



Diario della Salute. Percorsi di promozione del benessere tra i pre-adolescenti

IV Edizione

INTRODUZIONE

“Diario della Salute. Percorsi di promozione del benessere tra i pre-adolescenti” è un programma di promozione della salute rivolto ai ragazzi del II anno della Scuola secondaria di I grado e ai loro insegnanti e genitori, che affronta i temi legati ai principali cambiamenti che intervengono in età puberale. Il programma è stato pensato per promuovere il benessere e ridurre l’insorgere di comportamenti a rischio dei pre-adolescenti, stimolando il confronto e il dialogo aperto tra ragazzi e adulti di riferimento e aumentando conoscenze, abilità e competenze di tutti i destinatari, in particolare: le life skills dei ragazzi; le capacità di comunicazione e di relazione dei genitori con i figli preadolescenti; la capacità degli insegnanti di adottare metodologie didattiche efficaci nell’ambito della promozione della salute.

Nel panorama italiano, Diario di Salute è uno dei rari progetti dedicati alla pre-adolescenza, una fase strategica per gli interventi di prevenzione e di promozione della salute, sia perché i comportamenti a rischio più diffusi (fumo, consumo di alcolici...) nella maggior parte dei casi hanno inizio durante l’adolescenza (Bonino e Cattelino, 2007; Cavallo et al., 2014), sia perché è un periodo caratterizzato da rilevanti cambiamenti fisici e psicologici (Cavallo et al., 2014) che richiede l’acquisizione di competenze sociali, cognitive ed emotive per affrontare in modo adeguato importanti compiti di sviluppo (Palmonari, 2011; Arnett, 2004). Inoltre, mentre la maggior parte degli interventi di prevenzione si focalizza sui singoli comportamenti a rischio, il programma è fedele alle raccomandazioni delle evidenze scientifiche che indicano come più efficace lavorare “simultaneamente su una molteplicità di fattori di rischio e di protezione che possono svolgere il ruolo di precursori o mediatori dei comportamenti problematici che hanno l’obiettivo di aumentare la capacità di resilienza degli adolescenti, di promuovere relazioni familiari positive, di potenziarne le capacità sociali e emotive e di migliorarne l’esperienza scolastica” (Beccaria et al., 2018: 224).

Il programma si basa dunque sul presupposto che la promozione della salute psicofisica non si persegue solo fornendo informazioni sui rischi, ma anche e soprattutto favorendo l’acquisizione di competenze socio-emotive e relazionali imprescindibili per il benessere psicologico e sociale. Il modello di promozione della salute adottato, raccomandato dall’Organizzazione Mondiale della Sanità (WHO, 1994), è quello basato sullo sviluppo delle *Life Skills*, letteralmente “competenze di vita”, che sono le capacità di adattamento e di comportamento positivo utili ad affrontare in maniera



efficace i diversi problemi quotidiani che possono presentarsi sul piano personale, relazionale e sociale. Si tratta di competenze cognitive, emotive e sociali che consentono di fare fronte alle richieste dell'ambiente esterno e che non sono predisposizioni innate, ma possono essere rafforzate da esperienze e interventi mirati a promuoverne un efficace utilizzo. Un altro presupposto metodologico fondante del progetto e basato sulle evidenze (Poland, Krupa, McCall, 2009) è il coinvolgimento integrato di tutti i principali adulti di riferimento (in particolare genitori e insegnanti) e la collaborazione della rete territoriale attiva in particolare tra operatori sanitari e insegnanti.

Diario di Salute costituisce un'esperienza innovativa a livello nazionale anche perché è uno dei pochi programmi che è stato manualizzato e valutato. **Due studi di valutazione dell'efficacia** di Diario della Salute sono stati coordinati rispettivamente dall'Università del Piemonte Orientale "Amedeo Avogadro" (Dipartimento di Medicina Traslazionale) e dall'Università degli Studi di Torino (Dipartimento di Psicologia)¹. I risultati del primo studio (non-randomizzato a cluster e condotto su 2.630 studenti) hanno messo in evidenza che questo programma:

- è ritenuto dagli insegnanti sostenibile e adatto al contesto scolastico;
- aumenta nei pre-adolescenti la consapevolezza del proprio stato di benessere;
- non presenta effetti indesiderati (aspetto cruciale e non scontato dei programmi di prevenzione);
- utilizza materiali adatti alla popolazione target in termini di linguaggio e stile comunicativo e dal punto di vista metodologico e operativo.

