

**Una mattina di
laboratori e attività**

Per le scuole superiori

3 OTTOBRE 19





Gentile insegnante, puntuale come ogni anno, torna **Futuro in Salute**, l'iniziativa dell'Azienda Usl di Piacenza per promuovere **sani stili di vita**. Vieni a Piacenza, sul Pubblico Passeggio, con la tua classe **giovedì 3 ottobre**. I professionisti della salute e i volontari hanno ideato e realizzato attività di approfondimento coinvolgenti per i ragazzi. L'obiettivo è quello di potenziare le competenze dei tuoi studenti e aiutarli a sviluppare fattori protettivi importanti per la loro crescita. Le attività sono tutte interattive e gratuite.

Per l'edizione 2019, la mattina è così articolata:

- Dalle 9.00 alle 10.30 la classe potrà seguire **una delle attività a scelta** inserite in questo catalogo.
- Alle ore 10.30 è prevista, per tutti i presenti, la visione dello spettacolo **GIOVANI SPIRITI** all'interno del palazzetto dello sport di via Alberici. Attraverso quiz e interviste, i ragazzi vengono continuamente stimolati e coinvolti, per sensibilizzare i giovanissimi riguardo i rischi legati all'uso di sostanze alcoliche. Se la classe avesse già visto lo spettacolo in altre occasioni o non fosse interessata, **può chiedere di svolgere**, dalle ore 10.30 alle 12.00, **una seconda attività a scelta fra quelle proposte**.
- La mattina si chiude tutti insieme, alle 11.45, nel cortile del palazzetto dello sport, con un divertente **flash mob**. Conduce Max, super istruttore della **palestra Mercurio**, appartenente alla rete della Palestre e Associazioni Sportive che promuovono salute.

I laboratori di Futuro in salute si svolgono sul **Pubblico Passeggio**, nel tratto compreso tra via Genova e via Alberici. Si lavora all'aperto, in tensostrutture appositamente predisposte o in postazioni riconoscibili da gazebo. A conferma dell'iscrizione, ti sarà fornita una mappa con le indicazioni per orientarti tra le diverse postazioni. Gli accessi consigliati sono dal parcheggio di via IV Novembre o da via Genova. Le attività sono coordinate dell'Azienda Usl di Piacenza e gestite da professionisti della salute e volontari. Per **info**: comunicazione@ausl.pc.it tel.0523.302227.

GIOVANI SPIRITI

prevenzione all'uso e abuso di alcol

Con Filippo Arcelloni e Enzo Valeri Peruta

Una trasmissione radiofonica con pubblico dal vivo, dal ritmo sostenuto, con uno stile ironico, a tratti quasi irriverente. Sempre col preciso intento di parlare chiaro ai ragazzi e indurli alla riflessione. All'interno di questo "contenitore", accanto a dati significativi provenienti da ricerche nel settore e a informazioni sull'argomento spesso contrastanti, trovano spazio divertimento, sketch e pubblicità "regresso". L'attenzione dei ragazzi è continuamente stimolata; non solo dal linguaggio immediato ed essenziale imposto dai ritmi radiofonici, ma anche dal coinvolgimento diretto del pubblico attraverso quiz e interviste. Momenti comici si alternano a sospensioni cariche di emozioni. Negli ultimi anni è emerso con chiarezza l'uso di alcol da parte degli adolescenti. L'informazione scarsa e inadeguata porta a sottovalutare i rischi fisici e psichici che ne derivano. Bere per facilitare le relazioni sociali, in particolar modo con l'altro sesso.

Bere per divertirsi di più, per esagerare.

Bere per sentirsi inseriti nel gruppo.

Bere per imitazione.

Bere per abitudine.

Bere per noia.

Accettiamo la sfida di incontrare gli adolescenti nel loro mondo, con l'obiettivo di sensibilizzare i giovanissimi riguardo i rischi legati all'uso di sostanze alcoliche, sviluppando in loro un senso critico verso il "bombardamento" mass-mediatico.

Allo spettacolo parteciperanno anche i professionisti Ausl, pronti a fornire il necessario supporto tecnico agli artisti.



