



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
BASILICATA
Azienda Sanitaria Locale di Potenza



LEGA ITALIANA PER LA LOTTA CONTRO I TUMORI
prevenire è vivere

Sezione Provinciale di Potenza



"PIPERITA E LA FAVOLA PULITA"

*Programma di prevenzione
dell'abitudine al fumo di tabacco*

Guida didattica per la Scuola dell'Infanzia e Primaria

INTRODUZIONE



"Crescere vuol dire diventare indipendenti. Significa conquistare l'autonomia, cioè la capacità di sapersela cavare, individuare il proprio percorso e i propri obiettivi sapendo rispondere delle proprie scelte. E' il compito più impegnativo che ci possa essere nel corso di tutta l'evoluzione di un individuo. Il lavoro che ogni bambino e ogni adolescente deve fare è proprio questo."

(Alberto Pellai)

La prevenzione al tabagismo deve iniziare già dai primi anni di vita affinché si possano costruire strutture cognitive adeguate che permettano al bambino di affrontare l'adolescenza, età a rischio, con strumenti in grado di difendere le proprie scelte. E' proprio nelle fase del distacco dalla dipendenza psicologica dai genitori che l'adolescente deve poter fronteggiare, con la propria personalità, gli stereotipi e i modelli culturali imposti.

In passato, le campagne promozionali contro il tabagismo hanno dimostrato l'inefficacia di messaggi inadeguati a modificare un "malcostume" tanto diffuso nella società. Da queste esperienze, piuttosto fallimentari, è emersa l'esigenza di una profonda revisione della strategia nella propaganda contro il tabagismo.

Attualmente, nel proporre messaggi persuasori ad abbandonare il fumo, vi è la tendenza a preferire un approccio positivo, ovvero utilizzare metodi psicologici e sociologici che privilegino gli interventi diretti alla creazione di un immaginario fondato sulle qualità e i valori di una vita smoke-free anziché infondere timori e paure incentrati sui possibili danni indotti dal fumo.

Una parte fondamentale di questa nuova strategia è l'esempio educativo che dovrebbe essere offerto dai genitori, dagli operatori della sanità e della scuola, nonché da persone rappresentative che stimolino comportamenti imitativi a causa del loro prestigio o della loro notorietà.

La scuola è il luogo privilegiato nella formazione dell'individuo e quindi diventa una palestra didattica dove creare una generazione di non-fumatori.

Varie esperienze dimostrano che è più agevole impedire l'inizio del fumo piuttosto che indurre l'abbandono di un'abitudine inveterata. E' da questa esigenza che nasce un progetto destinato all'infanzia e incentrato su un percorso ludico-didattico che ha come finalità l'acquisizione di sane abitudini.



INFANZIA, ADOLESCENZA E FUMO

di Rossella Forenza -Psicologo Area Prevenzione LILT

Nel corso del tempo è nata la consapevolezza che abitudini negative attribuite ad adolescenti e adulti sono da prevenire con una corretta educazione in età molto precoci.

Per quanto riguarda il fumo di tabacco il tempo dell'educazione deve essere anticipato al massimo, visto che recenti studi hanno mostrato come l'atteggiamento positivo verso il fumo si riscontra in bambini di tre anni.

Diventati più grandi la sperimentazione dipende in minima parte dall'influenza dei coetanei, se non è già presente una propensione. Il gruppo dei pari può avere forte influsso solo nel passaggio dalla sperimentazione all'abitudine.

Chiaramente per il bambino in età scolare il fumo è un comportamento da adulto, se gli adulti intorno, genitori o educatori, sono fumatori e quindi diventa desiderabile e da imitare per gioco. In adolescenza prende altre sfumature, mantenendo quella imitativa ma colorandosi anche di venature di sfida, di crescita sessuale, di accettazione nel gruppo, di copertura di insicurezze.

La complicazione è che ciò che inizia con connotazioni innocenti porta ad un problema di grande rilevanza sociale.

Cosa può fare quindi la scuola in questo compito immane che è la prevenzione?

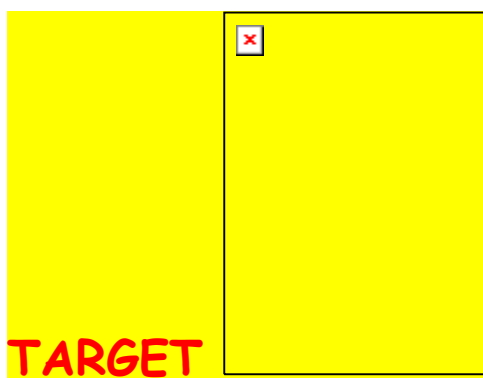
Può trasformarsi in una scuola rinnovata, non solo distributrice di "saperi", ma capace di aprirsi al territorio ed educare la comunità.

