

Programmi di promozione della salute e stili di vita sani

Offerta formativa anno scolastico 2025 -2026

Sistema Socio Sanitario
 Regione
Lombardia
ATS Bergamo

ASST Papa Giovanni XXIII
ASST Bergamo Est
ASST Bergamo Ovest

 Ministero dell'Istruzione e del Merito
Ufficio Scolastico Regionale per la Lombardia
 Ufficio
Scolastico
Territoriale
di Bergamo

Scuole che promuovono salute - Rete SPS


Programmi di promozione della salute e stili di vita sani

Quali tematiche?

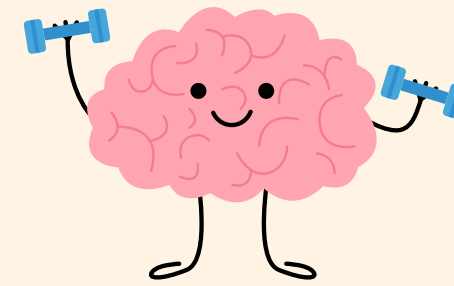
Sana e corretta alimentazione



Sicurezza domestica e stradale



Attività fisica e movimento



Corretta igiene orale



Come funziona?

- Per tutti i progetti proposti, a livello operativo, gli **insegnanti**, con il supporto di ATS, propongono le attività in classe con gli studenti utilizzando il **materiale di supporto fornito**.
- È previsto un **incontro di presentazione** (in presenza o online) del percorso e dei materiali a cura di ATS di Bergamo durante il quale verranno fornite ai docenti le indicazioni necessarie per svolgere con i loro studenti le attività previste in modo continuativo durante l'anno scolastico.

La salute si impara da piccoli

Scuola dell'infanzia

Il percorso prevede la realizzazione di buone pratiche che consistono nell'utilizzo di materiali educativi che attraverso il gioco promuovono la conoscenza di una sana alimentazione e dell'importanza del movimento.

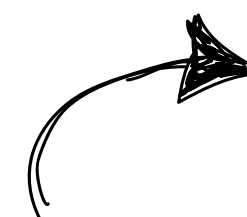
I percorsi educativi proposti sono:

- Il segreto delle piramidi
- Fata verdurina
- Colazione che passione
- Gioco e mangio



Obiettivi: Implementare buone pratiche di educazione alimentare e movimento mediante creazione di situazioni ludiche che portino a familiarizzare con categorie di alimenti meno consumate dai bambini (verdure, legumi, pesce) e a sviluppare forme di movimento diversificate all'interno della quotidianità scolastica.

L'avvio del percorso prevede un incontro di presentazione delle tematiche e dei materiali con le scuole aderenti



**COMPILA IL MODULO DI
ADESIONE ONLINE**

Movimento a scuola

Scuola Primaria - Intero ciclo

Il progetto viene proposto attraverso quattro buone pratiche finalizzate a promuovere il movimento degli studenti all'interno della giornata scolastica. Le scuole aderenti si impegnano a realizzare durante l'anno scolastico almeno una buona pratica tra quelle proposte:

Un miglio al giorno



Uscite quotidiane con l'insegnante per coprire la distanza di un miglio (circa 1600 metri) a passo svelto

Pause attive



Brevi interruzioni della lezione in aula, della durata di pochi minuti (da 3 a 15 minuti), che prevedono attività di tipo ludico-motorio

Piedibus



Promozione del tragitto casa - scuola a piedi con l'aiuto di volontari

Playground marked



Realizzazione di marcature del suolo per creare aree dedicate al movimento sia in ambiente interno che esterno

Obiettivi: promuovere il movimento in ogni possibile occasione offerta dalla vita scolastica, mirando a creare un ambiente che supporti attivamente uno stile di vita attivo per tutti.