La seconda valutazione, uno studio sperimentale condotto per la II Edizione di DDS (relativamente all'A.S. 2015-16) in due regioni italiane (Piemonte e Veneto), ha coinvolto complessivamente 2.078 giovani e ha evidenziato 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.

Lo studio ha anche evidenziato un'apparente riduzione del benessere soggettivo nei soggetti

¹ I report dei due studi sono disponibili sul sito web del programma Diario della Salute, alla sezione dedicata "Valutazioni": <https://diariodellasalute.it/valutazioni/>.



sottoposti all'intervento, che ragionevolmente riflette un aumento delle competenze emotive (in primis la consapevolezza), che sono positivamente associate allo stato di benessere nel corso di vita (Allara et al. 2018).

Nel 2019, superando una rigorosa valutazione del comitato scientifico, il programma è stato inserito nel Registro dei programmi basati su evidenze dell'Osservatorio Europeo sulle Droghe (EMCDDA) (https://www.emcdda.europa.eu/best-practice/xchange/my-health-diary-school-based-programme-enhance-subjective-well-being-and-health-strengthening-emotional-and-social-skills-and-parent-child-relationships_en).

BREVE STORIA DEL PROGETTO

La **prima edizione** del programma Diario della Salute è stata implementata nell'anno scolastico A.S. 2012-2013 in cinque regioni italiane grazie alla scelta della Regione Piemonte di presentare il progetto al bando del Programma 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). Il coordinamento è stato affidato con Delibera della Regione Piemonte alla Struttura Semplice Dipartimentale Epidemiologia del Dipartimento di Prevenzione dell'ASL CN2 nella persona della dott.ssa Laura Marinaro (soggetto proponente). Il programma ha formato complessivamente 125 operatori socio-sanitari e 191 insegnanti e coinvolto 1.763 studenti e 418 genitori.

Sulla base della valutazione della prima edizione sono stati apportati al programma alcuni correttivi atti a focalizzare 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. Si è anche deciso di 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) e di fornire loro accompagnamento e supervisione.

Nell'anno scolastico 2015-2016 è stata così realizzata una **seconda edizione** aggiornata nelle regioni Piemonte e Veneto, grazie al 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 nella seconda edizione sono stati formati altri 28 operatori socio-sanitari e 75 insegnanti di scuola secondaria di I grado e coinvolti 1.030 studenti e 315 genitori.



Tra il 2018 e il 2020, grazie al contributo della CRT, è stato possibile riprodurre ancora una volta il programma “Diario della Salute. Percorsi di promozione del benessere tra i pre-adolescenti”. La **terza edizione** è stata estesa a nuove scuole dei territori delle ASL della Regione Piemonte (ASLCN2, ASL Città di Torino, ASL TO4, ASL VC, ASL AL). Complessivamente negli anni scolastici 2018-19 e 2019-20 sono state realizzate 8 edizioni del corso di formazione e sono stati formati 106 insegnanti. L’intervento è stato attuato in 30 istituti, coinvolgendo circa 1.882 studenti.

Il programma Diario della Salute è stato inserito tra gli interventi previsti dal Piano Regionale della Prevenzione 2014-2018 (DGR n.25-1513 del 3.6.2015), prorogato al 2019 (DGR n.27-7048 del 14.6.2018), prevedendo iniziative formative rivolte agli operatori referenti della promozione della salute e a cascata agli insegnanti delle scuole partecipanti, interventi nelle classi a cura degli insegnanti formati e incontri con i genitori. Nel 2019 la Regione Piemonte ha coperto i costi di duplicazione del Kit didattico (vedere a seguire) per consentire l’attuazione del programma in tutti i territori di competenza delle ASL. **Nel 2020 il programma DDS è inserito nella programmazione delle attività per le scuole** (Programma 1 - Guadagnare Salute Piemonte: Scuole che promuovono la salute) approvato con DD n. 632/A1400A/2020 del 23.6.2020. Anche in Liguria e in Veneto il programma continua ad essere realizzato in maniera capillare e continuativa.

