevenzione e promozione della salute, iniziative e opportunità per la popolazione giovanile, tipologia e dimensioni del territorio (ad esempio, centri urbani di piccole o grandi dimensioni, grandi città...). Di conseguenza è utile indagare se e perché si ottengono i medesimi risultati o invece si evidenziano risultati differenti. Sulla base delle risorse disponibili, l'adesione al progetto potrà essere aperta anche ad ASL del Piemonte che non hanno partecipato alla precedente edizione.

### **Coerenza con le aree di interventi della Fondazione CRT**

---

Il presente progetto rientra nell'area di intervento della Fondazione CRT denominata "Ricerca e istruzione – Educazione, istruzione e formazione". Destinatari dell'iniziativa sono infatti gli studenti di scuola secondaria di I grado, i loro insegnanti/educatori e i loro genitori e in forma meno diretta gli operatori socio-sanitari. La collaborazione tra scuola e sanità permette di costruire un sistema educativo di qualità che promuove non solo la crescita culturale delle nuove generazioni, ma anche l'acquisizione di competenze extracurricolari e trasversali che sono utili al loro benessere e alla loro salute. Inoltre, il programma si svolge in stretta collaborazione con la Regione Piemonte e l'Ufficio Scolastico Regionale contribuendo in questo modo a promuovere nelle scuole la condivisione e la diffusione di buone pratiche, l'interesse a partecipare a programmi e progetti locali e nazionali, la creazione di reti, lo sviluppo di interventi di promozione del benessere e della salute, di prevenzione dei comportamenti a rischio e della dispersione scolastica.

## Sostenibilità

---

Il presente progetto è caratterizzato da un buon livello di sostenibilità in quanto basato su una serie di risorse già disponibili e quindi attivabili quali:

- la presenza di una rete regionale di scuole secondarie di I grado già coinvolte nella precedente edizione da mantenere e estendere,
- l'esistenza di una rete di insegnanti di scuola secondaria di I grado già formati nella precedente edizione da aggiornare e ampliare,
- la disponibilità di strumenti di monitoraggio e di valutazione già sperimentati e validati nella precedente edizione da duplicare,
- il sostegno dell'Ufficio Scolastico Regionale nella promozione dell'iniziativa in ambito scolastico e nel reclutamento delle scuole e degli insegnanti di scuola secondaria di I grado,
- il supporto della Regione Piemonte nella disseminazione dell'iniziativa a livello regionale,
- la disponibilità del blog [www.diariodellasalute.it](http://www.diariodellasalute.it) utilizzabile in modo semplice e veloce per azioni di informazione, comunicazione, disseminazione dei risultati, aggiornamento, raccolta dati di monitoraggio e di valutazione.

In secondo luogo, tale progetto avendo rilevanza territoriale, permette di soddisfare bisogni e problematiche avvertite sia dalla popolazione che dagli operatori che a vario titolo hanno a che fare con le nuove generazioni. Di conseguenza il presente progetto trova una sua giustificazione proprio nella possibilità di rispondere in modo diretto e immediato ai bisogni dei giovani e della loro comunità di appartenenza, inserendosi nelle attività raccomandate dal Piano Regionale di Prevenzione e dai Piani Locali di Prevenzione. Inoltre, il piano di comunicazione previsto mira a promuovere la sostenibilità futura del progetto rendendo noti i risultati ottenuti e le azioni realizzate nel contesto di riferimento e favorendo un clima di familiarità e di fiducia verso il progetto. Va segnalato a questo proposito che in Veneto, regione coinvolta nella prima e nella seconda edizione, il programma continua ad essere realizzato grazie alla disponibilità da parte degli operatori socio-sanitari-referenti territoriali di formare gli insegnanti e alla disponibilità economica della Regione e di alcune scuole, che hanno messo in sinergia le risorse, di duplicare a spese proprie i materiali didattici. Per stimolare le scuole piemontesi ad andare in questa direzione, sono stati messi a budget più materiali di quelli necessari a raggiungere i numeri di destinatari ipotizzati. In una prospettiva futura, infatti, l'investimento di risorse per la continuità del progetto potrebbe essere notevolmente inferiore in quanto potrebbero essere sufficienti la duplicazione dei materiali e un'azione centrale di coordinamento e monitoraggio dell'implementazione del programma a livello regionale. Avendo già valutato il programma e la sua efficacia, la nuova edizione metterà più risorse sulla disseminazione

del programma, con conseguente reclutamento e formazione di nuovi insegnanti, e al monitoraggio della qualità dell'implementazione. Il programma "Diario della Salute. Percorsi di promozione del benessere tra i pre-adolescenti" potrebbe essere inserito nell'attività ordinaria delle ASL così come nei Piani Locali della Prevenzione in modo da diventare un'offerta stabile e continua che viene erogata alle scuole secondarie di I grado.

Infine, saranno utili alla sostenibilità futura del progetto le reti e le sinergie che verranno promosse così come l'apertura a nuove collaborazioni che il gruppo di lavoro aprirà con alcuni soggetti del terzo settore.