L'avvio del percorso prevede un incontro di presentazione delle tematiche e dei materiali con le scuole aderenti



**COMPILA IL MODULO DI
ADESIONE ONLINE**

La salute e il mio sorriso

Scuola Primaria - Classi II e III

Il progetto consiste in un percorso educativo, nato dalla collaborazione con ANDI, finalizzato all'acquisizione di stili di vita sani con particolare riferimento all'igiene orale e alla prevenzione della carie. Sono previste 8 unità didattiche che i docenti, supportati dal materiale didattico fornito, dovranno implementare in classe nell'arco di 15 ore totali. Le unità didattiche sono così organizzate:

- Unità Didattica n° 1: La Salute
- Unità Didattica n° 2: I Cambiamenti della Crescita
- Unità Didattica n° 3: La Funzione dei Denti
- Unità Didattica n° 4: La Struttura del Dente
- Unità Didattica n° 5: La Prevenzione della Carie
- Unità Didattica n° 6: L'Igiene Orale
- Unità Didattica n° 7: L'Alimentazione ed il Fluoro
- Unità Didattica n° 8: Il Dentista



Manuale per gli insegnanti
della Scuola Elementare 1° e 2° ciclo



Percorso educativo sull'igiene orale

Obiettivi: creare consapevolezza sull'importanza di mantenere i denti sani, conoscere e mettere in pratica i comportamenti utili alla prevenzione della carie

L'avvio del percorso prevede un incontro di presentazione delle tematiche e dei materiali con le scuole aderenti



**COMPILA IL MODULO DI
ADESIONE ONLINE**

A scuola di sicurezza

Scuola Primaria - Intero ciclo

Il progetto prevede l'adozione di un curriculum scolastico sulla sicurezza con la predisposizione ed implementazione di un percorso didattico di ausilio agli insegnanti ed agli studenti per sviluppare conoscenze, attitudini e capacità di comportamento finalizzate all'adozione e al mantenimento di stili di vita sani e sicuri.

Le unità didattiche:

I PERICOLI A SCUOLA

- **Rischi nei vari ambienti della scuola**
- **I rischi della palestra**

I PERICOLI A CASA

- **L'energia elettrica**
- **L'incendio**
- **Il gioco**

I PERICOLI PER STRADA

- **Tutti sulla buona strada**
- **Viaggio sicuro in auto**

I PERICOLI SUL TERRITORIO

- **La Protezione Civile e le associazioni**

I PERICOLI DEL MONDO VIRTUALE

- **Navigare al sicuro senza restare intrappolati nella rete**

Obiettivi: Incentivare la cultura della sicurezza e della prevenzione degli incidenti domestici e stradali fra gli operatori della scuola e gli studenti.

L'avvio del percorso prevede un incontro di presentazione delle tematiche e dei materiali con le scuole aderenti



**COMPILA IL MODULO DI
ADESIONE ONLINE**

Il segreto delle piramidi

Scuola Primaria - Primo biennio

Sviluppando il tema dell'alimentazione all'interno delle diverse discipline, il progetto è mirato ad accrescere le conoscenze e le competenze degli studenti relativamente ai propri **comportamenti alimentari**. In particolare, attraverso la proposta di esperienze concrete punta a renderli maggiormente consapevoli delle proprie abitudini, a individuare ed analizzare criticamente le difformità rispetto a modelli alimentari di riferimento, ad intraprendere infine cambiamenti adatti a migliorare il proprio stile di vita.

Obiettivi: promuovere una sana alimentazione, inserendola all'interno del curriculum scolastico. A livello operativo, i docenti, con il supporto di ATS, propongono le attività in classe con gli studenti utilizzando il materiale di supporto fornito dal manuale per docenti.

L'avvio del percorso prevede un incontro di presentazione delle tematiche e dei materiali con le scuole aderenti



**COMPILA IL MODULO DI
ADESIONE ONLINE**



Il progetto viene proposto attraverso due buone pratiche finalizzate a promuovere il movimento degli studenti all'interno della giornata scolastica. Le scuole aderenti si impegnano a realizzare durante l'anno scolastico almeno una buona pratica tra quelle proposte:

Pause attive



Brevi interruzioni della lezione in aula, della durata di pochi minuti (da 3 a 15 minuti), che prevedono attività di tipo ludico-motorio

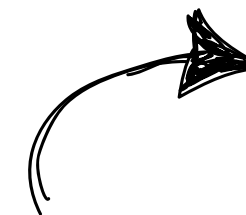
Playground marked



Realizzazione di marcature del suolo per creare aree dedicate al movimento sia in ambiente interno che esterno

Obiettivi: promuovere il movimento in ogni possibile occasione offerta dalla vita scolastica, mirando a creare un ambiente che supporti attivamente uno stile di vita attivo per tutti.

