

SCUOLE SECONDARIE E FORMAZIONE PROFESSIONALE



ATTIVITÀ SU STILI DI VITA SANI PER UNA MIGLIORE QUALITÀ DI VITA

Costituzione Italiana Articolo 32

La Repubblica tutela la salute come fondamentale diritto dell'individuo e interesse della collettività,

Carta di Ottawa per la Promozione della Salute (1986)

Una buona salute è una risorsa significativa per lo sviluppo sociale, economico e personale ed è una dimensione importante della qualità della vita.

IL VALORE DELLA TUTELA DELLA SALUTE

La promozione della salute e la prevenzione sono indispensabili fattori di tutela della persona e di sviluppo della società: diventa allora imprescindibile stimolare l'adozione di stili di vita sani e comportamenti di rifiuto nei confronti di qualunque forma di dipendenza, in una logica di ricerca di un maggior benessere psicofisico e affettivo.

SUGGERIMENTI DI ATTIVITÀ

- Conoscenza dei principali fattori di rischio di malattie croniche (tabagismo, consumo di alcol, alimentazione scorretta, inattività fisica e sedentarietà) e delle prioritarie infezioni/malattie infettive, delle loro conseguenze a breve e lungo termine e dei corretti comportamenti preventivi
- Conoscenza dei corretti comportamenti stradali e dei sistemi di sicurezza passiva (anche rispetto a mezzi di locomozione quali monopattini e biciclette)
- Conoscenza dei corretti comportamenti in attività all'esterno (sicurezza nella navigazione e balneazione, escursionismo, ...)
- Conoscenza dei rischi di incidenti domestici, come prevenirli e intervenire in caso di necessità
- Conoscenza degli aspetti positivi dell'attività fisica e sportiva, effettuare uno dei percorsi vita cittadini e/o uno o più dei percorsi Pedestribus, ...
- Conoscenza dei possibili comportamenti a basso impatto ambientale e realizzare attività di recupero e riciclo
- Conoscenza ed esercizio delle basilari nozioni di primo soccorso
- Conoscenza delle principali allergie e dei corretti comportamenti in merito
- Conoscenza e valore della donazione del sangue e degli organi



BREVI RACCONTI, FOTO, VIDEO SULL'ATTIVITÀ REALIZZATA

POSSONO ESSERE INVIATI A educazionecivicasuole@comune.genova.it