

Breve Guida : “Scuole Libere dal Fumo”

Indice:

1. una breve presentazione del programma che riporti gli obiettivi, i componenti, i target raccomandati (non più di 1 pagina)
2. i manuali operativi che devono permettere di condurre il programma con un minimo di sostegno
3. le modalità operative di richiesta di utilizzo, di formazione, di helpdesk etc
4. i costi annessi
5. ogni altro materiale che possa essere utile al programmatore/operatore locale per mettere in pratica l'intervento

1. Breve presentazione del programma che riporti gli obiettivi, i componenti, i target raccomandati

Tra gli interventi di prioritaria importanza nell'ambito del Progetto Regionale Tabagismo vi sono quelli dedicati alla prevenzione in ambito giovanile dell'abitudine al fumo di sigaretta, attraverso la promozione di stili di vita sani e della cultura del "non - fumo".

Il programma "Scuole libere dal fumo" intende corrispondere a queste finalità fornendo alle scuole, strumenti di lavoro utili a realizzare un approccio complessivo di promozione della salute, articolato in interventi integrati di tipo educativo, normativo e di supporto alla disassuefazione.

MODALITA' DI INTERVENTO

La scuola riveste un ruolo educativo fondamentale nell'orientare i ragazzi rispetto agli stili di vita. Per quanto riguarda il fumo (come per le altre "sostanze" in generale) può rappresentare una "palestra" favorente l'iniziazione o un esempio di "ambiente favorevole" alla promozione della salute e alla scelta di stili di vita sani.

La finalità del programma è che le scuole, attraverso l'offerta di idonei strumenti informativi e formativi, favoriscano la creazione di un ambiente scolastico libero dal fumo.

Le strategie di intervento raccomandate a livello internazionale (OMS) per ridurre l'abitudine al fumo nei luoghi di vita e di lavoro comprendono una serie di azioni da sviluppare in modo coordinato e sinergico:

- **Azioni di tipo educativo**
- **Azioni di tipo normativo**

Scuole Libere dal Fumo

Prerequisito: costituzione di un gruppo di lavoro rappresentativo di tutte le componenti (Dirigente, docenti, personale non docente, studenti, genitori, operatori sanitari coinvolti nel progetto) o coinvolgimento di organi già esistenti come il Consiglio di Istituto che assumono il progetto e ne seguono le varie fasi. Inserimento del progetto nel POF.

Fase dedicata al contesto dell'ambiente scolastico: Rinforzo e sorveglianza nell'applicazione delle policy scolastiche contro il fumo e adozioni di raccomandazioni educative di istituto attraverso la somministrazione di questionari per valutare in termini preliminari l'atteggiamento verso il fumo della comunità scolastica nel suo insieme e l'adozione di un regolamento d'Istituto.

Fase dedicata all'educazione tra pari: viene effettuato il reclutamento di un gruppo di studenti del secondo e terzo anno, che dopo un percorso di formazione svolgono il compito di:

- sensibilizzare gli studenti della scuola in particolare quelli delle classi prime sul tema dell'abitudine al fumo fra i giovani;
- programmare un'iniziativa della scuola sul fumo, in collaborazione con i rappresentanti degli studenti (rappresentanti di classe e di Istituto), enti locali, associazioni, ecc.;
- pubblicizzare e raccogliere le adesioni per le attività di disassuefazione al fumo.

Fase dedicata all'implementazione della parte curriculare: Riguarda le iniziative curriculari di carattere pluridisciplinare o di approfondimento laboratoriale che i docenti, possono sviluppare in classe o utilizzare come stimolo per il coinvolgimento dei genitori.

2. Manuali operativi che devono permettere di condurre il programma con un minimo di sostegno

“Scuole libere dal fumo” si attua attraverso tre fasi che si svolgono in modo parallelo:

Il **Prima Fase** è dedicata all'attenzione all'ambiente scolastico che si attiva attraverso la costituzione di un gruppo di lavoro rappresentativo di tutte le componenti (Dirigente, docenti, personale non docente, studenti, genitori, operatori sanitari coinvolti nel progetto), la somministrazione di interviste per valutare in termini preliminari l'atteggiamento verso il fumo della comunità scolastica nel suo insieme, l'adozione di un regolamento d'Istituto.