PREVENZIONE TEATRO nasce dal comune percorso delle compagnie teatrali **La Pulce** (Bergamo) e **P.K.D.** (Piacenza), nonché dalla collaborazione dei rispettivi direttori artistici: **Enzo Valeri Peruta** e **Filippo Arcelloni**. Entrambi intendono il **teatro come potente strumento di provocazione e riflessione**, in

particolare **verso i giovani e gli adolescenti**. L'attenzione viene quindi posta sul disagio e sulle dipendenze giovanili. Grazie alla collaborazione di varie istituzioni (ASL, Sert, Comuni, Polizia, Associazioni, Scuole...) il gruppo rappresenta i suoi spettacoli su tutto il territorio nazionale. In dieci anni sono state circa 600 le rappresentazioni, per un totale di oltre 120.000 spettatori tra ragazzi e adulti.

Le attività



I "LIKE" MYSELF

L'amore verso sé stessi passa anche attraverso l'amore per il proprio corpo...ma cosa succede quando il mondo dei social network continua a riproporre un ideale di bellezza difficile da raggiungere?

Come proteggersi dalla sofferenza causata dalla non accettazione del proprio corpo? Il laboratorio offre la possibilità di guardare alla propria immagine corporea e a quelle proposte dai media con occhi nuovi, sviluppando maggior senso critico e migliorando la percezione di sé.

A cura dell'equipe dell'ambulatorio dei Disturbi comportamento alimentare

DIPENDE, DA CHE DIPENDE?

Il laboratorio di interazione creativa stimola i ragazzi a riflettere sull'abuso di sostanze. Attraverso il cappello delle domande e dei rischi, gli studenti sono invitati a formulare domande in forma anonima sul tema. L'operatore, prendendo spunto dai quesiti e avvalendosi di sussidi interattivi, cerca di sviluppare una discussione critica tra i presenti.

A cura degli operatori Ops

LE VIE DEL FUMO

Un laboratorio interattivo che esplora le emozioni e l'immaginario legati al tabagismo e fornisce le informazioni di base sul fumo e i meccanismi della dipendenza, utilizzando le tecniche il brainstorming e la scrittura creativa.

A cura di Epidemiologia e promozione della Salute

450 GRAMMI DI VITA

Perché donare sangue? Chi dona sangue lo fa volontariamente, anonimamente e gratuitamente. Sa che ne trae vantaggio tutta la comunità perché senza adeguate scorte sarebbero impossibili interventi chirurgici, terapie e cure su vasta scala. Ma un donatore può contare anche su alcuni vantaggi diretti. Con le visite periodiche gratuite, approfondite e meticolose, tiene monitorata la sua salute ma soprattutto ha il privilegio di sentirsi indispensabile per la collettività.

A cura di Avis



QUANDO I CONTI NON TORNANO

Il laboratorio è imperniato sul sommerso dietro alla trappola del gioco d'azzardo e a quella di internet e degli smartphone. A partire da quello che tutti i ragazzi e le ragazze hanno

sotto gli occhi continuamente (nell'ambiente, nei media, su internet, nei luoghi di divertimento) si propone una lettura critica, appassionante e divertente degli infiniti messaggi riguardanti il gioco d'azzardo e internet.

A cura di Cooperativa L'Arco e Associazione La Ricerca

DIPENDO DA ME

L'associazione Il vaso di Pandora propone un laboratorio di abilità per la gestione dei conflitti e della dipendenza affettiva, partendo dal presupposto che in adolescenza aspetti della relazione interpersonale sia con i pari sia con gli adulti significativi diventano importanti e assumono una connotazione diversa rispetto all'infanzia. I ragazzi diventano più sensibili al giudizio degli altri e alle critiche, spesso si aprono conflitti con le figure adulte specie i genitori, volti a un maggiore riconoscimento della propria individualità e libertà. Il giudizio dei coetanei e degli adulti va a completare la costruzione dell'immagine di sé come persona attraente, simpatica e competente o piuttosto inadeguata e incapace.

