Costruire Ecosistemi di Benessere nelle scuole umbre

Corso PNFD 2025/2026
PILLOLE DI BENESSERE



ITTS A. Volta, Perugia - Scuola capofila SPS – Prof.ssa Lucia Vermigli

RETE DI SCUOLE CHE PROMUOVONO SALUTE – UMBRIA

Creare un ambiente salutare per vivere, apprendere e lavorare (OMS-2015)

L’accordo di rete viene sottoscritto nell’a.s. 2022/2023





FINALITA’

Sviluppare, realizzare e consolidare nelle scuole aderenti la piena applicazione del modello di “Scuola che Promuove Salute”

AZIONI

azioni delle scuole: azioni su cui le scuole aderenti si impegnano in base a quattro ambiti di intervento strategici specificati di seguito;

azioni di rete: azioni svolte a livello regionale e provinciale per consolidare e sviluppare la Rete.

Corso PNFD 2025/2026 - PILLOLE DI BENESSERE

Accordo internazionale per la promozione della salute



La 1° Conferenza Internazionale sulla Promozione della Salute, riunita a Ottawa (Canada) nel 1986, presenta questa Carta per stimolare l'azione a favore della Salute per tutti per l'anno 2000 e oltre.

Il benessere non è soltanto un traguardo, ma un percorso che costruiamo ogni giorno, insieme

Corso PNFD 2025/2026 - PILLOLE DI BENESSERE

Accordo internazionale per la promozione della salute



La Carta di Ottawa è un modello da perseguire ma purtroppo i suoi principi e le opportunità di trasferirli nel quotidiano, non sono state sempre applicate negli anni a venire

Il benessere non è soltanto un traguardo, ma un percorso che costruiamo ogni giorno, insieme

Corso PNFD 2025/2026 - PILLOLE DI BENESSERE

Il modello delle Scuole che Promuovono Salute (SPS) nasce dai principi della Carta di Ottawa (WHO, 1986)

L'idea di fondo è semplice ma potente**: la salute e l'istruzione sono interdipendenti**.
Un bambino (o uno studente) che sta bene impara meglio, e un buon livello di istruzione
è il miglior predittore di una vita sana

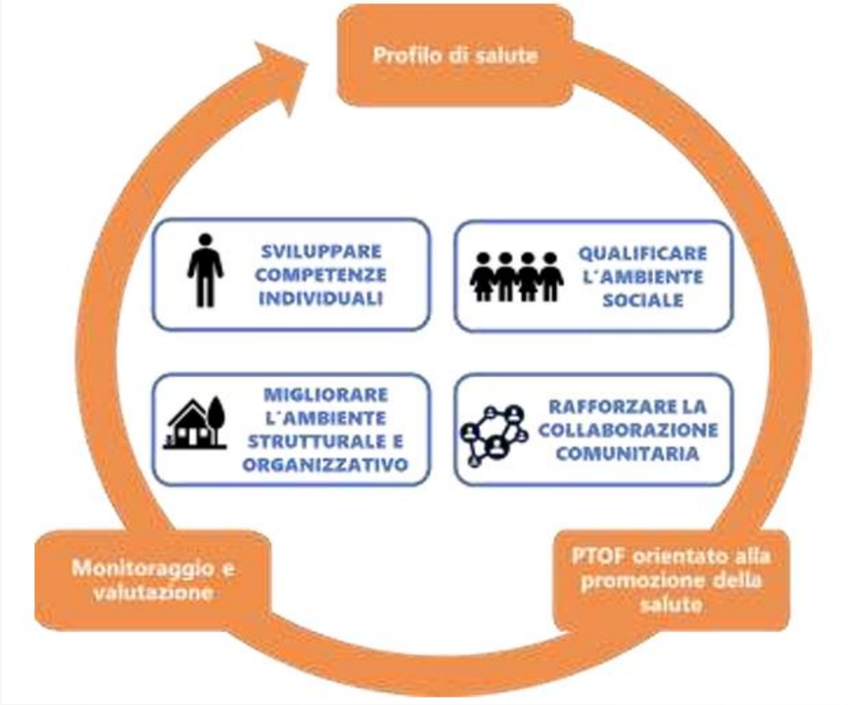
Un modello di scuola che promuove salute non si limita a insegnare "educazione civica" o a fare qualche ora di ginnastica in più. Si basa su un approccio sistemico chiamato "Scuole che Promuovono Salute" (Health Promoting Schools - HPS), un framework promosso dall'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) e dall'UNESCO.