## **Costi**

---

Il costo totale del progetto alla luce del finanziamento concesso dalla Fondazione CRT è di 36.500,00 euro. Il contributo della Fondazione CRT è di 15.000,00 euro. Il cofinanziamento dell'ente proponente è di 8.300,00 euro; mentre il cofinanziamento delle ASL Città di Torino - AL - VC - TO4 è di 3.300,00 euro ciascuno. Vedi Scheda Budget progetto.

## **Bibliografia**

---

Campbell M, Fitzpatrick R, Haines A, Kinmonth AL, Sandercock P, et al. (2000). Framework for design and evaluation of complex interventions to improve health. *British Medical Journal*, 321: 694–696.

Cicognani E, Baldazzi M, Cerchierini L (2005). *Lavorare con i genitori di adolescenti. Metodi e strategie di intervento*. Roma: Carocci.

Dors (2009). *Guadagnare Salute in adolescenza: ricognizione delle esperienze di prevenzione e promozione della salute in Italia*. Disponibile su [http://www.dors.it/public/ar3601/REPORT\\_progettoAdolescenti.pdf](http://www.dors.it/public/ar3601/REPORT_progettoAdolescenti.pdf)

Faggiano F, Allara E, Molinar R, Giannotta F, Sumnall H, Wiers R, Michie S, Collins L, Conrod P (in stampa). Europe needs a central, transparent, and evidence-based approval process for behavioural prevention interventions, *PLOS Medicine*.



**Scheda Budget Progetto "Diario della Salute - Percorsi di promozione del benessere tra i pre-adolescenti - III Edizione"**  
**Durata del progetto = 18 mesi (1.10.2018 - 31.3.2020)**

Attività	Professione	Quantità	Costo Orario €	ASL CN 2	ASL CITTA' DI TORINO	ASL AL	ASL VC	ASL TO 4	Richiesta di finanziamento	Unitario
<b>Coordinamento progetto</b>										
	Coordinatore Scientifico ASL CN 2 Medico	150	€ 50,00	€ 7.500,00						€ 7.500,00
	Collaboratore esterno	100	€ 25,00						€ 2.500,00	€ 2.500,00
	Operatore ASL Dirigente Medico	50	€ 50,00		€ 2.500,00	€ 2.500,00		€ 2.500,00		€ 7.500,00
	Operatore ASL Dirigente Psicologa	50	€ 50,00				€ 2.500,00			€ 2.500,00
	<b>Totale</b>			<b>€ 7.500,00</b>	<b>€ 2.500,00</b>	<b>€ 2.500,00</b>	<b>€ 2.500,00</b>	<b>€ 2.500,00</b>	<b>€ 2.500,00</b>	<b>€ 20.000,00</b>
<b>Azioni di progetto</b>										
	Aggiornamento e duplicazione kit didattico (Diario dei ragazzi, Diario dei genitori, Quaderni insegnanti)		€ 6.500,00						€ 6.500,00	€ 6.500,00
	Percorsi formativi per insegnanti ed educatori extrascolastici	2 operatori per ciascuna ASL	16	€ 50,00	€ 800,00	€ 800,00	€ 800,00	€ 800,00	€ 800,00	€ 4.000,00
	Formazione- Retraining/Assistenza/Supervisione agli operatori dei territori	Esperto in processi partecipati	40	€ 50,00					€ 2.000,00	€ 2.000,00
	<b>Totale</b>			<b>€ 800,00</b>	<b>€ 800,00</b>	<b>€ 800,00</b>	<b>€ 800,00</b>	<b>€ 800,00</b>	<b>€ 8.500,00</b>	<b>€ 12.500,00</b>
<b>Comunicazione</b>										
	Aggiornamento dominio, grafico e contenuti del blog "Diario della Salute Online", comunicazione esterna e disseminazione risultati								€ 500,00	€ 500,00
	<b>Totale</b>			<b>€ -</b>	<b>€ -</b>	<b>€ -</b>	<b>€ -</b>	<b>€ -</b>	<b>€ 500,00</b>	<b>€ 500,00</b>
<b>Valutazione</b>										
	Valutazione quali-quantitativa di processo e di risultato (trasformato in monitoraggio)	Collaboratore esterno	100	€ 25,00					€ 2.500,00	€ 2.500,00
	<b>Totale</b>								<b>€ 2.500,00</b>	<b>€ 2.500,00</b>
<b>Varie costi unitari</b>										
	Seminario finale								€ 1.000,00	€ 1.000,00
				€ -	€ -	€ -	€ -	€ -	€ 1.000,00	€ 1.000,00
	<b>Totale COSTI</b>			<b>€ 8.300,00</b>	<b>€ 3.300,00</b>	<b>€ 3.300,00</b>	<b>€ 3.300,00</b>	<b>€ 3.300,00</b>	<b>€ 15.000,00</b>	<b>€ 36.500,00</b>
	<b>Totale a carico ASL CN2</b>			<b>€ 8.300,00</b>						
	<b>Totale a carico ASL Città di Torino</b>				<b>€ 3.300,00</b>					
	<b>Totale a carico ASL AL</b>					<b>€ 3.300,00</b>				
	<b>Totale a carico ASL VC</b>						<b>€ 3.300,00</b>			
	<b>Totale a carico ASL TO4</b>							<b>€ 3.300,00</b>		
	<b>Totale richiesto alla Fondazione CRT</b>								<b>€ 15.000,00</b>	