In particolare nell'intervento educativo rivolto ai giovani è importante correlare l'immagine del non fumatore ad aspetti positivi come: mantenimento della forma fisica, maggiore rendimento sportivo, fattori estetici (bellezza, aspetto sano e fresco), igiene personale, libertà (in opposizione alla dipendenza del fumatore), fattori ecologici (aria aperta, ambiente pulito, lotta all'inquinamento).

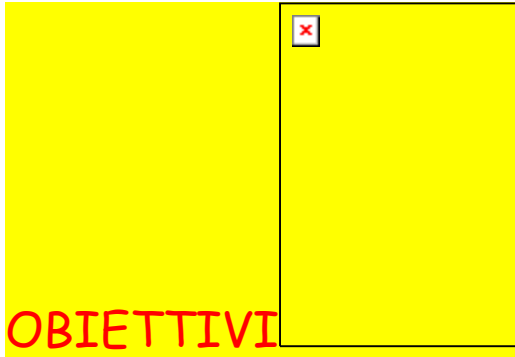
Stigmatizzare il fumatore, invece, può avere risvolti imprevisti, da difficoltà affettive verso persone care dedite al fumo, a decisioni oppostive che possono far scegliere di fumare. Valorizzare la capacità di scelta personale, creare occasioni di incontro anche con esperti, può contribuire a formare una mentalità da non fumatore.

I bambini e i ragazzi, quindi, diventati competenti nel corso di programmi didattici specifici, possono essere i veri protagonisti e diffusori di una nuova cultura della promozione della salute.

Ecco l'importanza dell'azione sinergica di pubblico e privato, e anche di diversi soggetti intorno allo stesso tavolo di lavoro, in un impegno forse scarsamente riconosciuto e riconoscibile, ma di valore primario e indispensabile alla nostra società.



Il progetto educativo "Piperita e la favola pulita" è destinato ai bambini della scuola dell'infanzia e a quelli della scuola primaria. E' importante iniziare con l'educazione alla prevenzione del tabagismo dalla scuola materna e primaria per poi intensificare gli interventi in quella secondaria di primo e secondo ordine.



- Educare i bambini a uno stile di vita sano ;
- Ridurre il numero di bambini che prova a fumare e incentivare la loro intenzione di rimanere smoke-free anche in futuro ;
- Sensibilizzare al problema tabagismo gli insegnanti ;
- Coinvolgere i genitori ;
- Valutare il grado di accettabilità e di fattibilità degli strumenti didattici proposti.



La conduzione del progetto educativo è affidata agli insegnanti. Numerosi studi nel campo dell'educazione sanitaria hanno dimostrato che programmi di prevenzione del tabagismo nella scuola aumentano la loro efficacia solo se condotti dagli insegnanti stessi. Gli operatori Asl hanno il ruolo di supportare gli insegnanti nell'attuazione del progetto. Alle scuole che aderiranno saranno consegnati il manuale-guida per gli insegnanti e gli strumenti necessari al percorso didattico.

E' indubbia l'utilità degli strumenti didattici come sussidio alla formazione.

Particolarmente importanti si rivelano quando i fruitori sono bambini di età compresa tra i quattro e i dieci anni, nei quali, la comunicazione e l'interpretazione dei messaggi, dei gesti, delle parole, è fortemente influenzato dalle competenze acquisite da ogni singolo individuo. E' per questo che si è pensato di utilizzare un **CD** musicale, perché la musica ci riconnette con il battito rassicurante della mamma, ci esalta e ci sprona all'azione, ci aiuta a restare vigili o a rilassarci.

Si è scelto, inoltre, di utilizzare il **disegno** e un **gioco** (**puzzle**) poiché per migliorare il processo di apprendimento (conoscenze e competenze), è utile associare più tecniche di comunicazione e non limitarsi a quella verbale.

E' dimostrato infatti che si recepisce :

- Il 20% di quello che si ascolta ;
- Il 30% di quello che si vede;
- Il 50% di quello che si vede e si ascolta ;
- Il 90% di quello che si vede, si ascolta e si fa.

Il programma ha una durata annuale ed è strutturato in quattro unità ludico-didattiche della durata di circa 90 minuti ciascuno.

PRIMA UNITA'

Durata 90' minuti.