Corso PNFD 2025/2026 - PILLOLE DI BENESSERE

AZIONI

Le azioni delle scuole costituenti la Rete fanno riferimento a quattro ambiti di intervento strategici:

1. Sviluppare le competenze individuali
2. Qualificare l’ambiente sociale
3. Migliorare l’ambiente strutturale e organizzativo
4. Rafforzare la collaborazione comunitaria



Corso PNFD 2025/2026 - PILLOLE DI BENESSERE



1. SVILUPPARE LE COMPETENZE INDIVIDUALI
Potenziare conoscenze e abilità

- ✓ La scuola adotta nel curriculo formativo in modo strutturale lo sviluppo di competenze e di tematiche sulla salute
- ✓ La scuola s'impegna ad affrontare le tematiche della salute in modo integrato e interdisciplinare
- ✓ La scuola utilizza metodologie educative attive che sviluppano competenze alla vita (life skills)
- ✓ La scuola cura la formazione continua del personale sviluppando conoscenze aggiornate e consapevolezza critica
- ✓ La scuola incoraggia e sostiene l'innovazione educativa orientata alla promozione della salute

Corso PNFD 2025/2026 - PILLOLE DI BENESSERE

2. QUALIFICARE L’AMBIENTE SOCIALE
Promuovere clima e relazioni positive

- ✓ La scuola favorisce l’ascolto e l’accoglienza
- ✓ La scuola offre sostegno alle persone in difficoltà
- ✓ La scuola promuove il senso di appartenenza
- ✓ La scuola s’impegna a migliorare il clima scolastico
- ✓ La scuola promuove la cultura della pro-socialità



Corso PNFD 2025/2026 - PILLOLE DI BENESSERE



3. MIGLIORARE L’AMBIENTE STRUTTURALE E ORGANIZZATIVO
Creare e trasformare spazi e servizi favorevoli alla salute

- ✓ La scuola qualifica gli spazi fisici con criteri di sicurezza, salubrità, sostenibilità ambientale e piacevolezza
- ✓ La scuola definisce modalità di utilizzo di spazi e tempi su criteri di salute e benessere di alunni e personale
- ✓ La scuola s’impegna ad organizzare i diversi servizi scolastici sulla base di criteri di salute

Corso PNFD 2025/2026 - PILLOLE DI BENESSERE



4. RAFFORZARE LA COMUNICAZIONE COMUNITARIA
Costruire alleanze positive

- ✓ La scuola ricerca la collaborazione con le famiglie nella programmazione orientata alla promozione della salute
- ✓ La scuola ricerca la collaborazione con gli Enti Locali nella realizzazione di interventi/programmi per la promozione della salute
- ✓ La scuola ricerca la collaborazione con i diversi Soggetti sociali e della comunità nella realizzazione di interventi/programmi per la promozione della salute

Corso PNFD 2025/2026 - PILLOLE DI BENESSERE

Necessità di un quadro metodologico europeo creato per guidare le **Scuole che Promuovono Salute (SPS)**.

Nasce il modello **SHE** (*Schools for Health in Europe*)
dall’OMS (Ufficio Regionale per l'Europa), dalla Commissione Europea e dal Consiglio d'Europa

Tale modello trasforma la promozione della salute a scuola: si passa da una serie di interventi isolati o conferenze occasionali ad un **approccio globale e strutturato** integrato nella vita scolastica quotidiana