## Appendice

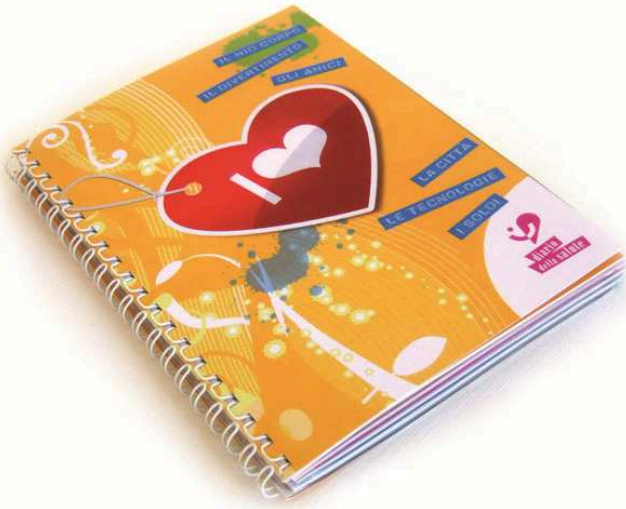


Fig. 1 – Diario per gli studenti “I love. Io scelgo per me” (formato chiuso: 12X17, 60 facciate, pagine adesive, bustine trasparenti, poster)



Fig. 2 – Diario per i genitori “Dalla parte dei genitori. Crescere insieme ai figli” (formato chiuso: 12X17, 104 facciate, 4 divisori interni)

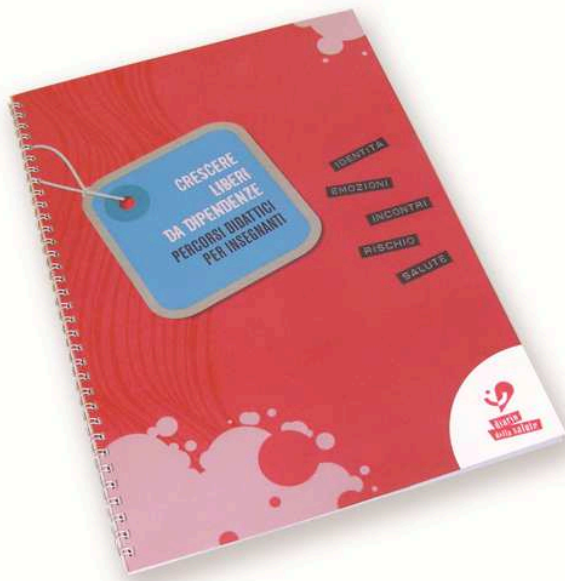


Fig. 3 – Quaderno per l’insegnante “Crescere liberi da dipendenze. Percorsi didattici per insegnanti” (formato chiuso: 21X29, 26 facciate)

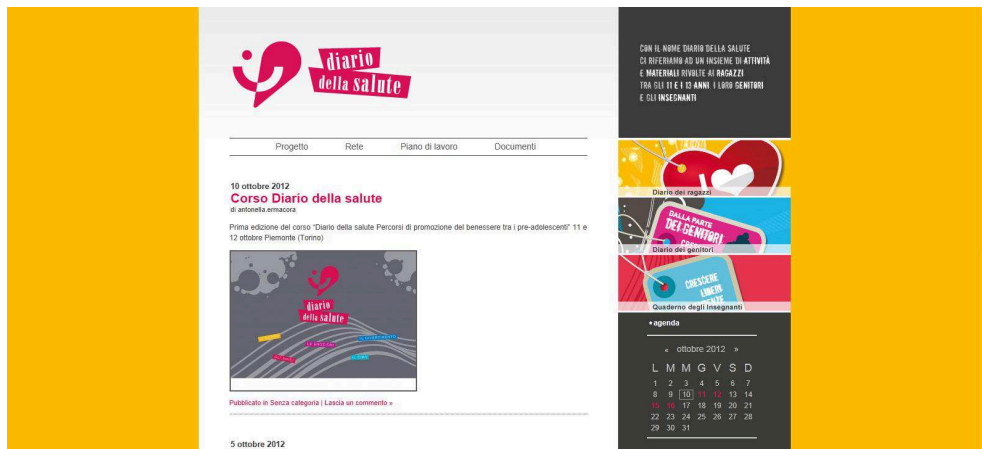


Fig. 4 – [www.diariodellasalute.it](http://www.diariodellasalute.it)



Fig. 5 – Attività in classe



Fig. 6 – Formazione degli insegnanti e degli operatori socio-sanitari