Nell’anno in corso, il lock-down conseguente alla pandemia da Covid 19, ha evidentemente rallentato le attività del progetto; pur tuttavia diversi insegnanti, riconoscendo in Diario della salute un valido supporto per il benessere degli alunni, e non avendo a disposizione altri strumenti relazionali, si sono cimentati nel realizzare con le classi alcune unità a distanza, con successo.

Da questa esperienza deriva la richiesta da parte degli insegnanti stessi di sviluppare ulteriormente il programma Diario della Salute in una versione digitale e interattiva: l’operazione è stata avviata nel 2022 ed è inserita sulla piattaforma ProSa (scheda progetto numero 6216). Per un approfondimento delle edizioni precedenti del programma Diario della Salute, è possibile consultare le schede su ProSa e la relativa documentazione allegata: seconda edizione DDS (A.S. 2015-2016, scheda progetto 4852), sottoposta a valutazione di efficacia; terza edizione DDS (2018- 2021, scheda progetto 5163). Su ProSa sono inoltre presenti le schede inserenti le AASSLL piemontesi partecipanti al progetto (ASL Città di Torino, TO4, TO5, CN1, VC, ASL AL).

DESCRIZIONE DEL PROGRAMMA- VERSIONE ATTUALE

La versione più aggiornata del Programma “Diario della Salute. Percorsi di promozione del benessere tra i pre-adolescenti” comprende:



❖ 3 percorsi:

- **cinque unità didattiche ludico-educative di 2-3 ore ciascuna**, basate su metodi partecipati e centrate sullo sviluppo e potenziamento delle competenze socio-emotive (o *life-skill*) dei pre-adolescenti. Le attività, da realizzare in classe, sono pensate per stimolare gli studenti a riconoscere le emozioni, i cambiamenti e i bisogni tipici di questa fase della vita e a riflettere sui potenziali rischi connessi alla preadolescenza;
- **un percorso formativo e di supervisione per insegnanti**, finalizzato a informare e sensibilizzare sui temi relativi al benessere in pre-adolescenza, fornire conoscenze e gli strumenti per una corretta e fedele implementazione del programma in classe, illustrare i materiali del programma e il loro utilizzo. Il corso è realizzato con metodologia didattica attiva che prevede il coinvolgimento degli insegnanti e la sperimentazione in prima persona delle attività didattiche, ed è seguito da azioni specifiche di accompagnamento e supervisione;
- **un percorso informativo - formativo per genitori** di studenti che frequentano il secondo anno della scuola secondaria di I grado, che comprende 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.

❖ 3 materiali didattici e informativi cartacei:

- un **Quaderno per gli insegnanti** che fornisce le indicazioni metodologiche e operative per lo svolgimento delle unità didattiche da realizzare in classe. Il quaderno contiene inoltre 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;
- 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. Lo stile, che prende la forma di un diario collettivo nel quale i personaggi dialogano tra loro lungo un intero anno scolastico, favorisce l'immedesimazione nelle storie raccontate e la riflessione sulle proprie emozioni e il proprio stile di vita. Il diario è suddiviso in quattro capitoli, ognuno dei quali affronta in particolare un argomento: i cambiamenti della pubertà (fisici e psicologici), le relazioni sociali (ad es. il bullismo, i social network...), i comportamenti a rischio (ad es. il fumo di sigarette, il consumo di sostanze psicoattive, l'uso della tecnologia...),



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;

- un **Diario per i genitori** di studenti del secondo anno della scuola secondaria di I grado che racconta le esperienze e le emozioni di un papà e di una mamma di un figlio preadolescente. Anche questo diario è suddiviso in quattro capitoli, ognuno dei quali rappresenta un aspetto importante dello sviluppo psico-fisico dei pre-adolescenti (la sessualità, gli amici, l'alcol e le sostanze psicoattive, il rapporto con il cibo e con la tecnologia) con l'obiettivo di stimolare il genitore a riconoscere e gestire le emozioni vissute nella relazione con il figlio preadolescente e a sviluppare modalità efficaci di comunicazione. Il Diario contiene inoltre 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...).