Corso PNFD 2025/2026 - PILLOLE DI BENESSERE

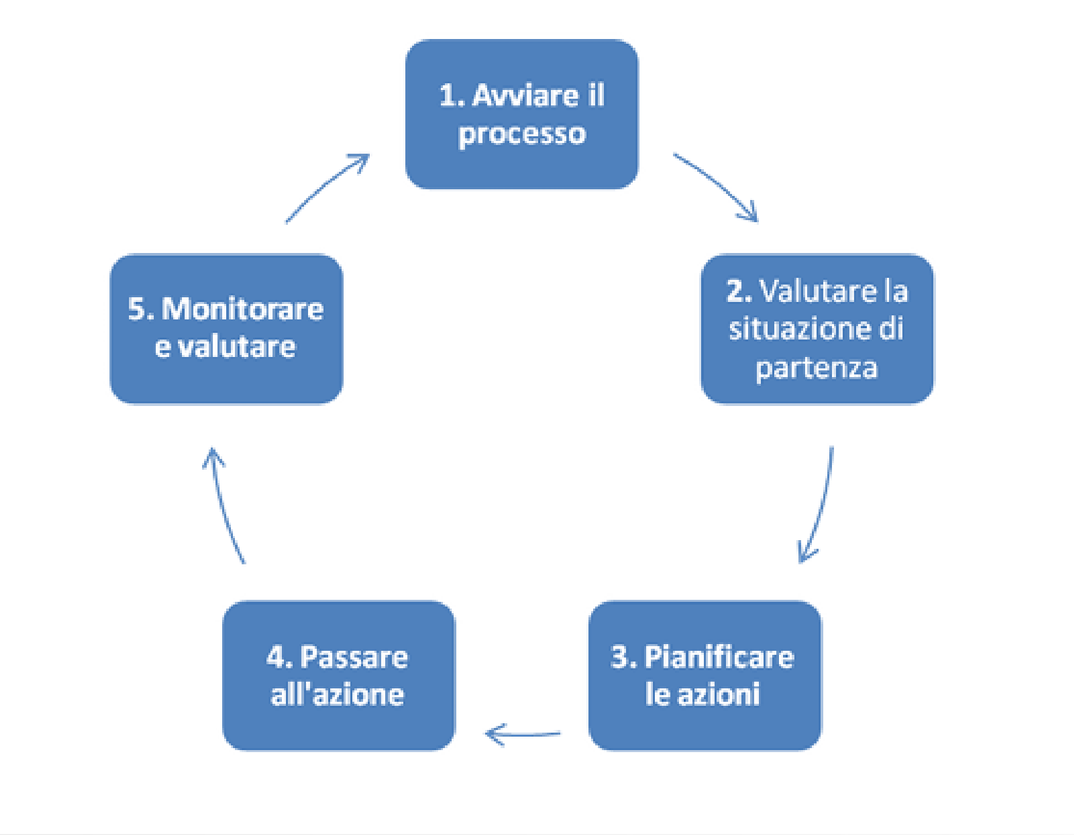
I DOCUMENTI





Corso PNFD 2025/2026 - PILLOLE DI BENESSERE

Le fasi chiave di un approccio scolastico globale per diventare e/o rimanere una scuola che promuove salute.



Valutazione della situazione di partenza

FASE 2

del processo per diventare una scuola che promuove salute

ogni scuola valuta le **politiche e le pratiche** relative alla promozione della salute **attualmente in atto** per determinare

bisogni
della propria comunità scolastica

priorità
della propria comunità scolastica

FASE 2 - Come fare?

Lo strumento di valutazione rapida SHE

In che cosa consiste?

Serie di quesiti relativi all’approccio scolastico globale

Situazione attuale

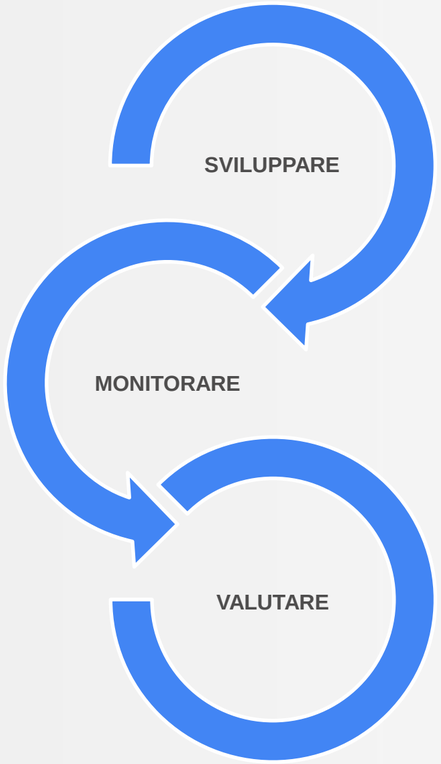
Priorità

Aree del Questionario

1. ORIENTAMENTO
2. POLICY SCOLASTICHE
3. AMBIENTE FISICO E ORGANIZZATIVO
4. AMBIENTE SOCIALE
5. COMPETENZE SULLA SALUTE
6. COLLABORAZIONE COMUNITARIA
7. SERVIZI PER LA SALUTE