L'avvio del percorso prevede un incontro di presentazione delle tematiche e dei materiali con le scuole aderenti



**COMPILA IL MODULO DI
ADESIONE ONLINE**

Scuola Secondaria di I grado

Il progetto prevede l'adozione di un curriculum scolastico sulla sicurezza con la predisposizione ed implementazione di un percorso didattico di ausilio agli insegnanti ed agli studenti per sviluppare conoscenze, attitudini e capacità di comportamento finalizzate all'adozione e al mantenimento di stili di vita sani e sicuri.

Le unità didattiche:

Classi I

- Niente imprevisti, le vacanze sono sacre (autonomia)
- Sirene: navigazione insicura (sicurezza sul web)

Classi II

- L'alimentazione: il menù della vita sana
- Un territorio che si muove per la sicurezza
- Uso e abuso delle tecnologie digitali

Classi III

- Adulti e coetanei sconosciuti
- Chat e conoscenze virtuali

Obiettivi: Incentivare la cultura della sicurezza e della prevenzione degli incidenti domestici e stradali fra gli operatori della scuola e gli studenti.

L'avvio del percorso prevede un incontro di presentazione delle tematiche e dei materiali con le scuole aderenti



**COMPILA IL MODULO DI
ADESIONE ONLINE**

Mangiando si impara

Scuola Secondaria di I grado

“Mangiando s’impara” è un progetto educativo che integra il percorso curricolare “Il segreto delle piramidi” che sviluppa il tema dell’alimentazione all’interno delle diverse discipline ed è mirato ad accrescere le conoscenze e le competenze degli studenti relativamente ai propri comportamenti alimentari.



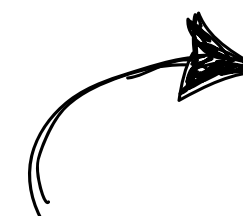
Tematiche trattate:

- corretta lettura e interpretazione dell’etichetta dei prodotti alimentari
- cibo e territorio
- cibo e sostenibilità



Obiettivi: Implementare buone pratiche di educazione alimentare, creare consapevolezza rispetto alle abitudini, individuare ed analizzare criticamente le difformità rispetto a modelli alimentari di riferimento e intraprendere cambiamenti adatti a migliorare il proprio stile di vita.

L’avvio del percorso prevede un incontro di presentazione delle tematiche e dei materiali con le scuole aderenti



**COMPILA IL MODULO DI
ADESIONE ONLINE**

Il progetto viene proposto attraverso una buona pratica finalizzata a promuovere il movimento degli studenti all'interno della giornata scolastica.

Pause attive



Brevi interruzioni della lezione in aula, della durata di pochi minuti (da 3 a 15 minuti), che prevedono attività di tipo ludico-motorio

Obiettivi

- Incrementare il tempo di attività fisica quotidiano delle bambine e dei bambini
- Ridurre il tempo trascorso da seduti, contrastando i comportamenti sedentari che costituiscono un rischio per la salute
- Favorire una connessione sociale e aiutare il lavoro di gruppo, la comunicazione e la risoluzione di problemi

Azioni previste

- Programmazione condivisa con la possibilità di costituzione di un Gruppo di Lavoro dedicato
- Formazione degli insegnanti per fornire conoscenze teoriche e competenze pratiche sulla gestione delle pause attive.

L'avvio del percorso prevede un incontro di presentazione delle tematiche e dei materiali con le scuole aderenti



**COMPILA IL MODULO DI
ADESIONE ONLINE**

Programmi scolastici: riferimenti e contatti

CONTATTI & INFO

SC Promozione della Salute - Dipartimento di

Igiene e Prevenzione Sanitaria ATS Bergamo

promozione.dips@ats-bg.it 035 2270519

Alessandra Maffioletti

Referente Programmi scolastici

DIPS - ATS Bergamo



alessandra.maffioletti@ats-bg.it

INFORMAZIONI DETTAGLIATE

<https://www.ats-bg.it/promozione-salute-scuola>

PER RESTARE CONNESSI [ats-bg.it](https://www.ats-bg.it)

