PROGETTO

Be Healthy: mente e corpo in salute (Catalogo)

Regione Piemonte ASL Torino 3

Progetto avviato nell'anno 2015 - Ultimo anno di attività : 2025

Abstract

Obiettivo generale

Il progetto "Be Healthy: mente e corpo in salute", prevede la costruzione di alleanze di lavoro tra i soggetti partner e gli stakeholders (scuole, sanità, associazionismo sportivo, territorio...) che collaborano localmente, finalizzata alla creazione di opportunità innovative a favore del benessere fisico e psicologico degli adolescenti e giovani (14 - 18 anni) attraverso la promozione dell'attività fisica.
Be Healthy, coerentemente alle indicazioni della Carta di Toronto, offre l'occasione alle scuole e all'associazionismo sportivo locale di lavorare insieme sui fattori che facilitano la messa in atto di comportamenti salutari negli adolescenti e nei giovani attraverso la costruzione e la promozione di azioni innovative ad essi dedicate.

Analisi di contesto

Setting: scuole secondarie di secondo grado

Metodi e strumenti

Le azioni formative per gli operatori e di intervento con i giovani utilizzano metodologie di apprendimento non formale, anche attraverso l'utilizzo dei social, per promuovere l'attività fisica.

Viene prima svolto un incontro con gli insegnanti di Educazione Motoria delle scuole secondarie di 2° grado. Si incontrano i ragazzi desiderosi di partecipare al progetto e attraverso metodologie di apprendimento non formale li viene spiegato il concetto di benessere, salute in ambito psicologico e come questo si possa ricavare e accrescere attraverso l'attività fisica.
Viene decisa, da tutti i membri del gruppo, l'attività fisica non convenzionale da svolgere (rafting, parco avventura, fitwalking, nordic walking, parkour ecc..). Durante la giornata sono presenti dei momenti di riflessione e condivisione sulle sensazioni e pensieri provati durante l'attività.
In ultimo viene poi eseguito, dai ragazzi, un piccolo report multimediale (video, foto, audio) sul progetto e sulla giornata sportiva; in modo che possa essere mostrato e condiviso con i compagni di scuola per provare ad incentivarli nell'attività fisica.

Valutazione prevista/effettuata

Riunione finale per discutere del progetto che si è appena concluso e visione dei contenuti multimediali ideati.

Tema di salute prevalente :	SALUTE MENTALE / BENESSERE PSICOFISICO
Temi secondari :	ATTIVITA' FISICA
Setting :	Luoghi del tempo libero Luoghi per attività sportive Ambiente scolastico
Destinatari finali :	Minori Scuola secondaria di secondo grado
Mandati :	Piano Regionale di Prevenzione (PRP)

Piani locali / Aziendali di prevenzione e promozione della salute

Finanziamenti : Attività corrente istituzionale

Responsabili e gruppo di lavoro

SERENA ZUCCHI (responsabile)
ASL TO3
e-mail : szucchi@aslto3.piemonte.it

Enti promotori e/o partner

Categoria ente : Azienda Sanitaria
ASL TO3
Come promotore;

Documentazione del progetto

1. Materiale formativo/educativo

OBIETTIVI

Titolo obbligatorio

Promozione benessere psicologico
L'obiettivo vuole essere raggiunto attraverso la promozione dell'attività fisica.

Promozione benessere psicologico
L'obiettivo vuole essere raggiunto attraverso la promozione dell'attività fisica.

INTERVENTO AZIONE #1 - 01/09/2015

Attività fisica

Numero edizioni : 1
Ore singola edizione : 12
Totale persone raggiunte : 30
Setting : Ambiente scolastico

Comuni coinvolti nell'intervento :
Rivoli;

Metodi non specificati

Carichi di lavoro :
- Num. 2 Altra figura o professione - ore 24
- Num. 1 Psicologo - ore 12

INTERVENTO AZIONE #2 - 01/09/2016

Promozione benessere psicologico

Numero edizioni : 1
Ore singola edizione : 12
Totale persone raggiunte : 35
Setting : Ambiente scolastico

Comuni coinvolti nell'intervento :
Rivoli;

Metodi non specificati

Carichi di lavoro :
- Num. 1 Psicologo - ore 12
- Num. 2 Altra figura o professione - ore 24

INTERVENTO AZIONE #3 - 01/09/2017

Promozione attraverso l'attività fisica

Numero edizioni : 1
Ore singola edizione : 12
Totale persone raggiunte : 30
Setting : Ambiente scolastico

Comuni coinvolti nell'intervento :
Rivoli;

Metodi non specificati

Carichi di lavoro :
- Num. 1 Psicologo - ore 12
- Num. 2 Altra figura o professione - ore 24

INTERVENTO AZIONE #4 - 01/01/2017

Intervento di promozione del benessere psico fisico

Numero edizioni : 1
Ore singola edizione : 10
Totale persone raggiunte : 40
Setting : Luoghi per attività sportive

Comuni coinvolti nell'intervento :
Rivoli;

Metodi non specificati

INTERVENTO AZIONE #5 - 01/01/2017 - 25/04/2017

Intervento di promozione della salute psico fisica

Numero edizioni : 1
Ore singola edizione : 10
Totale persone raggiunte : 40
Setting : Luoghi per attività sportive

Comuni coinvolti nell'intervento :
Rivoli;

Metodi non specificati

Carichi di lavoro :
- Num. 1 Psicologo - ore 5

Documentazione dell'intervento :

Altro

INTERVENTO AZIONE #6 - 25/03/2019 - 20/06/2019

Intervento di promozione della salute psico fisica

Numero edizioni : 2
Ore singola edizione : 10
Totale persone raggiunte : 40
Setting : Ambiente scolastico

Comuni coinvolti nell'intervento :
Oulx;

Metodi non specificati

Carichi di lavoro :
- Num. 2 Psicologo - ore 10

Documentazione dell'intervento :
Materiale di comunicazione e informazione

INTERVENTO AZIONE #7 - 01/04/2019 - 31/09/2019

Intervento di promozione della salute psico fisica

Numero edizioni : 2
Ore singola edizione : 10
Totale persone raggiunte : 40
Setting : Ambiente scolastico

Scuole coinvolte nell'intervento :

Pinerolo
Plesso : LICEO ARTISTICO BUNIVA - Istituto : I I S MICHELE BUNIVA
Scuola Secondaria di secondo grado

Metodi non specificati

Carichi di lavoro :
- Num. 2 Psicologo - ore 10

INTERVENTO AZIONE #8 - 01/01/2025 - 30/01/2025

Intervento di promozione della salute psicofisica

Numero edizioni : 5
Ore singola edizione : 6
Setting : Luoghi per attività sportive

Comuni coinvolti nell'intervento :
Giaveno; Pinerolo;

Metodi non specificati

Carichi di lavoro :
- Num. 4 Psicologo - ore 32