VANTAGGIO DELLA VALUTAZIONE INIZIALE

IMPOSTARE LE BASI DA CUI PARTIRE PER



UNA SCUOLA CHE PROMUOVE SALUTE

Corso PNFD 2025/2026 - PILLOLE DI BENESSERE

Chi?

NIV
(Nucleo Interno di Valutazione)

Gruppo di lavoro della scuola che promuove salute

Gruppi di studenti, insegnanti, personale non docente e genitori (aggregare i risultati di ciascun gruppo)

Quando?

A partire da Settembre 2026 quando si apre la piattaforma SIDI per modifiche e/o aggiornamenti al PTOF

Corso PNFD 2025/2026 - PILLOLE DI BENESSERE

Obiettivo della Rete
modificare in senso positivo lo stato di salute di una popolazione

- Strumento di valutazione rapida (ispirato al documento presente nel Manuale SHE)
- **Profilo di salute** della propria scuola (attraverso lo studio dei determinanti di salute)
- La salute e il benessere nei Documenti Strategici delle Scuole: **dal RAV al PTOF orientato alla promozione alla salute**

Corso PNFD 2025/2026 - PILLOLE DI BENESSERE

Quali sono gli ostacoli principali che minacciano il TUO benessere quotidiano a scuola?



Vediamolo insieme!

OSTACOLI PRINCIPALI

Studio condotto su 2000 docenti italiani - (Fonte: Focus Scuola)



STRESS (85% livelli pari o superiori a 7 su 10))

SENSO DI INADEGUATEZZA (14%)

ANSIA (11%)

COMPETIZIONE (7%)

OSTACOLI SECONDARI

…da non sottovalutare…



BUROCRAZIA

RAPPORTO CON I GENITORI

GESTIONE DEL TEMPO

RUMORE

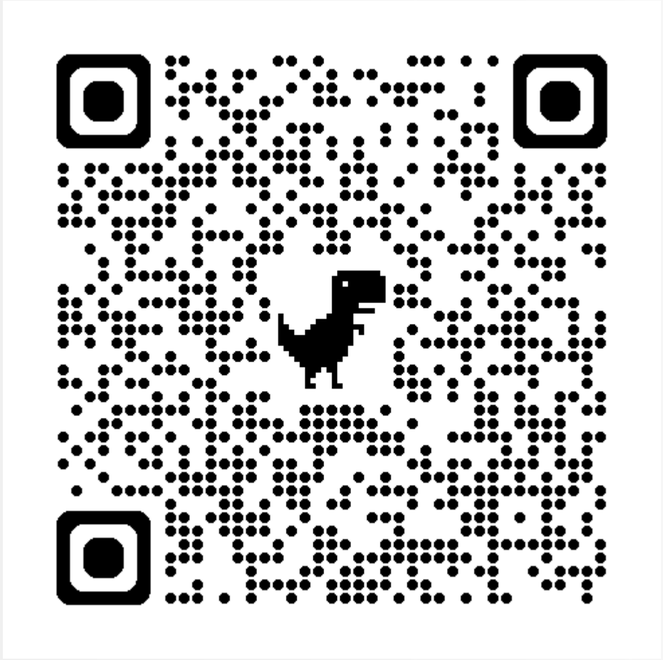
PETTEGOLEZZI



Questi fattori sono **esterni** e non possiamo cambiarli domattina (come la burocrazia), ma oggi lavoreremo su come cambiare il modo in cui voi reagite a questi ostacoli, per evitare che prosciughino le vostre energie e vedremo su quali leve interne possiamo agire per non farci travolgere

Corso PNFD 2025/2026 - PILLOLE DI BENESSERE

Un QUESTIONARIO per ‘misurare’ il livello di benessere nella vostra realtà scolastica



Perché fare rete?

