

Il Forum è un'iniziativa del  
DSS e del DECS per contribuire  
alla promozione della salute e  
del benessere nella scuola

*“affinché ciascuno possa vivere,  
lavorare, imparare e sviluppare  
armoniosamente la propria  
personalità.”*

C

R

A



## Indirizzi

*Segretariato del Forum per la  
promozione della salute nella scuola:*

c/o Centro di risorse didattiche e digitali  
V.le S. Franscini 32  
6500 Bellinzona

e-mail: [forumsalutescuola@ti.ch](mailto:forumsalutescuola@ti.ch)  
sito web: [www.ti.ch/ForumSaluteScuola](http://www.ti.ch/ForumSaluteScuola)



un documento del  
Forum per la  
promozione della  
salute nella scuola

A

T

# **CARTA**

della promozione della salute  
nella scuola in Ticino



un documento del  
**Forum per la promozione  
della salute nella scuola**

## PREMESSA

La **CARTA** della promozione della salute nella scuola in Ticino (**CARTA**) è stata elaborata all'interno del Forum per la promozione della salute nella scuola ed è frutto di un lavoro di concertazione per creare una cultura comune e condivisa tra i rappresentanti del mondo della scuola e del settore della salute pubblica. La **CARTA** offre un quadro concettuale ideale al quale tutta la comunità educante dovrebbe riferirsi nel definire l'orientamento delle azioni da intraprendere nell'ambito della promozione della salute nella scuola. Le indicazioni espresse devono tener conto dell'età degli allievi e delle particolarità del settore scolastico interessato.

*I membri del Forum per la promozione della salute nella scuola condividono il contenuto di questa **CARTA**, si impegnano a diffonderlo e a tenerne conto in ogni situazione che possa avere un impatto sulla salute delle componenti della scuola. Il Forum invita tutti gli interessati ad aderire a questo impegno.*

## Introduzione

**di Manuele Bertoli**, Consigliere di Stato. Direttore del Dipartimento dell'educazione, della cultura e dello sport (DECS).

*La scuola, attraverso le importanti riforme che sta implementando, apre nuove opportunità per integrare in modo coerente ed efficace la dimensione del benessere e della salute all'interno dell'azione educativa rivolta ai suoi allievi.*

*Nella scuola dell'obbligo in particolare, l'introduzione all'interno del nuovo **Piano di studio della scuola dell'obbligo ticinese** di un contesto di formazione generale dedicato alla salute e al benessere ha permesso la formulazione di precise aspettative rispetto alle competenze trasversali che vogliono essere sviluppate negli allievi in questo ambito. Parallelamente, attraverso il progetto di riforma **La scuola che verrà**, sono in corso di elaborazione innovazioni strutturali e didattiche che permetteranno un'adeguata traduzione delle indicazioni del Piano di studio nel lavoro concreto degli insegnanti e nell'esperienza di apprendimento degli allievi.*

*L'attenzione rivolta agli allievi e alla loro educazione non deve tuttavia indurre a perdere di vista il fatto che i concetti di benessere e salute sono da riferire all'insieme degli attori attivi nella scuola, quindi anche ai docenti, agli operatori e ai quadri scolastici:*

*la creazione di condizioni favorevoli tanto all'apprendimento degli allievi quanto al lavoro svolto da questi attori, rappresenta in effetti un presupposto determinante all'esercizio di una scuola pubblica di qualità e nella quale - riprendendo una formulazione proposta all'interno della **CARTA della promozione della salute nella scuola in Ticino** - "ciascuno possa vivere, lavorare, imparare e sviluppare armoniosamente la propria personalità".*

*Per favorire una piena realizzazione delle nuove opportunità che si affacciano sulla scuola ticinese e per affrontare con successo le molteplici sfide alle quali è chiamata a rispondere, l'interazione tra la scuola e gli attori istituzionali ed extra-scolastici che si occupano di benessere e salute, in un'ottica di reciproca conoscenza e progettualità, diviene ancora più importante. Il **Forum per la promozione della salute nella scuola** riveste oggi in questo ambito un ruolo accresciuto rispetto al passato.*

## Introduzione

**di Paolo Beltraminelli**, *Presidente del Consiglio di Stato.  
Direttore del Dipartimento della sanità e della socialità (DSS).*