❖ un sito web:

- il **blog** www.diariodellasalute.it, diario online in cui gli studenti, i genitori e gli insegnanti possono raccontare, commentare e condividere le esperienze vissute durante lo svolgimento del programma. Il blog contiene anche informazioni sul programma e tutti i materiali didattici, ha una valenza nazionale e rappresenta anche uno strumento di condivisione tra le azioni fatte nelle varie regioni.

RAZIONALE

La richiesta di realizzazione delle attività incluse nella presente proposta è emersa dagli stessi insegnanti, che durante la chiusura delle scuole dovuta alle misure straordinarie adottate dal Governo per limitare la diffusione del Covid-19 hanno portato i loro bisogni agli operatori socio-sanitari della rete di Diario della Salute.

Gli insegnanti hanno segnalato che l'interruzione delle lezioni in presenza e l'adozione della didattica a distanza hanno creato non poche difficoltà ai pre-adolescenti, tra le quali la mancanza di relazione tra pari e la difficoltà a gestire le paure e le emozioni derivanti dall'eccezionalità della situazione. Queste impressioni trovano conferma nei primi dati disponibili sull'impatto dello stato di emergenza sul benessere dei bambini e degli adolescenti. Una ricerca condotta dall'USSL di Salerno³ a maggio-giugno 2020 su un campione di 6.626 studenti (il 28,1% dei quali frequentanti la scuola secondaria di I grado) ha evidenziato che, durante il lockdown, il 51,5% degli studenti della

scuola secondaria di I grado durante il lockdown si è sentito annoiato, il 23,8% ha provato rabbia, il 20,5% ha provato tristezza. Il 56,2% si è dichiarato preoccupato di contrarre il virus, il 56,4% si è sentito stressato dall'emergenza, il 12,8% ha sperimentato disturbi del sonno, il 13,4% ha provato un'ansia intensa o molto intensa. 2 rispondenti su 10 del campione generale hanno sperimentato sentimenti di solitudine nei confronti dei compagni e infelicità e tristezza a causa di questa lontananza. Sempre tra gli studenti della scuola secondaria di I grado vi è una diffusa percezione che a causa dell'emergenza siano aumentati i comportamenti a rischio tra amici e coetanei: il 14,5% pensa che siano aumentati gli stati depressivi, il 15,8% i disturbi alimentari, il 6,1% gli atti di autolesionismo, il 7,8% il consumo di tabacco, il 2,9% il consumo di alcolici, il 5,6% il gioco d'azzardo. Infine il 28,9% degli alunni delle scuole medie prova incertezza per il futuro. Un'indagine svolta dall'Ospedale Gaslini⁴ ha evidenziato che nella fascia di età 6-18 anni i disturbi più frequenti sono stati l'ansia e una significativa alterazione del ritmo del sonno. “È stata inoltre riscontrata una aumentata instabilità emotiva con irritabilità e cambiamenti del tono dell'umore” (p. 5).

Dal momento che “Diario della salute” ha tra i suoi obiettivi la gestione delle emozioni e delle dinamiche relazionali in classe, nei mesi del lockdown alcuni degli insegnanti formati che già utilizzavano “Diario della Salute” hanno improvvisato un adattamento del programma alla didattica distanza, mentre in molti, insegnanti e operatori, hanno espresso l'esigenza di integrare le unità didattiche con attività specifiche per affrontare le difficoltà individuali e di gruppo emerse in questa situazione, e in particolare:

- il bisogno di supporto per gestire la ripresa delle lezioni in aula o online
- il bisogno di strumenti che favoriscano la socializzazione (e non solo l'apprendimento) a distanza.

