

*La salute è uno stato di completo benessere fisico, mentale e sociale, e non semplicemente l'assenza di malattia o infermità.*

**Organizzazione Mondiale della Sanità**

### INFORMAZIONI

e-mail: [lifeskill@ats-brianza.it](mailto:lifeskill@ats-brianza.it)

cell. 351 906 0410



**Promuovi il benessere  
a scuola con LST!**

# LIFE SKILLS TRAINING PROGRAM

In collaborazione con RETE DI SCUOLE CHE PROMUOVONO SALUTE

Sistema Socio Sanitario



Regione  
Lombardia

ATS Brianza



Botvin  
LifeSkills® Training



## COS'È LST PROGRAM?

**Life Skills Training (LST)** rappresenta uno dei programmi di maggior successo, a livello mondiale, nell'efficacia preventiva di una ampia serie di comportamenti a rischio. Rafforza le abilità personali e sociali; utilizza metodologie di comprovata efficacia e strumenti ad hoc.

LST **Middle School Program** è condotto dai docenti formati ed è rivolto ai ragazzi che frequentano le scuole secondarie di primo grado. Si sviluppa nel corso di 3 anni:

- **Livello 1 (1° media):** 15 unità di lavoro
- **Livello 2 (2° media):** 10 unità di lavoro
- **Livello 3 (3° media):** 9 unità di lavoro

## DOVE È ATTIVO LST?

Regione Lombardia, in collaborazione con l'Ufficio Scolastico Regionale, ha adottato fin dal 2010 LST quale programma preventivo in campo socio-sanitario, adattando al contesto italiano il programma originale dello statunitense di Gilbert J. Botvin. Ad oggi sono coinvolti circa:

- **240 scuole secondarie di I° grado della Lombardia**
- **5.000 insegnanti**
- **50.000 studenti**

Regione Lombardia e Rete Regionale delle Scuole che Promuovono Salute sono impegnate nel trovare le migliori convergenze tra competenze per l'apprendimento permanente e Life Skills utili per migliorare la salute, il clima scolastico e le competenze degli studenti.

## PERCHÉ ADERIRE AL PROGRAMMA?

Il metodo LST è validato scientificamente e si è rivelato efficace nel ridurre lo sviluppo di comportamenti scorretti o rischiosi per la salute: abuso di sostanze, web, gioco d'azzardo, bullismo, alimentazione.

**LST Program** si allinea con la didattica, allenando le competenze di vita indicate dall'OMS.

## COME E QUANDO ADERIRE AL PROGRAMMA?

Per implementare il programma è necessario formarsi. La formazione ha la durata di 32 ore ed è gratuita. Ogni istituto aderisce nel mese di **giugno** di ogni anno scolastico, previa autorizzazione del dirigente e prevede il coinvolgimento di almeno due docenti per classe.

Il corso si compone di 3 livelli:

### Livello 1

**1° giornata:** contenuti e abilità proposte dal programma, fondamenti teorici e metodologici, carrellata delle unità e focus sulle abilità di insegnamento;

**2° giornata:** pratica di alcune unità, riflessione sull'applicazione, fedeltà e modifica, sfide nella realizzazione.

### Livello 2-3

**1° giornata:** i fondamenti teorici e metodologici del programma, peculiarità delle sessioni di rinforzo e del target; abilità e tecniche per la gestione delle attività;

**2° giornata:** simulazione di alcune attività, peculiarità dei tre livelli, sfide nella realizzazione.

La formazione è realizzata nei mesi di **settembre-ottobre** di ogni anno scolastico. La **metodologia** del corso si rifà al metodo del **cooperative learning**, predilige l'apprendimento pratico, il **modeling** e le strategie di rinforzo.

## DOCENTI

Formatori ufficialmente abilitati da Regione Lombardia (psicologi, pedagogisti, educatori, assistenti sanitari, assistenti sociali ecc.) esperti nell'ambito della promozione della salute.

## MATERIALE DIDATTICO

Ad ogni scuola sarà fornito il materiale didattico necessario all'implementazione. Sarà fornito un Manuale Insegnante per ogni classe e la Guida Studente ad ogni studente.