*La salute è una premessa fondamentale per la nostra vita. Oggi definita come capacità di adattarsi e gestirsi di fronte alle sfide sociali, fisiche ed emotive, la salute è un'importantissima risorsa individuale e collettiva che va generata, preservata, aggiornata, mantenuta e attivata nelle varie fasi della vita. Una persona in salute riesce a vivere e convivere al meglio in una comunità altrettanto sana e attenta al benessere di tutti i suoi membri, ma avrà soprattutto modo di sviluppare con positività il proprio progetto di vita.*

*In questo processo la scuola svolge un ruolo fondamentale poiché accoglie e forma le nuove generazioni in un momento cruciale della crescita, un periodo della vita nel quale si formano le competenze e in cui si può contribuire alla nascita di buone abitudini, invece di intervenire – con risorse ben maggiori e risultati più difficili – per modificare cattive abitudini nell'adulto. Ben venga dunque l'introduzione di un impegno dedicato alla salute e al benessere nel nuovo Piano di studio della scuola dell'obbligo ticinese, per crescere e svilupparsi in salute attraverso l'adozione di corrette abitudini di vita e favorendo il giusto atteggiamento verso i comportamenti a rischio, anche per il futuro.*

*La promozione della salute nella scuola va declinata nel concreto e si realizza appieno solo se v'è coerenza nell'attività quotidiana del singolo istituto e nel clima di lavoro in cui s'insegna e s'impara. Le competenze individuali e sociali dei diversi attori scolastici vanno quindi promosse ed esercitate durante tutto l'anno scolastico, in modo trasversale alle singole discipline, sino a idealmente permeare il clima d'istituto. A questo fine, sarà opportuno prestare attenzione a progetti che, pur partendo da un problema specifico, permettano un approccio più ampio, con riflessioni atte a contestualizzare singoli problemi in un'ottica generale di promozione della salute.*

*Da sempre, il DSS è pronto a sostenere con le proprie competenze il DECS e gli istituti scolastici in questo compito strategico. Il **Forum per la promozione della salute nella scuola**, creato nel 2003 da questi due Dipartimenti, deve pertanto proseguire la sua funzione di luogo d'incontro, scambio e mediazione tra istanze pubbliche e private alleate affinché nella scuola "ciascuno possa vivere, lavorare, imparare e sviluppare armoniosamente la propria personalità".*

## Principio generale

**Persone informate, consapevoli e in grado di attivare risorse personali, comunitarie e sociali sono nella miglior condizione per compiere scelte responsabili e favorevoli alla salute.**

## Visione

- La scuola è un luogo nel quale gli obiettivi formativi e educativi sono complementari e perseguiti compatibilmente con la salute e i suoi determinanti.
- La scuola offre alle proprie componenti (docenti, allievi e, indirettamente, genitori) un ambiente sicuro e favorevole alla salute nel rispetto delle differenze individuali (di genere, lingua, origine, religione, orientamento sessuale, capacità/handicap, ...), dove ciascuno può vivere, lavorare, imparare e sviluppare armoniosamente la propria personalità e le proprie potenzialità secondo i propri ritmi.
- La scuola è portatrice di valori essenziali: il rispetto del valore intrinseco della persona e del proprio corpo, il rispetto dei diritti e delle responsabilità personali e sociali di ogni individuo, la possibilità di autorealizzazione, la partecipazione di ognuno nel determinare il proprio contesto di vita.
- La scuola promuove la salute favorendo l'acquisizione di competenze psicologiche, sociali e fisiche, come pure l'assunzione di responsabilità individuali e collettive.

## La salute

Secondo la definizione dell'OMS, la salute è "uno stato di completo benessere fisico, psichico e sociale e non soltanto un'assenza di malattia e/o d'infermità" (OMS 1948).

Per conseguire uno stato di benessere fisico, psichico e sociale, l'individuo e il gruppo devono poter riconoscere e soddisfare i propri bisogni, identificare e realizzare le proprie aspirazioni nel rispetto degli altri e dell'ambiente.

Questa visione, che esprime uno stato ideale a cui tendere, può essere integrata da una definizione più operativa nella quale la salute è vista come la capacità di adattamento, d'interazione e di autogestione delle persone e delle comunità di fronte alle sfide sociali, fisiche ed emotive poste dall'ambiente e dalle condizioni di vita.

La salute è intesa come risorsa di vita quotidiana: esprime un concetto positivo che tiene conto delle risorse personali, comunitarie e sociali, delle capacità fisiche, della guarigione o della convivenza con la malattia.

La salute è in relazione con il sentimento di libertà dell'individuo: libertà come possibilità di sviluppare la propria autocoscienza e la propria intersoggettività.