OBIETTIVI

Il gruppo di coordinamento ha accolto le richieste pervenute dagli insegnanti della rete Diario della Salute nella presente proposta, dove vengono previste alcune azioni per **rispondere ai bisogni emersi in relazione alla chiusura delle scuole**, tenuto conto del fatto che Diario della salute, come in precedenza descritto, è inserito nel Piano Regionale di Prevenzione e che potrebbe essere svolto nel programma scolastico di educazione civica. La presente proposta, oltre che voler rispondere tempestivamente ai bisogni emersi a seguito dell'emergenza sanitaria, prevede anche la realizzazione di uno studio di fattibilità in grado di rispondere ad un obiettivo di lungo periodo, ovvero la trasformazione di Diario della Salute in un programma digitale (ad esempio sito o app),



obiettivo che richiederà la costituzione di una cordata tra più Enti che stiamo contattando.

DESTINATARI

Destinatari diretti:

- Indicativamente 500 studenti di classe seconda di scuola secondaria di I grado del Piemonte (20/25 classi seconde) coinvolti nell'intervento in classe e a cui viene dato accesso tramite il blog al "Diario per gli studenti",
- 300 genitori di studenti di classe seconda di scuola secondaria di I grado del Piemonte a cui viene dato tramite il blog accesso al "Diario per i genitori",
- 70 genitori² di studenti di classe seconda di scuola secondaria di I grado del Piemonte partecipanti al percorso informativo – formativo.

Indiretti:

- 10 operatori sanitari delle AASSLL del Piemonte impegnati nell'implementazione del programma che svolgono la funzione di referenti locali;
- 20/25 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.

AZIONI

La presente proposta comprende sei azioni principali:

1. **Elaborazione di una nuova unità didattica**, che diventerà quella iniziale, dedicata alla rielaborazione del vissuto durante il lockdown. L'unità sarà pensata per poter essere svolta in presenza o a distanza e avrà lo scopo di aiutare i pre-adolescenti ad attuare delle strategie per adattarsi ai cambiamenti improvvisi fronteggiando incertezza, paure (inclusa quella della morte) e distacco (dalle abitudini quotidiane, dagli amici, da eventuali persone care decedute...). L'elaborazione, così come l'adattamento di cui al punto 2, sarà a cura di un'equipe multiprofessionale che includa competenze sociologiche, psicologiche, pedagogiche, di promozione della salute, di comunicazione.
2. **Adattamento delle unità didattiche** per l'utilizzo nella didattica a distanza. L'azione avrà l'obiettivo di fornire agli insegnanti indicazioni teoriche e pratiche su come svolgere alcune delle "piste didattiche" (attività ludiche e partecipate) di Diario della Salute online.

² 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.



L'adattamento sarà pensato non solo allo scopo di rispondere ad una eventuale situazione di nuova chiusura, ma anche più in generale per offrire agli insegnanti la possibilità di sperimentare l'efficacia e il gradimento di alcune attività con l'ausilio dei media digitali, che potrebbero essere utilizzati proficuamente, a integrazione del programma in classe, indipendentemente dall'emergenza. La scelta delle unità che si prestano a questo tipo di adattamento verrà effettuato insieme al gruppo di coordinamento regionale, indicativamente si prevede l'integrazione di 3 unità didattiche.

3. **Percorso formativo per operatori della prevenzione** della rete regionale Diario della Salute. Il corso, della durata di 6/8 ore, sarà pensato per essere realizzato in presenza o online. Il corso sarà gestito da due docenti esperti sul tema della promozione della salute e in *media education* e prevedrà la somministrazione di un questionario di gradimento finale. Il corso rappresenterà un importante momento di aggiornamento e condivisione tra operatori che contribuirà a rinforzare la rete territoriale di esperti.
4. **Sperimentazione a scuola e monitoraggio.** L'unità didattica aggiuntiva e le unità modificate per la realizzazione a distanza saranno sperimentate sia nelle scuole piemontesi già coinvolte nell'adozione di Diario della Salute che in nuovi istituti. Saranno inoltre messe a disposizione delle altre Regioni che realizzano il programma. Per monitorare la fattibilità, il gradimento e l'efficacia del programma rinnovato, e in particolare delle unità didattiche online, saranno messe in campo azioni e strumenti specifici quali:
 - a. schede di monitoraggio per insegnanti da compilare al termine di ogni nuova unità didattica svolta 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 nelle edizioni precedenti, saranno scaricabili dal blog e raccolte dagli operatori sanitari referenti locali che provvederanno a fornirle al gruppo di lavoro;
 - b. schede di monitoraggio per i referenti locali da compilare al termine di ogni attività effettuata con le scuole (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;
 - c. almeno 2 riunioni del gruppo di coordinamento (composto dal responsabile del progetto e dai referenti delle ASL coinvolte) 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;

d. almeno 1 incontri tra gruppo di coordinamento e operatori sanitari deputati all'accompagnamento degli insegnanti.