Il **Seconda Fase** è dedicata al percorso formativo di educazione fra pari. Un gruppo di studenti del terzo e quarto anno, fumatori e non fumatori (soltanto i non fumatori hanno un ruolo diretto nelle attività in classe, rivolte a prime e seconde), partecipa a un percorso condotto dagli operatori referenti del Programma che ha gli obiettivi di: sensibilizzare tutte le componenti dell'Istituto (allievi di classi prima e seconda, consigli di classe, collegio docenti, consiglio d'istituto, genitori) sul tema dell'abitudine al fumo fra i giovani; sostenere il gruppo di lavoro misto che segue il progetto; programmare un'iniziativa della scuola sul fumo, in collaborazione con gli enti locali; pubblicizzare e raccogliere le adesioni al gruppo di disassuefazione al fumo, partecipare attivamente a esso conducendo le attività previste dal programma, monitorare il progetto attraverso il sito dedicato e le altre modalità individuate dal gruppo.

Il **Terza Fase** riguarda le iniziative curriculari di carattere pluridisciplinare o di approfondimento laboratoriale che i docenti, con la collaborazione dei peer educator, possono sviluppare in classe o utilizzare come stimolo per il coinvolgimento dei genitori.

Prima Fase

Scuole libere dal fumo: il contesto

Le pagine che seguono rappresentano un supporto utile alla redazione di regolamenti e/o raccomandazioni per la realizzazione di “Scuole per la promozione della salute”.

La scuola costituisce il luogo in cui educazione, formazione, informazione, controllo e sicurezza, dovrebbero trovare completa integrazione e piena attuazione.

Sarebbe pertanto opportuno che tutti gli Istituti scolastici, in particolare quelli che attivano programmi educativi rivolti a studenti, docenti e personale non docente in tema di promozione della salute, approvassero un regolamento interno che dichiari, espliciti e normi la visione generale dell’Istituto sui temi della salute.

1. Il regolamento d’Istituto

Il regolamento suddetto dovrebbe essere:

- discusso e approvato dal collegio docenti;
- presentato e approfondito nei consigli di classe per promuoverne la piena attuazione, adottato dal consiglio d’istituto con le integrazioni relative alle sanzioni.
- inserito a pieno titolo nel Piano dell’Offerta Formativa e nel Patto Educativo di Corresponsabilità.

Per facilitare il lavoro degli Organi collegiali si propone una traccia guida per la redazione di un regolamento d’Istituto sui temi della promozione della salute. La traccia presentata contiene una parte generale che si riferisce alle scuole attive nell’ambito della promozione della salute e una parte specifica che riguarda invece il tema del fumo di sigaretta.

Art. 1: Scuole per la promozione della salute

L’Istituto in considerazione del proprio impegno nell’ambito dei temi della salute, adotta un regolamento interno che gli consenta di partecipare al processo di costituzione della rete di Scuole per la promozione della salute, in sintonia con le raccomandazioni dell’Oms.

Art. 2: Condivisione del regolamento

L’Istituto ... si impegna a portare a conoscenza di tutti i propri utenti dei contenuti del presente regolamento, ricercandone il massimo della condivisione. L’informazione avverrà in modo formale, attraverso gli Organi collegiali e comunicazioni scuola famiglia, e in modo informale, attraverso sportelli informativi gestiti dagli studenti in collaborazione con il responsabile della sicurezza e le figure strumentali al coordinamento didattico.

L'Istituto si impegna altresì a fornire agli utenti tutte le altre informazioni ritenute utili per l'applicazione del regolamento stesso e la messa in atto di stili di vita sani. Il presente regolamento è trasmesso in copia a tutte le famiglie con richiesta di firma per presa visione.

Art. 3 : Costituzione del gruppo di lavoro

Si istituisce un gruppo di lavoro interno che, in collaborazione con gli operatori sanitari coinvolti, coordina e verifica tutte le iniziative sulla salute, in particolare quelle relative al tabagismo.

Art. 4: Attività didattiche curriculari

Tutti gli insegnanti sono chiamati a dare il loro contributo allo svolgimento delle attività didattiche curriculari relative ai temi indicati in collaborazione con il referente alla salute e/o alle funzioni strumentali dedicate.