Si propone ai bambini la canzone "Basta, basta sigaretta" ,
musica di Remo Remigi, testo Alberto Testa e Antonio
Martucci, patrocinata dal Ministero della Salute e della
Pubblica Istruzione e L.I.L.T. (Lega Italiana Lotta ai
Tumori)

Il CD contiene la canzone con musica e testo e la base
musicale sulla quale, poi i bambini potranno cantare.

SECONDA UNITA'

Durata 90' minuti.

Si presentano ai bambini i personaggi che animano la storia:

Mister Smoke, la fata Piperita e Margherita.

Si passa poi alla lettura del **racconto** o della **filastrocca**, secondo l'età e le competenze dei bambini.

Al termine "Role Playng".

TERZA UNITA'

Durata 90' minuti.

Distribuzione ai bambini delle tavole raffiguranti i personaggi della favola da colorare .

QUARTA UNITA'

Durata 90' minuti.

- Costruzione del Puzzle ;
- Gioco Puzzle.

STRUMENTI DI VALUTAZIONE



- Questionario per gli insegnanti, somministrato a termine dell'anno scolastico in cui il progetto è stato svolto;
- Questionario per i genitori, somministrato dai docenti ai genitori, in occasioni di incontri a scuola dopo l'esecuzione del progetto, o, in alternativa, inviato a casa attraverso i bambini.

INDICATORI DI VALUTAZIONE



- Partecipazione (numero di bambini e di classi in cui è stato svolto il progetto) ;
- Gradimento degli insegnanti ;
- Coinvolgimento dei genitori ;
- Penetrazione dell'attività didattica a livello delle famiglie ;
- Percentuale di bambini che ricordano, a fine anno, di aver svolto il progetto ;
- Rispetto delle risorse e dei tempi previsti .

ALLEGATI (strumenti didattici) :

- Modello del test di gradimento per gli insegnanti ;
- Modello del test per i genitori ;
- Testo della canzone "Basta, basta sigaretta";
- Testo del racconto ;
- Testo della filastrocca ;
- Tavole con disegni ;
- Puzzle.

INDICE :

- Introduzione :pag. 02
- Infanzia, adolescenza e fumo :.....pag. 06
- Target :pag. 09
- Obbiettivi :pag. 10
- Percorso didattico :.....pag. 11
- Strumenti di valutazione :pag. 17
- Indicatori di valutazione :.....pag. 18
- Allegati (strumenti didattici) :.....pag. 19

"PIPERITA"

PER IL SECONDO CICLO

DELLA SCUOLA PRIMARIA





Per il secondo ciclo della scuola primaria alleghiamo, in sostituzione della terza e quarta unità didattica, altre 3 unità che ci sembrano più adatte alla fascia di età 8-11 a.

Questo percorso educativo è una proposta che può essere adattata dagli insegnanti alle competenze acquisite dai bambini e alle esigenze della classe.

TERZA UNITA' : "Affari di salute"

OBIETTIVO : Prendere coscienza degli "affari di salute".

Aiutare i bambini a capire per loro che cosa significa star bene, che cosa sono gli affari di salute.

ATTIVITA' : 1) Fare il ritratto di Mister Smoke, fare una carta di identità (professione, indirizzo, età, segni particolari).

2) Io sto bene quando.....:

- Disegna o scrivi in un insieme LE COSE che ti fanno star bene.*
- Disegna o scrivi in un insieme LE PAROLE che ti fanno star bene.*
- Disegna o scrivi in un insieme LE AZIONI che ti fanno star bene.*

-

3) *Che cosa è per te un "affare di salute"?*

(vedere che cosa associano ai due termini salute/problema, oppure chiedere semplicemente di fare delle previsioni sul problema cui verranno chiamati a collaborare).

4) *Conosci sul territorio in cui vivi, istituzioni per la salute, come si chiamano (verificare se conoscono i nomi delle istituzioni preposte alla salute, indirizzi, numeri telefonici utili al soccorso).*

5) *Dare l'idea dell'organizzazione sanitaria a supporto della salute dei cittadini a livello locale, regionale, nazionale.*

QUARTA UNITA' : Il problema di "Mister Smoke"

OBIETTIVO: - *Fumare non è un'azione a favore della salute ;*

- Conoscere la storia del fumo ;

- Conoscere il proprio corpo .

ATTIVITA': Questa unità didattica favorisce l'apprendimento delle conoscenze sul corpo umano e sul sistema respiratorio.

È buona cosa che i bambini imparino un metodo per risolvere un problema, occorre conoscere, avere elementi per capire come stanno le cose per trovare la giusta risposta o soluzione.