5. **Comunicazione.** Le attività della presente proposta prevedono, oltre il rinnovo del dominio, un aggiornamento del blog www.diariodellasalute.it sia rispetto alla sezione Documenti (dove verranno caricate le nuove unità didattiche) sia rispetto alle azioni di aggiornamento locali attraverso la pubblicazione di post. I risultati del progetto saranno inoltre diffusi attraverso un report e un *webinar* dedicato a operatori della prevenzione e insegnanti.

RISULTATI ATTESI

I risultati attesi poggiano sulle valutazioni scientifiche effettuate nelle precedenti edizioni del programma con l'aggiunta degli elementi di novità introdotti dalla presente proposta:

- miglioramento delle capacità comunicative, sociali e emotive negli studenti coinvolti, e conseguente riduzione del disagio e del rischio di coinvolgimento in comportamenti a rischio per la salute e il benessere psicosociale; miglioramento delle capacità di affrontare i cambiamenti (personali e ambientali), con particolare riferimento all'esperienza vissuta a causa dell'emergenza Covid-19;
- miglioramento del clima di classe e della qualità della relazione tra studenti e insegnanti con un conseguente aumento della soddisfazione per l'esperienza scolastica (inclusa quella a distanza);
- mantenimento e rafforzamento della rete di operatori attivi nel settore della prevenzione e promozione della salute in adolescenza in grado di pianificare e monitorare interventi di qualità che sfruttino le potenzialità dei nuovi mezzi di informazione e comunicazione;
- 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", 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 e dalla "Rete delle scuole che promuovono salute" (<https://www.schoolsforhealth.org/>).

DURATA

Il presente progetto ha una durata complessiva di 18 mesi che saranno calcolati a partire dall'assegnazione del contributo. Indicativamente si prevedono 4 fasi temporali principali parzialmente sovrapposte:

- I fase: Elaborazione della nuova unità didattica (3 mesi)
- II fase: Adattamento delle unità didattiche sperimentali (4 mesi)
- III fase: Formazione operatori sanitari (3 mesi)
- IV fase: Sperimentazione a scuola e monitoraggio (8 mesi)
- V fase: Comunicazione e disseminazione dei risultati (16 mesi)

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															
Fase II			x	x	x	x												
Fase III							x	x	x									
Fase IV									x	x	x	x	x	x	x	x		
Fase V			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 territori di competenza delle Aziende Sanitarie Locali della Regione Piemonte.

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 in stretta sinergia con il Settore Prevenzione e Veterinaria della Regione Piemonte (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 di tutte le edizioni del programma "Diario della Salute. Percorsi di promozione del benessere tra i pre-adolescenti" citate nella presente proposta. 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 del *webinar* finale. Per lo svolgimento delle attività previste dal progetto l'ente proponente si avvarrà di risorse esterne.

Partner del progetto è la Regione Piemonte - Direzione Sanità e Welfare - Settore Prevenzione e Veterinaria. L'Ufficio Scolastico Regionale sosterrà l'iniziativa tra gli insegnanti di scuola secondaria di I grado e la loro adesione al progetto, la loro formazione, la creazione di reti di confronto e di scambio tra questi, 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 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 si impegneranno ad implementare il programma nei territori di competenza. 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...).