Iniziano inoltre le prime attrazioni e le prime relazioni affettive significative e intense, in cui può accadere che la ricerca di sicurezza e di identità crei un legame di dipendenza verso l'altra persona alla quale si può finire per lasciare troppo spazio consentendole di limitare la libertà di uscire o di vedere gli amici.

Il lavoro proposto in questo senso si pone l'obiettivo di rendere più consapevoli i ragazzi e le ragazze rispetto alle modalità comunicative utilizzate nel conflitto che rappresenta l'elemento di maggiore criticità nella relazione; inoltre poiché le relazioni sentimentali o amicali possono sfociare in legami affettivi caratterizzati da eccessiva dipendenza un ulteriore obiettivo del lavoro sarà di promuovere una maggiore consapevolezza dei propri bisogni all'interno delle relazioni con l'altro.

A cura dell'associazione Il vaso di Pandora

DURATA:
TUTTA LA
MATTINA





FA LA DIFFERENZA!

Il laboratorio è condotto dalla psicologa e psicoterapeuta Giovanna Maria Cammi, insieme al medico Davide Bastoni. Con loro, gli studenti affrontano i temi dello sviluppo dell'orientamento sessuale e dell'identità di genere negli adolescenti tramite la discussione di gruppo.

Ai partecipanti viene quindi data la possibilità di intervistare una coppia di ragazzi omosessuali e viene proposta una riflessione sulla discriminazione e sullo sviluppo di comportamenti aggressivi contro il diverso. L'obiettivo è fornire agli studenti gli strumenti di base per capire la sessualità umana in modo da ridurre la conflittualità e favorire la tolleranza e l'accettazione di sé e dell'altro.

A cura di Arcigay Piacenza



SPERIMENTARE IL PRESENTE PER SCEGLIERE IL FUTURO

L'Alternanza scuola-lavoro è una modalità didattica innovativa, che attraverso l'esperienza pratica aiuta a consolidare le conoscenze acquisite a scuola e testare sul campo le attitudini di studentesse e studenti, ad arricchirne la formazione e a orientarne il percorso di studio e, in futuro di lavoro, grazie a progetti in linea con il loro piano di studi (MIUR).

L'Azienda Usl di Piacenza accoglie nelle sue strutture ragazze e i ragazzi delle scuole superiori, offrendo loro la possibilità di conoscere la realtà della sanità pubblica piacentina, attraverso un'esperienza "sul campo" accompagnata da professionisti, in ambienti di formazione adeguati e sicuri che favoriscono la crescita della persona coerentemente con i rispettivi indirizzi di studio. Attraverso un quiz a squadre gli studenti avranno l'opportunità di conoscere la realtà sanitaria piacentina in tutte le sue articolazioni e offerte, le figure professionali che la animano i percorsi di formazione specifici che permettono l'accesso ai ruoli.

A cura dell'equipe di Formazione



PREVENZIONE E SESSUALITÀ FANNO COPPIA A OGNI ETÀ

Questa attività si rivolge a due classi contemporaneamente e prevede di separare la componente femminile da quella maschile per parlare specificatamente a ciascuno dei due gruppi di **prevenzione di genere**. Per le ragazze è prevista un'attività di sensibilizzazione sui **tumori**, in particolare alla mammella, con la chirurga senologa Roberta Raselli. I ragazzi incontreranno invece l'**andrologo** Stefano Fiordelise.



Mentre la maggior parte delle ragazze adolescenti è abituata a fare controlli periodici da un ginecologo, lo stesso non si può dire dei loro coetanei maschi. Meno del 5% si sottopone a una visita andrologica prima dei vent'anni. Eppure, le problematiche che possono insorgere in questa fascia di età, spesso di lieve entità e facili da curare (fimosi, idrocele, varicocele, infiammazioni e anomalie anatomiche), se non diagnosticate in tempo o se trascurate, possono creare seri problemi futuri. L'incontro con lo specialista aiuta a mettere a fuoco le tematiche più rilevanti.

