

Alla Cortese Attenzione del

*Dirigente scolastico
dell'Istituto di Istruzione Superiore De Castro Oristano - Terralba
Pino Tilocca*

Ai Referenti della salute

al Personale ATA

al Personale Scolastico

Oristano, 13 Marzo 2024

OGGETTO: Avvio del Progetto ***“OBIETTIVI DI SALUTE: percorsi info-motivazionali di supporto al cambiamento degli stili di vita a rischio dei docenti e implementazione delle ricadute sulla didattica e sul contesto organizzativo scolastico”*** – LILT di Oristano

Gent.mi,

con la presente si comunica l'avvio dei 'Percorsi info-motivazionali rivolti ai docenti delle scuole di ogni ordine e grado: prendersi cura di sé per migliorare il clima di classe'.

La LILT è impegnata dal 2015 nel supporto al cambiamento degli stili di vita non salutari nei contesti scolastici, con il programma nazionale Guadagnare Salute con la LILT. Da quest'anno, grazie al progetto Obiettivi di Salute, si aggiunge un tassello alla crescita della promozione della salute a scuola, indirizzato al benessere psicofisico del personale scolastico. I primi attori del Progetto sono proprio i Docenti e il personale non Docente. A loro viene messo a disposizione un percorso formativo sulle modalità metodologiche di approccio globale alla promozione della salute a scuola e percorsi info motivazionali di gruppo in risposta ai loro bisogni individuali di salute.

- Ai fini della buona riuscita del progetto, si richiede a tutto il Personale Scolastico ed il Personale ATA di compilare il **Questionario di indagine sugli stili di vita del personale scolastico**,

qui di seguito il **LINK Questionario** <https://forms.gle/vV7xzqrWYnTYSip29>

- Per chi invece desiderasse aderire al percorso, sono previsti **3 incontri pomeridiani** dedicati rispettivamente a:

1° incontro	Lunedì 17 Aprile 16.30/19.30	I vissuti su malessere e benessere: parole e emozioni nella relazione di cura e nella relazione educativa.
-------------	--	--

2° incontro	Mercoledì 24 Aprile 16.30/19.30	Salute, motivazione e prevenzione: focus sul benessere psicofisico, sull'attività fisica e sull'alimentazione
3° incontro	Mercoledì 8 Maggio 16.30/19.30	Come prendermi cura di me: metodi, attivazioni, opportunità proposte dalla LILT. La cassetta degli attrezzi: cosa porto nella mia vita personale e professionale. Presentazione della piattaforma FAD Obiettivi di Salute.

La sede degli incontri verrà comunicata successivamente in relazione al numero delle adesioni.

Per aderire si richiede di compilare il **MODULO DI ADESIONE AL PERCORSO INFO-MOTIVAZIONALE** riportato qui di seguito **ENTRO IL 5 APRILE**:

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSf32Imh6r4OsWMdKmak_LtxihI9ixb-5TfYKKkINs-ahNJU9w/viewform?usp=pp_url

- Alla presente si allega il *Depliant* 'Obiettivi di Salute', in cui vengono illustrati gli obiettivi e la struttura del percorso.

Rimaniamo disponibili a fornire ulteriori informazioni sul Progetto attraverso gli indirizzi mail: legatumori.oristano@gmail.com legatumori.oristano@lilt.it o per il tramite delle referenti territoriali della Lilt di Oristano: Dott.ssa Federica Erca tel. 393 5171494 Dott.ssa Paola Pinna tel. 340 6109281 Dott.ssa Claudia Tomasi Dott.ssa Sabrina Vidili

Ringraziandovi per la vostra preziosa collaborazione, vi salutiamo cordialmente.

La Presidente
(Mercedes Eralda Licheri)