Art. 5: Programmi educativi

L'Istituto scolastico si impegna ad attivare nelle proprie azioni curriculari e formative rivolte a docenti, non docenti, famiglie e studenti, interventi di promozione della salute e di sensibilizzazione con la partecipazione attiva di tutte le componenti. Le iniziative di cui sopra non hanno carattere di "progetto" ma di "processo" di adesione e sostegno dell'Istituzione scolastica al modello sperimentale "Scuole per la promozione della salute".

Parte tematica

Art. 6: Valenza educativa nel processo di cambiamento riguardo al fumo di sigaretta

In ogni fase di attuazione del processo, pur ottemperando alla necessità di integrare azioni di educazione, regolamentazione/controllo, sensibilizzazione dell'utenza e supporto al cambiamento degli stili di vita in relazione al fumo nel contesto scolastico, l'Istituto si fa carico di dare assoluta priorità alle azioni di educazione, motivazione e sostegno al cambiamento, piuttosto che alle azioni di sorveglianza e punizione.

Art. 7: Organizzazione Gruppi di disassuefazione al fumo

L'Istituto organizza e promuove gruppi gratuiti di disassuefazione al fumo per docenti e studenti in ambito scolastico con modalità di scuola aperta, nel contesto del programma "Scuole Libere dal fumo".

Art. 8: Divieto del fumo nei contesti extrascolastici

L'Istituto prevede che durante i viaggi d'istruzione, che costituiscono un momento interamente inserito nelle attività formative ed educative della scuola, sia rispettato il divieto di fumare sia da parte dei docenti accompagnatori che da parte degli studenti. La dichiarazione di accettazione della condizione è firmata direttamente dagli allievi maggiorenni e dai genitori dei minorenni.

Il divieto di fumare è esteso anche agli insegnanti perché i viaggi d'istruzione sono equiparabili alla regolare attività di servizio.

La percezione del problema da parte della comunità scolastica

L'approvazione del regolamento è il momento conclusivo di un processo di programmazione partecipata che include tutte le componenti della scuola e apre al dialogo con il territorio. Nella fase iniziale è importante che il gruppo di lavoro acquisisca qualche elemento su percezioni e bisogni della comunità scolastica rispetto al fumo. Molti aspetti si prestano a essere oggetto di un confronto nell'ambito del percorso di costruzione del Patto Educativo di Corresponsabilità fra scuola e famiglia e sono facilmente riconducibili a considerazioni generali che riguardano sia i curricula disciplinari che la dimensione di cittadinanza attiva e l'impegno civico dello studente e del docente.

Può essere utile la somministrazione di un breve questionario (anonimo), rielaborato dal gruppo di lavoro o dal personale sanitario che segue il progetto sulla percezione del problema. La restituzione dei risultati del questionario potrebbe essere di supporto alle iniziative di presentazione del programma "Scuole libere dal fumo" in collegio docenti, consiglio d'istituto, consigli di classe e incontri rivolti ai genitori.

Seconda Fase

Scuole libere dal fumo: il percorso di "educazione fra pari"

Per approfondire i riferimenti teorici delle modalità di educazione fra pari di seguito descritte si rimanda al testo *Il Pianeta inesplorato* (Giunti 2011).

Gli operatori incontrano i ragazzi interessati alla peer education attraverso i pari dell'anno precedente e la collaborazione dei docenti. L'intervento è inserito in un contesto di "Scuole libere dal fumo". I peer educator non fumatori sono responsabili di un'azione di sensibilizzazione di 4/6 ore rivolta alle classi prime; tutti i peer costituiscono il gruppo che partecipa alla realizzazione e al monitoraggio del programma.

La formazione del gruppo dei tutors

Il percorso è articolato in 5 incontri di due ore ciascuno che si svolgono in orario pomeridiano.

La formazione consente ai partecipanti di approfondire i propri vissuti rispetto al fumo, acquisire le conoscenze di base sull'argomento e capacità di comunicazione efficace delle informazioni di base.

Primo incontro: i vissuti dei tutors

Obiettivo dell'incontro è favorire la costituzione del gruppo attraverso un'attività di accoglienza e approfondimento delle relazioni personali con le dimensioni di benessere, malessere psicofisico. L'intervento utilizza una serie di schede guida (raccolte dal conduttore per la documentazione del processo).

Accoglienza: presentazione dei partecipanti al gruppo

Secondo incontro: i vissuti sul fumo

L'obiettivo prioritario dell'incontro è condividere un profilo della relazione fra comportamento individuale, abitudini presenti e passate rispetto alla sigaretta e ruolo dei tutors nel programma.