A cura dell'equipe di Andrologia



Il seno è indubbiamente un simbolo importante della femminilità. Il laboratorio trae spunto da un piccolo viaggio nell'arte per sensibilizzare le ragazze presenti sull'importanza di una pratica utilissima quanto semplice, che ogni donna deve conoscere molto bene: l'autopalpazione. Questo è il primo strumento di prevenzione del tumore del seno. Il chirurgo racconterà anche come si svolgono gli screening, ponendo l'accento sull'importanza dell'adesione.

A cura dell'equipe di Chirurgia senologica della Breast Unit

BULLI DI CARTONE

È sempre più importante imparare a riconoscere, prevenire e intervenire sui comportamenti tipici del bullismo. Operatori di Croce Rossa, formati ad hoc, guidano i ragazzi a capire le dinamiche interne dei gruppi, che possono concorrere a creare vittime proteggendo i prevaricatori. Gli studenti riflettono sulle difficoltà che si possono incontrare nel riconoscere le proprie emozioni e quelle degli altri, nell'esprimere e gestire i propri vissuti emotivi. Infine, si parla anche della comunicazione, non sempre semplice, tra adulti e ragazzi.

A cura del Gruppo Giovani di Croce Rossa Italiana

L'AMORE AI TEMPI DELL'AIDS

Gli studenti hanno la possibilità di approfondire le proprie conoscenze sull'infezione HIV/AIDS per vivere una sessualità responsabile. Come si contrae l'Hiv? Come si convive con l'infezione? Quali precauzioni bisogna mettere in atto? Partendo da tutte queste informazioni, lo specialista cerca di stimolare la riflessione sulla sessualità responsabile e sulle possibili ricadute in termini di salute e di comportamenti sessuali inconsapevoli. L'incontro verrà condotto rispettando le sensibilità e necessità espresse dai ragazzi e, se richiesto dalla platea, potrà estendersi anche alle altre malattie a trasmissione sessuale.

A cura di Malattie Infettive

I FOOD GOOD: DALLA DIETA MEDITERRANEA ALLA CUCINA INTERNAZIONALE

Un panino veloce, street food, aperitivi, cucine internazionali: come sono cambiate le nostre abitudini alimentari? Partendo dalla piramide alimentare gli esperti mostreranno agli studenti come sopravvivere alle proposte più accattivanti senza dimenticare un corretto stile alimentare e come è possibile gestire le scelte davanti a un menù pieno di prelibatezze. L'obiettivo è quello di fornire agli studenti informazioni utili all'ottenimento di una sana alimentazione in relazione alle nuove mode alimentari.

A cura dell'equipe dell'ambulatorio dei Disturbi del comportamento alimentare

LA DIPENDENZA E L'USO DI SOSTANZE STUPEFACENTI

Fumo, alcol e cannabis possono creare dipendenza. L'equipe dell'associazione La Ricerca propone attività attivo-esperienziali che mettono in gioco i partecipanti per favorire una riflessione sul tema dell'uso di sostanze stupefacenti.

A cura di Associazione La Ricerca



TRA SCIENZA E PREGIUDIZIO: TUTTO QUELLO CHE AVRESTI VOLUTO SAPERE SULLE DROGHE MA NON HAI MAI OSATO CHIEDERE

Perché i ragazzi fanno uso di droghe? Per spezzare la monotonia del loro quotidiano, per provare emozioni più intense o per inesperienza? Soprattutto, sono consapevoli dei rischi reali che affrontano? Il dottor Antonio Agosti, medico di Pronto soccorso, racconta la sua esperienza diretta degli esiti devastanti che le dipendenze creano nei giovani e negli adulti. I ragazzi sono dapprima invitati a scrivere le loro domande, in modo anonimo e senza inibizioni, per affrontare dubbi e questioni, banali o complesse che siano. È un'occasione unica, per conoscere il complesso mondo delle droghe, senza pregiudizi.

A cura di Pronto soccorso e Medicina d'Urgenza



SULLA RETTA VIA

Gli studenti sono condotti a comprendere in prima persona i danni sulla salute causati dal consumo di alcol soprattutto durante l'adolescenza. Speciali occhiali in 3D permettono di provare come ci si sente sotto l'effetto di alcol. Esercizi facili diventano fonte di disagio e anche camminare può risultare tutt'altro che semplice! I partecipanti affrontano diverse prove e alla fine condividono le sensazioni provate.

