

4. Educazione per la salute in ambito scolastico

Si tratta di un progetto di prevenzione primaria che tiene conto della particolare fascia di età dei ragazzi che frequentano la scuola media. E' articolato sui quattro anni e, ispirandosi alla definizione di salute dell'OMS, si occupa di alcuni aspetti fondamentali della crescita della persona.

Le diverse attività sono concatenate: la classe successiva viene a conoscere, grazie a mezzi quali esposizioni, schede ecc., quanto trattato e prodotto dalla classe che la precede. I temi principali scelti sono per le prime l'alimentazione, per le seconde le risorse del territorio, naturali e umane, anche in relazione a un buon uso del tempo libero, per le terze i rapporti con gli altri (nel gruppo, nella classe, fuori dalla scuola) e la conoscenza di sé, per le quarte l'autovalutazione e la scelta scolastica e professionale.

Gli obiettivi principali sono quelli di creare delle consapevolezza e di evitare l'insorgere di comportamenti dipendenti.

Si cercherà di coinvolgere nel progetto, in varie forme di collaborazione, allievi, docenti, genitori, persone competenti presenti sul territorio, e di produrre tracce di lavoro che possano essere utilizzate nei prossimi anni presso la sede ed eventualmente presso altri istituti scolastici interessati.

Per l'anno scolastico 1995/96 la Scuola Media di Tesserete ha ottenuto un monte-ore per la realizzazione del progetto «Educazione per la salute in ambito scolastico». Le 8 ore settimanali di sgravo concesse sono state distribuite fra cinque colleghi (i due docenti di sostegno della sede, la docente di economia familiare, un docente di scienze, una collaboratrice di direzione e docente di italiano). La sperimentazione ha interessato tutti gli allievi delle diverse età, in fasi successive destinate ognuna a una fascia di classi. Con questo coinvolgimento si è inteso preparare del materiale da riproporre ciclicamente negli anni suc-

cessivi, all'interno di un progetto di istituto. I docenti responsabili del progetto hanno cercato di coinvolgere la direzione, i colleghi, i genitori, nonché persone e associazioni esterne alla scuola.

Punto di riferimento è stata la definizione di salute dell'Organizzazione Mondiale della Sanità: «Salute è uno stato di completo benessere fisico, spirituale e sociale, e non soltanto l'essere esente da malattie o infermità». Il concetto di salute comprende anche i rapporti dell'uomo con la vita e con l'ambiente: non è un concetto statico, ma si realizza in dinamici processi vitali. Sempre l'OMS, nella strategia «La salute per tutti entro il 2000» (1980), e la Carta di Ottawa (1986) indicano come condizioni costitutive per la salute: l'alimentazione, le adeguate condizioni abitative, la formazione, il lavoro ricco di significato, il guadagno, un eco-sistema stabile, un attento uso delle risorse naturali a disposizione, la giustizia sociale, la parità delle opportunità e la pace.

Da questo impegnativo quadro generale è stata ritagliata quella parte che ha permesso una prima definizione di quanto si intendeva realizzare. Ne è nato un progetto di prevenzione primaria che tiene conto della particolare fascia di età dei ragazzi che frequentano la scuola media. È articolato sui quattro anni e si occupa di alcuni aspetti fondamentali della crescita della persona. I temi principali scelti sono per le prime classi l'alimentazione, per le seconde le risorse del territorio, naturali e umane (anche in relazione a un buon uso del tempo libero), per le terze i rapporti con gli altri (nel gruppo, nella classe, fuori della scuola) e la conoscenza di sé, per le quarte l'autovalutazione e la scelta scolastica e professionale.

Naturalmente, pensando a una ripresa ciclica di questo progetto, si presentano molte possibilità di affrontare altri temi legati alla salute e molte modalità con le quali possono essere affrontati nella scuola. Il percorso proposto, dopo alcuni mesi dalla conclusione della sperimentazione, ci sembra comunque abbastanza convincente.

L'attenzione al benessere dei ragazzi dovrebbe essere costante, non solo nella famiglia ma anche nella scuola. Per questo è importante che tutte le componenti sviluppino atteggiamenti positivi e responsabili. Ci è però sembrato necessario orga-



nizzare alcuni momenti privilegiati, che sottolineassero l'importanza che la scuola dava al tema della salute. Si è cercato di organizzare bene gli interventi, di renderli significativi e di inserirli in modo armonioso nel normale funzionamento della scuola, occupando ad esempio alcune ore di classe nelle prime, organizzando diversi momenti della durata di due ore-lezione nelle terze, riservando un'intera giornata per le attività delle seconde, concentrando in un unico pomeriggio una prima serie di incontri di informazione scolastica e professionale per le quarte.