Attività di fantasia guidata sul fumo.

Brainstorming su Fumo e Salute.

Terzo incontro: conoscenze di base per una comunicazione efficace

L'obiettivo è trasmettere le informazioni di base sugli effetti del fumo per favorire la comunicazione efficace durante l'intervento in classe. Le informazioni discusse e approfondite dall'intervento formativo saranno utilizzate negli incontri successivi per preparare in modo condiviso i materiali da utilizzare in classe. Come guida per i lavori di gruppo dei tutors nella personalizzazione dei materiali si può utilizzare la Scheda 11 "Fumare perché?".

Somministrazione questionario "Gli aspetti nocivi del fumo"

Condivisione di gruppo delle nozioni da trasmettere in un opuscolo informativo rivolto ai coetanei "Gli effetti della sigaretta".

Quarto e quinto incontro:

Training e simulazione degli interventi con i pari rispetto a benessere, malessere e stili di vita.

Programmazione attività per la classe e simulazioni delle diverse azioni dei tutors.

Materiali e Schede operative

Per tutti materiali citati e le schede operative vedi capitolo 5.

Terza Fase

Scuole libere dal fumo: percorsi curricolari

Le proposte di approfondimento laboratoriale e disciplinare sono raccolte nel sito www.luoghidiprevenzione.it, nella sessione Paesaggi di Prevenzione.

Ci si è qua limitati a riassumere alcuni esempi di percorsi curricolari, affinché l'operatore interessato possa condividerlo con i docenti.

Il tema della dipendenza

Il percorso della dipendenza può essere riassunto in alcune fasi, presentate di seguito.

I fase

Per favorire l'interiorizzazione dell'argomento può essere utile chiedere alla classe di inventare situazioni che riguardano i seguenti stimoli:

«voglio ciò che mi piace/mi piace ciò che voglio» (si elaborano delle situazioni in cui si verifica questa condizione). Le situazioni inventate dagli studenti devono avere protagonisti, ambiente, dialoghi, riferimenti concreti. In questo caso possono riguardare il rapporto fra un bambino, i genitori e il cibo, i luoghi fisici, la scuola ecc.;

«lo voglio ma non mi piace/mi piace ma non lo voglio» (conflitto preadolescenza/prima adolescenza). Le situazioni potrebbero riguardare i primi rapporti verso la trasgressione, il confronto con i divieti e la curiosità verso il nuovo;

«non lo voglio, ma mi piace» (verso la dipendenza). Le situazioni potrebbero riguardare abitudini riconosciute come rischiose, ma ormai abbastanza radicate;

«ne ho bisogno ma non lo voglio» (dipendenza con consapevolezza). Le situazioni possono riguardare l'uso continuativo di una sostanza di cui si ritiene di avere perso il controllo;

«non lo voglio e non mi piace» (uscita). Le situazioni potrebbero riguardare la motivazione al cambiamento di un comportamento dannoso per il proprio benessere;

«mi piacerebbe, ma non lo voglio». Situazioni che riguardano le difficoltà e la consapevolezza necessaria per uscire da un percorso di dipendenza.

II fase

I sei passaggi sono animati attraverso attività di comunicazione non verbale di commento ai testi prodotti dai ragazzi: la comunicazione non verbale e la successiva discussione dovrebbero evidenziare quali sono i fattori protettivi e quali i fattori di rischio rispetto alla dipendenza.

III fase

Successivamente si può utilizzare il testo sulla dipendenza proposto in modo approfondito nella parte teorica della guida (Liberi di cambiare), per verificare che la classe abbia acquisito la capacità di:

- definire in modo sintetico gli aspetti fisici della dipendenza;
- definire in modo sintetico gli aspetti psicologici della dipendenza;
- definire i meccanismi neurobiologici principali con cui si manifesta la dipendenza da nicotina.

IV fase

L'interiorizzazione dei contenuti da parte della classe può essere verificata indirettamente attraverso la competenza trasversale della comunicazione efficace. Un esempio di esercizio può essere il seguente:

«Ripercorri in forma discorsiva le fasi attraverso cui si perviene a una situazione di dipendenza, prima pensando di realizzare un articolo giornalistico; poi pensando a una spiegazione chiara e divertente da rivolgere ai tuoi coetanei».