**A cura di Epidemiologia
e promozione della Salute**

IO & TE... E POI? S-COVARE IL FUTURO

Il laboratorio è rivolto alle classi V e ha l'obiettivo di avviare e sviluppare un momento di confronto e discussione sui temi della sessualità e della generatività responsabile con gli adolescenti che si affacciano al mondo dei giovani adulti. Questo passaggio evolutivo apre a nuove istanze e tematiche che impegnano i giovani a domande specifiche di questa età: la riflessione e le scelte sul futuro, la pianificazione e i dubbi che questo comporta, la condivisione di una progettualità di coppia che ri-definisce i percorsi dell'individuo. Il laboratorio è occasione di promuovere il servizio Spazio Giovani Adulti dell'Ausl di Piacenza, riservato ai giovani dai 20 ai 26 anni.

A cura del Consultorio Giovani e Spazio Giovani Adulti

LA CURA È DENTRO DI NOI

Dalla diagnosi di leucemia o di un linfoma al trapianto di midollo osseo. Gli specialisti spiegano come viene identificata la compatibilità tra donatore e trapiantato e come vengono preparate le cellule staminali prima dell'invio all'Ematologia. I ragazzi potranno ascoltare direttamente l'esperienza di un donatore effettivo, per capire dalla viva voce di un protagonista le emozioni di questo particolare momento.

A cura di ADMO e dell'equipe di Ematologia e Centro trapianti midollo osseo

LA SCLEROSI MULTIPLA

L'attività proposta ha lo scopo di sensibilizzare i ragazzi sul tema della sclerosi multipla, in modo creativo e interattivo. A fare da filo conduttore ci sono un libro di Francesca Salotti e uno spettacolo teatrale, che lanciano un messaggio di speranza importante. Agli studenti saranno proposte letture sul tema e spezzoni di spettacolo, grazie alla collaborazione delle attrici Maria Antonia Marchesi, Elisa Milani ed Esmeralda Righi (Chez Actors) e della regista Carolina Migli. Il racconto propone un suggestivo viaggio che comincia con la scoperta della malattia e la diagnosi e prosegue con le reazioni di una ragazza e di chi ruota attorno alla sua vita.

Autrice, regista e attrici cercheranno di instaurare un dialogo con gli studenti, rafforzato poi da un messaggio letto da una rappresentante di Aism Piacenza. L'obiettivo del laboratorio è quello di fornire informazioni e trasmettere testimonianze dirette in modo più accattivante rispetto a una tradizionale conferenza e di suscitare un confronto finale, ispirato dalle parole ascoltate.

A cura di AISM

DIRE, FARE, BACIARE

Un bel sorriso e una bocca in ordine sono un biglietto da visita importante anche per i ragazzi. I professionisti guidano gli studenti a conoscere quali sono i principali fattori di rischio delle malattie oro-dentali. Grazie alla presenza del ginecologo, si parlerà anche delle malattie sessualmente trasmissibili di interesse comune ginecologico-odontoiatrico, con particolare attenzione alle infezioni da HPV. La specialista parlerà alla classe anche della prevenzione dei tumori dell'utero correlati a infezioni genitali, sostenute soprattutto dal virus HPV.

A cura delle equipe di Ginecologia e Odontostomatologia



CHOOSE... LOVE! (SCEGLI... L'AMORE!)

UN CONFRONTO ALLA PARI SU AFFETTIVITÀ E SESSUALITÀ

Il laboratorio si rivolge ai ragazzi delle classi II e III per favorire l'accesso a informazioni e tematiche connesse all'affettività e alla sessualità, attraverso discussioni e attivazioni di gruppo alla presenza di operatori e co-condotte dai Peer educators dell'istituto Casali di Piacenza, adolescenti appositamente formati sulle tematiche specifiche dagli operatori del Consultorio Giovani. Durante il laboratorio saranno i giovani stessi a stimolare le domande e le riflessioni dei propri coetanei, sempre alla presenza degli operatori del servizio.