Da parte dei colleghi che hanno beneficiato dello sgravio si è pure cercato di rendere più costruttivi gli incontri con i genitori delle diverse classi, informandoli sugli obiettivi educativi e di prevenzione primaria inseriti nei programmi scolastici, presentando loro le attività che sarebbero state realizzate e i risultati delle ricerche svolte.

Nelle prime il tema dell'alimentazione è stato affrontato in modo accattivante, invitando ad esempio i ragazzi a rielaborare fumetti, a ricercare proverbi, modi di dire, letture. In questo lavoro sono stati coinvolti anche i docenti di italiano. Gli allievi hanno risposto a questionari sulle loro abitudini alimentari, hanno intervistato sullo stesso tema i nonni, hanno ricevuto informazioni sui risultati dell'inchiesta e sui criteri per una sana alimentazione. Hanno quindi cercato vecchie ricette capriaschesi, raccolte in un simpatico ricettario che ha ottenuto un buon successo presso i genitori e presso la popolazione.

Il lavoro con le seconde medie si è svolto in tre fasi. In un primo momento gli allievi hanno partecipato a una giornata di lavoro-studio sul terreno, durante la quale a turno hanno svolto lavori di manutenzione nel bosco, hanno piantato cento cespugli selvatici offerti dalla Lega Svizzera per la Protezione della Natura sul terreno attorno alla scuola, hanno incontrato alcuni ingegneri forestali e hanno visitato la fattoria La Fonte a Vaglio. Successivamente è stato loro proposto un questionario sulle attività del tempo libero e sulle conoscenze generali che essi hanno della regione (ambiente). Infine c'è stata una serata organizzata per genitori e allievi durante la quale sono stati presentati i dati.

Per affrontare il discorso della pre-



venzione con gli allievi delle classi terze, e per avviare con loro un dialogo sui grandi temi della vita, quali la conoscenza di sé stessi, degli altri, la capacità di far fronte alle proprie risorse nei momenti di difficoltà, la necessità di comunicare..., è stato scelto come strumento il «Nautibus» dell'Associazione RADIX e della Sezione sanitaria del DOS, che ospita attualmente una serie di pannelli sulle dipendenze. I ragazzi l'hanno visitato col compito di rispondere alle domande di un questionario che ricalcava il percorso proposto dalla mostra. I dati emersi sono stati raccolti, elaborati e riproposti agli allievi, divisi in gruppi di 10-12, durante due ore-lezione. Sono state scelte due modalità (rivelatesi sicuramente indovinate) come strumento per stimolare argomenti di dialogo che aiutassero i ragazzi a parlare delle loro sensazioni, esperienze, emozioni, insomma, a parlare di loro stessi e delle loro preoccupazioni, del loro modo di affrontare la vita. In un terzo momento quattro animatori di RADIX hanno autonomamente gestito una mattinata sui temi: «Ragazze e ragazzi: riusciamo sempre ad andare d'accordo?», «Andare a una festa e...», «Quello che devo fare e quello che mi piacerebbe fare nel tempo libero», «Gli adulti: perché è difficile/facile andare d'accordo?».

L'attività di informazione scolastica e professionale svolta durante l'an-

no con gli allievi di quarta media ricalcava l'impostazione sperimentata durante l'anno scolastico precedente. Vorremmo sottolineare l'opportunità della sua collocazione in un programma di educazione per la salute e di prevenzione primaria. L'hanno confermato i ragazzi stessi, indicando, come risorsa importante per affrontare la vita, la possibilità di trovare un lavoro.

Tutto il processo che conduce a una decisione è un'importante occasione di maturazione, ed è necessario che tutte le componenti della scuola, in collaborazione con l'orientatore della sede e con l'Ufficio dell'orientamento scolastico e professionale (UOSP), lavorino in modo flessibile e con continuità. I tempi di maturazione dei singoli allievi sono infatti molto diversi e sono soprattutto gli allievi con altri problemi quelli che faticano ad affrontare con la necessaria serenità, consapevolezza e determinazione il percorso che li porterà a una decisione.

Le attività che abbiamo proposto sono state delle occasioni, delle tracce che potranno avere un senso se verrà mantenuta viva la preoccupazione relativa al benessere fisico e psicologico degli allievi, e questo da parte di tutti i colleghi della sede, coinvolti nel loro ruolo di educatori.

Scuola Media di Tesserete