V fase

L'esplorazione dei vissuti individuali sui concetti di dipendenza e libertà può essere facilitata da un'attività di scrittura creativa effettuata attraverso la scheda "Verbi di dipendenza, verbi di libertà".

Il tema degli aspetti nocivi del fumo e dell'esposizione al fumo passivo

L'insegnante chiede ai ragazzi di contribuire alla presentazione dell'argomento attraverso la segnalazione di articoli di giornale e video (su you tube sono facilmente reperibili molti video tratti dalla trasmissione Le Iene e adatti a introdurre il tema in un contesto di classe).

Dopo aver esaminato e commentato le fonti con una discussione la classe sceglie i termini chiave e prepara un dizionario di riferimento. Le definizioni dei concetti sono date prima in forma tecnica, breve e precisa, poi in forma metaforica, associando alla parola immagini simboliche che ne chiariscano il significato; infine in modo divulgativo, come se la si dovesse spiegare a un bambino piccolo.

Realizzazione individuale di una mappa concettuale sulle associazioni libere rispetto a: fumo di sigaretta e salute;

- fumo di sigaretta e dipendenza;
- fumo di sigaretta e altre droghe;
- fumo di sigaretta e immagine di sé;
- fumo di sigaretta e gruppo.

L'aspetto della mappa che più ha colpito il singolo ragazzo, viene da lui rielaborato attraverso un'improvvisazione di scrittura sul tema "Il fumo di sigaretta e io".

3. Fumo di sigaretta e scrittura creativa: una proposta di percorso

Il percorso di scrittura creativa è suddiviso in tre fasi: un fase iniziale, di accoglienza, dedicata alla presentazione di sé, attraverso la relazione con il fumo di sigaretta; una fase riservata all'esplorazione delle relazioni interpersonali mediate dalla sigaretta, una fase conclusiva, in cui si approfondisce il tema con alcune proposte specifiche. È importante effettuare tutti e tre i passaggi; gli esercizi, invece, possono essere scelti e modificati dagli insegnanti.

L'attivazione delle sessioni "presentazione di sé" e "relazioni interpersonali" può essere condotta anche dai giovani della peer education.

Materiali e Schede operative

Per tutti materiali citati e le schede operative vedi capitolo 5.

3. Le modalità operative di richiesta di utilizzo, di formazione, di helpdesk

Per realizzare l'intervento "Scuole Libere dal Fumo" (Formazione operatori, materiali didattici e supervisione sul programma), ci si può rivolgere a Luoghi di Prevenzione, Centro Regionale di Didattica Multimediale per la Promozione della Salute.

È il centro di riferimento della regione Emilia-Romagna per la Formazione degli operatori socio-sanitari sui temi della Promozione della Salute e la Sperimentazione, il monitoraggio e la valutazione di modalità di intervento innovativo.

È coordinato dalla Lega contro i Tumori Onlus di Reggio Emilia, **Sez. Prov.le della LILT**, attraverso la gestione locale di Ausl di Reggio Emilia, Comune di Reggio Emilia, Provincia di Reggio Emilia in collaborazione con l'Università degli Studi di Modena e Reggio (Facoltà di Medicina e Chirurgia, Scienze della Formazione e Scienze della Comunicazione e dell'Economia) e Istituto Oncologico Romagnolo.

Riferimenti:

Coordinamento Scientifico : **Sandra Bosi** - Responsabile Servizi Formazione e Promozione della Salute LILT Reggio Emilia

Contatti:

"LILT sezione provinciale di **Reggio Emilia**"

c/o Via Alfieri, 1/1 - 42123 - Reggio Emilia

Tel/Fax. 0522/283844

e-mail: info@legatumoreggio.it

"Luoghi di Prevenzione"

c/o Ex Ospedale Spallanzani

Viale Umberto I, 50 - Ingresso 2

42123 - Reggio Emilia

tel. + 39 0522 320655

e-mail: segreteria@luoghidiprevenzione.it

4. Costi annessi

5. Materiale utile al programmatore/operatore locale per mettere in pratica l'intervento

Accedere al sito : www.luoghidiprevenzione.it

Richiedere le guide didattiche:

- Liberi di cambiare
- I paesaggi della Prevenzione
- Il pianeta Inesplorato