Il confronto, in base alle richieste e alle riflessioni del gruppo, si concentrerà su: sessualità, amore, contraccezione, paternità e maternità responsabili, interruzioni volontarie di gravidanza e malattie a trasmissione sessuale.

A cura dell'equipe del Consultorio Giovani

E SE SI CHIUDE LA VENA?? IL RISPETTO DI SÉ E DELL'ALTRO: DALL'INCONTRO ALLA RELAZIONE

Il laboratorio proposto è parte di un breve percorso a due tappe che fa del rispetto e della capacità di scegliere i suoi punti cardine.

Si rivolge alle classi II, III e IV e **impegnerà il gruppo per tutta la mattina.**

La prima tappa prevede un lavoro in gruppo condotto dagli operatori della Tutela Minori e supportato dalla presenza di attori che avvieranno la discussione; la seconda tappa sarà condotta dagli operatori di Consultorio Giovani.

Attraverso stimoli e confronti all'interno del gruppo si intende riflettere sulla valenza dell'incontro in amicizia e amore come luogo e tempo per conoscere sé stessi e l'altro. La relazione diventa luogo in cui l'incontro cresce ed è costruito; lontano dall'imporre il proprio mondo e le proprie scelte ma terreno fertile in cui trovano spazio le posizioni consapevoli di entrambi.

Educare e saper riflettere sul rispetto di sé e del proprio corpo, che decide di "dire di sì o dire di no" a ciò che ci viene chiesto ascoltando il proprio essere e il proprio sentire, diventa essenziale nella crescita di ciascuno.

A cura delle equipe del Consultorio Giovani e Psicologia di Base - Tutela Minori

SESSUALITÀ E DINTORNI

L'adolescenza è caratterizzata da cambiamenti corporei ed emotivi e dalla scoperta della sessualità, questo per ogni individuo nel proprio contesto sociale e culturale.

In questa fase della vita è importante che i ragazzi e le ragazze inizino a conoscere il proprio corpo e comprendano l'importanza di prendersene cura. Attraverso un incontro condotto da operatori del Consultorio Giovani, gli studenti delle classi II e III avranno la possibilità di approfondire le tematiche relative alla anatomia e alla fisiologia degli apparati genitali maschile e femminile, alla loro corretta funzionalità e ai comportamenti utili per preservarla, oltre che agli effetti di alcuni stili di vita scorretti su di essa. L'obiettivo è contribuire a sviluppare una migliore conoscenza e consapevolezza di questi cambiamenti anche imparando a prestare ascolto ai bisogni, alle aspettative e alle paure ad essi connessi per leggerli correttamente e orientare al meglio le proprie scelte comportamentali, sia rispetto alla salute generale sia all'equilibrio psico-fisico.

A cura dell'equipe del Consultorio Giovani



DURATA:
TUTTA LA
MATTINA

PRENOTA in 5 mosse

Entro
il **21**
settembre

TELEFONA

Chiama 0523.302227 o 302641 (ogni mattina dal lunedì al venerdì dalle ore 8.30 alle 12.30) e verifica la disponibilità effettiva del percorso che hai scelto. Se risultasse già occupato, puoi prenotarne un altro, fino a esaurimento delle disponibilità.

1



SFOGLIA IL CATALOGO

Ci sono diverse proposte di approfondimento, progettate per essere coinvolgenti per i ragazzi.

3



2



SCEGLI LE ATTIVITÀ

più adatte alle esigenze della tua classe.

AUTORIZZAZIONE PER FOTO E VIDEO

Abbiamo un compito anche per te! Scarica il modulo per l'autorizzazione alla ripresa degli studenti minori su www.ausl.pc.it. Fallo firmare ai genitori e porta con te tutti i documenti nella giornata della manifestazione.

5



@

ASPETTA LA CONFERMA

Per prenotare ti richiederemo alcune informazioni: classe, istituto, telefono, mail e numero degli studenti. L'Ausl ti invierà una mail di conferma con il riepilogo di questi dati e le indicazioni operative per la partecipazione all'evento.