Per sentirsi ‘meno soli’
Per avere il punto di vista di altre scuole
Per condividere problematiche ed esperienze relative al benessere
Per attivare buone pratiche nei propri istituti

Una scuola che promuove salute adotta un **approccio globale**, riconoscendo che tutti gli aspetti del contesto scolastico possono influenzare il benessere di studenti e personale scolastico

Corso PNFD 2025/2026 - PILLOLE DI BENESSERE

I VALORI DI UNA SCUOLA CHE PROMUOVE SALUTE

- Equità
- Inclusione
- Partecipazione
- Sostenibilità

Corso PNFD 2025/2026 - PILLOLE DI BENESSERE

COME COSTRUIRE INSIEME LA SCUOLA DEL BENESSERE



Spunti per valorizzare, incentivare e sviluppare azioni volte alla promozione del benessere e della salute

Corso PNFD 2025/2026 - PILLOLE DI BENESSERE



COLLABORAZIONE CON LA COMUNITÀ E CON I SERVIZI
…in che modo?

La scuola favorisce la collaborazione e la corresponsabilità con le famiglie sui temi di salute
-colloqui con i genitori
-diffusione su tematiche di salute alla comunità
-organizzazione di momenti aperti alla partecipazione della collettività

La scuola promuove il legame con la comunità e la coesione sociale:
-adesione ad iniziative di volontariato
-organizzazione visite guidate sul territorio
-individuazione di eventi proposti dal territorio

Corso PNFD 2025/2026 - PILLOLE DI BENESSERE



COLLABORAZIONE CON LA COMUNITÀ E CON I SERVIZI
…in che modo?

La scuola collabora con enti del territorio per garantire esperienze di salute a studenti, personale scolastico e famiglie:

- richieste agli Enti competenti percorsi pedonabili o ciclabili
- accordi con strutture sportive per incentivare la pratica sportiva (anche per insegnanti)

La scuola partecipa a iniziative ed eventi organizzati a livello internazionale, nazionale, regionale o provinciale per la promozione di comportamenti salutari

- adesione a campionati studenteschi
- partecipazione a programmi Erasmus+ su tematiche di salute

Corso PNFD 2025/2026 - PILLOLE DI BENESSERE



PREMESSA:

Più ampiamente nella Raccomandazione del Consiglio Europeo di data 28 novembre 2022 sui percorsi per il successo scolastico sulle politiche di riduzione dell'**abbandono scolastico** si legge che “È opportuno che sia dedicata particolare attenzione al benessere a scuola, poiché si tratta di una componente chiave del successo scolastico.” Il concetto di benessere fisico ed emotivo di discenti e insegnanti viene a più riprese citato come ambito prioritario e imprescindibile interconnesso con il miglioramento della padronanza delle competenze di base, all’interno di ambienti di apprendimento favorevoli e sani in cui si promuovano e favoriscano l’**inclusione e l’equità.**



Corso PNFD 2025/2026 - PILLOLE DI BENESSERE

VERSO UN ECOSISTEMA DELL'APPRENDIMENTO

(incrocio di luoghi, tempi, persone, attività didattiche, strumenti e risorse)



Per costruire un ambiente di apprendimento motivante vanno promossi il senso di appartenenza, la fiducia reciproca, lo stare bene di tutte le componenti della scuola a diversi livelli:

1) **Dimensione fisica**: il benessere è da intendersi come il livello di salute degli studenti e della loro capacità di condurre uno stile di vita sano
2) **Dimensione emotiva**: è la capacità di riconoscere e gestire le emozioni, è fondamentale per il raggiungimento del benessere emotivo degli studenti
3) **Dimensione sociale**: è l'aspetto del benessere che riguarda le relazioni interpersonali
4) **Dimensione cognitiva**: un apprendimento attivo e coinvolgente diventa fondamentale per il benessere cognitivo degli studenti



Grazie per l’attenzione

Crediti immagini: freepik su Freepik - pikisuperstar su Freepik - katemangostar su Freepik - pch.vector su freepik