- RICERCARE NOTIZIE SULLA PIANTA DI
TABACCO, SULLA NICOTINA, SULLA
STORIA DEL FUMO;
- SCOPRIRE IL CORPO UMANO CONSULTANDO DEI
LIBRI.

QUINTA UNITA' : La salute è una questione di scelta

OBIETTIVI: - *Prendere coscienza delle responsabilità personali e collettive quando si fanno delle scelte.*

- Non lasciarsi condizionare dai media e dagli altri.

ATTIVITA': - *Scrivere un dialogo fra Mister Smoke e la famiglia tabacco (sigaretta, sigaro, pipa ecc.); il tabacco deve convincere della sua colpevolezza;*

- Discutere e argomentare su chi o che cosa convince o induce a fumare (le influenze indirette: TV, atteggiamenti, amicizie ecc.);

- *Disegna o racconta o metti in scena di:*
 1. *Luca, un ragazzo che fuma per sembrare grande*
;
 2. *Mara, una ragazza che non riesce a dire: grazie,*
non fumo ;
 3. *Pino, un ragazzo che viene regolarmente*
affumicato da chi gli sta attorno.

- *Nell'ultima parte del percorso educativo si propone la costituzione di un CLUB (si può chiamare "club dei migliori" oppure "club dei più forti" e sono solo esempi). Questo è il club di tutti coloro che conoscono il problema legato al fumo e scelgono e dichiarano di non fumare e di convincere anche gli altri a non farlo.*

-

Si può consegnare, nel corso di un incontro, una pergamena o una tessera attestante l'appartenenza al club, a tutti i bambini che hanno partecipato al programma.

È importante che la tessera o la pergamena sia consegnata dal dirigente scolastico o da un operatore ASL, per dare il giusto rilievo alla cerimonia.

STRUMENTI

DIDATTICI

QUESTIONARIO PER GLI INSEGNANTI

Questo questionario anonimo serve per raccogliere alcuni dati riguardanti la classe in cui è stato applicato il progetto e le considerazioni personali dell'insegnante.

Deve essere compilata una copia per ogni classe coinvolta.

SCUOLA
 COMUNEPROV.
 INDIRIZZOTEL.
 ANNO SCOLASTICO/.....
 CLASSE
 N° ALLIEVI CHE HANNO PARTECIPATO

Indicare, con una scala da 1 a 10 il suo giudizio sui vari aspetti del programma.

ASPETTI DA VALUTARE	LIVELLO DI GRADIMENTO (DA 1 A 10)
Utilità del programma	
Adeguatezza delle attività e degli strumenti didattici	
Facilità di realizzazione	
Coinvolgimento ed interesse manifestati dai bambini	
Coinvolgimento ed interesse manifestati dai genitori	
Completezza e chiarezza della guida per gli insegnanti	

Suggerimenti finalizzati a migliorare il progetto :

.....

.....

QUESTIONARIO PER I GENITORI

Questo questionario serve per valutare alcuni aspetti di un programma di prevenzione al tabagismo che suo/a figlio/a ha svolto in questo anno scolastico.

1. E' A CONOSCENZA CHE SUO/A FIGLIO/A HA SVOLTO A SCUOLA UN PROGRAMMA PER LA PREVENZIONE AL FUMO DI SIGARETTA?

SI

NO

2. SE SI APPROVA QUESTA INIZIATIVA ?

SI

NO

3. HA AVUTO MODO DI PRENDERE VISIONE DEL MATERIALE DIDATTICO RELATIVO A TALE PROGRAMMA?

SI

NO

4. HA PARTECIPATO ALLA RIUNIONE DI PRESENTAZIONE DEL PROGRAMMA?

SI

NO

5. IL PROGRAMMA HA RAPPRESENTATO UN'OCCASIONE PER :

- Discutere in famiglia dei problemi legati al fumo di sigaretta
- Invogliare almeno un membro della famiglia fumatore a smettere
- Rinforzare l'intenzione di rimanere "non fumatore"
- Non ha prodotto alcuno effetto

Grazie per la gentile collaborazione.

BASTA BASTA SIGARETTA!

Ritornello (2 volte)

Papà non fumare
Convinci anche mamma
Perché il fumo ti fa tanto male
Fa male anche a me.

Prima strofa

Sol : Quando torno dall'ufficio
Sembro un fuoco d'artificio
Coro : Fumi prima di mangiare
Fumi prima di dormire
Sol : Anche mamma che è in cucina
Già si fa una fumatine
Se dobbiamo darvi retta
Basta, basta, sigaretta !