Coerenza con le aree di interventi della Fondazione CRT

La presente proposta rientra nell'area di intervento della Fondazione CRT denominata "Welfare e Territorio – Salute Pubblica", il cui obiettivo corrisponde alla priorità del presente bando di "promuovere il welfare di comunità in un'ottica di inclusione e di coesione", attraverso "interventi e misure di contrasto al disagio giovanile". Il progetto mira infatti ad aumentare il benessere dei pre-



adolescenti e le *life-skills* necessarie ad affrontare positivamente le criticità legate a un'età che pone rischi e sfide tipici di una fase di transizione immediatamente precedente al periodo in cui generalmente si adottano per la prima volta i comportamenti a rischio più diffusi nella popolazione giovanile. Tra le sfide che i pre-adolescenti devono affrontare, in questa edizione rinnovata, troverà uno spazio specifico anche l'esperienza del *lockdown* e della chiusura delle scuole dovute alle misure straordinarie adottate dal governo per contrastare il diffondersi de Covid-19 che ha avuto, secondo il parere degli esperti e dei primi dati disponibili, non poche conseguenze in termini di disagio psicologico.

Sostenibilità

Il presente progetto è caratterizzato da un elevato 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 nelle precedenti edizioni;
- l'esistenza di una rete di insegnanti di scuola secondaria di I grado già formati nelle precedenti edizioni, da aggiornare in base ai bisogni espressi;
- la disponibilità di strumenti di monitoraggio e di valutazione già sperimentati e validati nelle precedenti edizioni;
- 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 che con specifico provvedimento ha promosso l'adozione del programma su tutto il territorio regionale (DD n. 632/A1400A/2020 del 23.6.2020);
- la disponibilità del blog 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, il presente progetto trova una sua giustificazione proprio nella possibilità di rispondere in modo diretto e immediato ai bisogni espressi direttamente dagli operatori del territorio che lavorano a stretto contatto con ragazze e ragazzi, inserendosi nelle attività raccomandate dal Piano Regionale di Prevenzione e dai Piani Locali di Prevenzione e potendo contare su un clima di familiarità e di fiducia verso il progetto. Infine la proposta include lo studio di fattibilità relativo alla digitalizzazione del programma DDS. Questa azione rappresenta il presupposto necessario a un'azione progettuale più ampia (che richiederà il sostegno economico di una partnership più



estesa) che renderà Diario della Salute più accessibile e sostenibile, abbattendo altresì i costi di duplicazione del materiale cartaceo.

Costi

Il costo totale del progetto alla luce del finanziamento concesso dalla Fondazione CRT è di 23.800,00 euro. Il contributo della Fondazione CRT richiesto è di 15.000,00 euro. Il cofinanziamento dell'ente proponente ASL CN2 è di 6.800,00 euro e della Regione Piemonte (partner) è di 1.500,00 euro per un totale di 8.300,00 euro. Vedi Scheda Budget progetto.

BIBLIOGRAFIA

- Arnett J.J. (2004). *Emerging Adulthood: The Winding Road from the Late Teens through the Twenties*. Oxford: Oxford University Press.
- Beccaria, A. Ermacora, A., Marinaro, L., Roggero, A., Rabaglietti, E. (2018). Diario della Salute. Percorsi di promozione del benessere tra i pre-adolescenti. *Sistema Salute. La rivista italiana di educazione sanitaria e promozione della salute*, 62 (2): 221-237.
- Bonino S., Cattelino E. (a cura di) (2007). *La prevenzione in adolescenza. Percorsi psicoeducativi di intervento sul rischio e la salute*. Trento: Edizioni Erickson.
- Cavallo F., Lemma P., Dalmasso P., Vieno A., Lazzeri G., Galeone D. (2016). 4° Rapporto sui dati HBSC Italia 2014.
- Allara, E., Beccaria F., Molinar R., Marinaro L., Ermacora A., Coppo A., Faggiano F. (2018) A School-Based Program to Promote Well-Being in Preadolescents: Results From a Cluster Quasi-Experimental Controlled Study. *The Journal of Primary Prevention* 40(2), 151-170.
- Palmonari A. (a cura di) (2011). *Psicologia dell'adolescenza*. Bologna: Il Mulino; 2011.
- Poland, B., Krupa, G., & McCall, D. (2009). Settings for health promotion: an analytic framework to guide intervention design and implementation. *Health promotion practice*, 10(4), 505-516.
- WHO (2004). *Life skills education for children and adolescents in schools*. Geneva: World Health Organization, Technical Documents, http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/63552/1/WHO_MNH_PSF_93.7A_Rev.2.pdf.