## I determinanti

La salute e il benessere sono influenzati:

1. **Da fattori biologici** quali il sesso, l'età, il patrimonio genetico, la condizione fisica, ...
2. **Dalla situazione personale e familiare** che include le risorse individuali (autostima, identità, sviluppo morale, formazione), i comportamenti (alimentazione, attività fisica, stile di vita, gestione del tempo) e il grado di integrazione sociale (relazioni, rete sociale, ruoli, partecipazione).
3. **Dal contesto fisico, socio-economico e culturale** dato dall'ambiente (qualità dell'acqua e dell'aria), dalla struttura urbanistica, dall'organizzazione del mondo del lavoro, dai servizi, dalla cultura, dalla struttura sociale (distribuzione della ricchezza, partecipazione, rapporti intergenerazionali), dall'organizzazione sanitaria e dal grado di accessibilità ai servizi sanitari.

→ **Nel caso specifico della scuola:**

4. **Dalla struttura e dall'organizzazione del sistema scolastico/educativo** in cui confluiscono aspetti pedagogico-didattici (contenuti, modalità di insegnamento, sostegno pedagogico), aspetti legati all'apprendimento (riuscita/insuccesso, valutazione, organizzazione delle materie, piacere, stress), aspetti legati all'ambiente sociale (clima scolastico, regole, relazioni interne ed esterne) e all'ambiente fisico (aule, spazi, localizzazione della scuola, disponibilità e qualità dei servizi mensa, trasporti).
5. **Da aspetti organizzativi** come i programmi, le griglie orarie, il sistema di valutazione, le modalità formali e informali che contraddistinguono i rapporti – tra adulti e adulti, tra adulti e allievi e tra allievi e allievi – ed eventuali modifiche delle componenti della scuola che potrebbero avere un impatto sulla salute.

## Promozione della salute

Attraverso l'acquisizione di motivazione, conoscenze, competenze e consapevolezza, la promozione della salute mira a rafforzare la capacità delle persone e delle collettività di agire – da soli e/o con gli altri – per mantenere e migliorare la propria salute e per creare ambienti favorevoli.

La promozione della salute è un processo che deve favorire la partecipazione di tutti gli individui – da soli e in gruppo – e rafforzarne l'autonomia, l'assunzione di responsabilità e il reciproco sostegno, garantendo nel contempo giustizia ed equità.

→ **Nel caso specifico della scuola:**

la promozione della salute è trasversale alle singole discipline (materie) ed è presente in ogni atto educativo e in ogni interazione nel vissuto quotidiano della scuola. Essa necessita, inoltre, di momenti di tematizzazione specifica che devono essere inseriti in un progetto condiviso e coerente.

All'approccio trasversale deve essere assicurata una continuità nel tempo concordata fra le diverse materie e i docenti interessati.

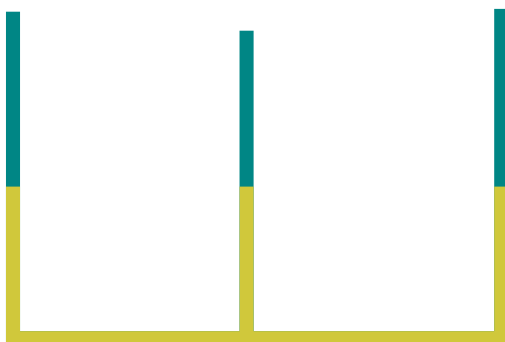
L'azione della scuola dev'essere accompagnata da interventi e azioni coerenti, esterne ad essa; la promozione della salute necessita infatti di un approccio interdisciplinare e multisettoriale.

## Educazione alla salute, prevenzione e protezione della salute

L'**educazione alla salute** promossa dalla scuola è intesa come l'insieme delle strategie adottate all'interno della formazione con l'obiettivo di trasmettere conoscenze e promuovere comportamenti favorevoli alla propria salute e a quella degli altri.

**La prevenzione** è l'insieme delle misure adottate quale risposta a un problema sociosanitario esistente, nuovo o che si è acutizzato. È una risposta puntuale intesa soprattutto come informazione, sensibilizzazione, formazione e/o dissuasione rispetto ai rischi per la salute. Si distingue tra prevenzione primaria (destinata a tutti), prevenzione secondaria (destinata a gruppi o a individui particolarmente esposti a determinati rischi – presa a carico e/o riduzione del rischio) e prevenzione terziaria (destinata ai casi in cui è necessaria una terapia, riabilitazione e/o riduzione del danno).