Ritornello (2 volte)

Seconda strofa

Sol : C'era nel telegiornale
Che fumar fa tanto male

Coro : E si dice dappertutto
La salute innanzi tutto

Sol : Ci chiedete per piacere
Di non darvi un dispiacere
Proveremo a darvi retta :
forse, basta, sigaretta !

Ritornello (1 volta)

Coro : Se tu hai voglia di fumare
Ti chiediamo di imparare
Questa bella filastrocca
Che non è poi tanto sciocca.

Sol : Per cantare le canzoni
Ci vuol aria nei polmoni
E così vi diamo retta :
Basta, basta, sigaretta !

Coro : Siiii!

Ritornello (3 volte)

Finale : Fa male anche a me

Fa male anche a me

Basta, Basta, Sigaretta !

Musica di Memo Remigi

Testo : Alberto Testa e Antonio Martucci.

RACCONTO

Piperita e la favola pulita

C'era una volta un paese bellissimo, fatto di case colorate e di gente sempre allegra, un paese dove i bambini vivevano felici e in armonia.

Un giorno però accadde un fatto strano : nel paese arrivò un uomo orribile, puzzolente e brutto, talmente brutto che tutti i colori divennero grigi e il sole, impaurito scappò via.

Quest'uomo si chiamava "Mister Smoke" e aveva sempre in bocca una sigaretta accesa.

Da quando arrivò Mister Smoke tutto cambiò : i giochi non esistevano più, gli uomini iniziavano a stare male e tutto il paese era avvolto in una nuvola di fumo nero.

Dal cielo le stelle guardavano tristi quello che stava accadendo e capirono che non si poteva più andare avanti in quel modo.

Così le stelle, parlando fra di loro decisero di far intervenire "Piperita", una fata buona che custodiva gelosamente l'aria pulita.

Arrivata nel paese però, Piperita si rese conto di non poter fare tutto da sola, così chiese aiuto a "Margherita", una bambina tanto brava e rispettosa.

Piperita regalò a Margherita un potere magico per eliminare l'orribile Mister Smoke.

Grazie a questo potere magico Margherita soffiò forte forte nell'aria e creò una grandissima bolla di sapone.

L'enorme bolla raggiunse Mister Smoke, lo catturò e lo portò via per il cielo.

Grazie a Piperita e Margherita, Mister Smoke scomparve per sempre e il paese ritornò ad avere la sua sanissima aria pulita.

Di Immacolata BLESCIA.

FILASTROCCA

Piperita e la favola pulita

Lassù tra monti e nuvole c'è un paese
Dove case colorate sono aperte
E la sorridente gente è sempre cortese.

Di giorno le strade son piene di bambini
E di sera i sogni sotto le coperte
Giungono dalle favole intorno ai camini.

Non c'è posto più felice al mondo
Perché qui il cielo è blù
E tutti insieme fanno il girotondo.

D'improvviso il grigio ruba i colori
E compare un belzebù,
brutto, storpio e ladro di sapori.

"Mister Smoke" è il suo nome orrendo
ha una sigaretta sempre accesa
e il suo fumo nero tutto v'è mangiando.

Acceca gli uomini col maleficio fumoso
E non molla mai la presa
Perché brama un mondo sempre odioso.

In un incubo il paese s'addormenta,
per le vie non ci son più giochi
perché una grande tristezza le tormenta.

Mister Smoke fa tutti gli uomini schiavi
Per bruciarli poi nei fuochi
E di ogni cuore rubar le chiavi.
Ladro di sogni e di salute,
Mister Smoke è il re delle sigarette accese
E a lui tutte le vite son cedute.

Le stelle guardano questo scempio
E per cambiar la sorte del paese
Mandano una fata per punir l'empio.

Sulla coda di una cometa
Giunge gaia e temeraria "Piperita",
la custode dell'aria pulita.

La fata non può far tutto da sola
Deve cercare una coraggiosa amica
Vivace come un uccellin che vola.

Cerca cerca, Piperita trova "Margherita"
La bimba che non dice una bugia
E di babbo e mamma e la preferita.

La fata amica delle stelle
Dona a Margherita una magia,
per uccidere il nemico con le bolle.

La vispa Margherita soffia sempre
Quel suo dono per ogni via
Chè la bolla di sapone tutto prende.

Così s'alza alta sul paese la magia
E nella bolla Mister Smoke
E soffiato via.

Di Carmensita BELLETTIERI.

