LILT
LEGA ITALIANA PER LA LOTTA CONTRO I TUMORI
prevenire è vivere

Associazione Prov. Ascoli Piceno

AST ASCOLI PICENO MARCHE

U.O. S.D. Promozione Educazione Alla Salute
Dipartimento di Prevenzione

Alla c.a.

dei Dirigenti e dei Docenti tutti

Laboratorio "Obiettivi di Salute: percorsi info-motivazionali di supporto al cambiamento degli stili di vita a rischio dei docenti"

Gent.mi,

con la presente siamo lieti di comunicarvi dell'attivazione del laboratorio in oggetto anche per questo anno scolastico. Il laboratorio è promosso dalla LILT – Lega Italiana Lotta contro i Tumori Ass. Prov. Ascoli Piceno, di cui la U.O.S.D. PEAS AST Ascoli Piceno è partner, e ha come titolo **"Obiettivi di Salute: percorsi info-motivazionali di supporto al cambiamento degli stili di vita a rischio dei docenti"**.

Il laboratorio, che era stato svolto nelle sue prime due edizioni in via sperimentale all'interno di un progetto di ricerca riscuotendo buon apprezzamento e partecipazione, è ora **aperto a tutti i docenti di ogni ordine e grado**.

"Obiettivi di Salute" si inserisce nell'ambito dei progetti dedicati alla promozione di sani stili di vita e prevenzione di comportamenti a rischio e ha come obiettivo quello di **rispondere alle esigenze di salute degli insegnanti, proporre un percorso che possa fornire informazioni sulla prevenzione dei principali tumori e un metodo per il cambiamento dei comportamenti a rischio.**

Il laboratorio consiste in **Percorsi Info-motivazionali esperienziali** condotti da psicologhe appositamente formate della LILT di Ascoli Piceno (Dott.sse Aniela Corsini e Irene Procacci) e si svolgerà in 3 incontri pomeridiani da 2,5 ore dedicati a:

- Riflessioni sui concetti personali di **benessere psico-fisico, prendersi cura di sé e gestione dello stress**
- **Strumenti ed attività pratiche di supporto al cambiamento dei propri stili di vita** a rischio (In particolare: Alimentazione e Movimento)

1° EDIZIONE: 29 gennaio, 5 e 19 febbraio – Ascoli Piceno (c/o Bottega del Terzo Settore)

2° EDIZIONE: 9 e 23 aprile, 7 maggio – San Benedetto del Tronto (c/o Centro Giovani "Giacomo Antonini")

IL PRESIDENTE DELLA LILT ASS. PROV. ASCOLI PICENO
Dott. Raffaele Trivisonne
legatumoriascoli@gmail.com

IL DIRIGENTE RESPONSABILE U.O.S.D. PEAS
Dott.ssa Maria Grazia Mercatili
z13.peas@sanita.marche.it