**La protezione** della salute ricopre l'insieme delle misure e attività che contribuiscono a ridurre al minimo il rischio di problemi di salute relativi a fattori ambientali. Nel caso specifico della scuola consiste nel garantire un ambiente che protegga la salute di tutti.



## Scuola che promuove la salute

Una cultura della promozione della salute nella scuola nasce dalla condivisione dei suoi obiettivi da parte di tutti gli attori; essa facilita interventi di prevenzione e protezione più specifici, in funzione dei bisogni esistenti o di quelli emergenti.

La scuola agisce sui determinanti di sua pertinenza per diventare progressivamente luogo dove:

- *ci siano convivialità, benessere e partecipazione;*
- *ci siano tempi e spazi per l'ascolto e la relazione;*
- *siano riconosciute e valorizzate le risorse e le competenze di ognuno;*
- *siano incentivate e sviluppate risorse collettive per l'analisi e la soluzione dei problemi;*
- *sia sviluppata la competenza per affrontare in modo creativo i conflitti, considerandoli un'opportunità;*
- *i fattori di rischio siano identificati, affrontati e, se possibile, ridotti;*
- *gli individui possano dare il meglio di sé.*

Si è consapevoli che questa descrizione rappresenta un punto d'arrivo ideale e che nelle dinamiche interne alla scuola possono essere presenti contrasti, conflittualità e incoerenze che necessitano di tempo per essere superati.

La scuola assume un ruolo attivo e propositivo in materia di promozione della salute, integrando eventuali contributi esterni (consulenze e/o interventi specialistici) in modo mirato e appropriato, sempre all'interno di un progetto globale.

In particolare, la scuola favorisce la comunicazione al suo interno, coinvolgendo tutte le sue componenti (direzione, docenti, allievi e genitori) nella ricerca di consenso su temi, valori e progetti che si intendono promuovere nel singolo istituto.



## **Progetto educativo d'istituto**

Pur auspicando un progetto quadro per tutta la scuola – e più specifico per i diversi settori – ogni istituto scolastico deve avere un proprio progetto che si esplicherà in modo trasversale alle discipline. Questo progetto dovrebbe permettere di stabilire una base e un'intesa comuni, con l'opportunità di affrontare le questioni di salute secondo le diverse aree disciplinari.

Il progetto educativo d'istituto viene elaborato coinvolgendo le varie componenti della scuola (docenti, allievi, direzione e genitori), secondo le rispettive competenze. Inoltre, ogni istituto dovrebbe impegnarsi per creare una "cultura d'istituto" favorevole alla promozione della salute.

## **Collaborazione**

La promozione della salute nella scuola implica la necessità di un impegno che vede collaborare a livello di sede, ma anche cantonale, le diverse componenti della scuola con specialisti esterni. Il coinvolgimento e la partecipazione degli allievi costituiscono un valore fondamentale.

È indispensabile il sostegno delle autorità politiche in questo processo per fornire alla scuola le risorse necessarie.

L'insieme e l'interazione delle diverse competenze, come pure il coordinamento dei vari interventi nella scuola, assicurano la qualità del processo di promozione della salute nella sua dimensione comunitaria. In caso di interventi dall'esterno, la scuola deve verificarne la competenza e la professionalità e prevedere una valutazione finale del progetto.

È importante rispettare e non confondere le competenze professionali e definire le responsabilità di ognuno, incentivando la relazione e lo scambio tra i diversi attori. È fondamentale, inoltre, definire progetti chiari, con obiettivi precisi e valutabili.

## **Formazione degli operatori scolastici**

Nell'ambito della promozione della salute, la formazione dev'essere sostenuta da principi chiari di politica scolastica e deve basarsi sui bisogni formativi dei singoli e dell'istituzione.

Tale formazione dev'essere integrata da esperienze dirette sul territorio e deve permettere di entrare in un processo formativo utile alla crescita individuale e collettiva. Gli operatori devono poter essere sostenuti in questo processo, sia singolarmente che come gruppo.

## **Valutazione**

Ogni istituto scolastico dovrebbe avvalersi di strumenti che permettano di monitorare le diverse situazioni, come pure il grado di benessere degli allievi e dei docenti, e di valutare l'impatto degli interventi.

I progetti specifici sviluppati e realizzati negli istituti scolastici sono descritti seguendo procedure standardizzate, comprendenti un'analisi della situazione, la definizione di obiettivi, i tipi di misure e gli indicatori di valutazione.

