

Progetto “#SENZAFILTRO”

Anno scolastico 2026 – 2027

PREMESSA

In Italia, i **Disturbi della Nutrizione e dell’Alimentazione (DNA)** sono in aumento, di quasi il 40% rispetto al 2019, circa 8.500 nuovi casi all’anno, coinvolgendo oltre 2 milioni di persone (dati SISDCA). L’insorgenza dei DNA è sempre più precoce: il 30% della popolazione che ne soffre ha meno di 14 anni e i primi episodi si possono verificare già intorno agli 8 anni (Gribaudo, 2024).

I DNA sono stati una delle sequele psicologiche principali riportate da pazienti under 18 durante la pandemia di Covid-19 (Aragona et al., 2023). Inoltre, il periodo della pandemia ha reso sempre più invasiva la presenza dei **social network** nella vita dei giovani, abbassando ulteriormente l’età in cui i ragazzi entrano in possesso di uno smartphone. Recenti studi hanno dimostrato una più alta incidenza di DNA tra gli abituali utilizzatori di queste comunità virtuali: **l’abuso dell’utilizzo dei social media e la possibilità di seguire influencer e celebrità, influenza la percezione fisica e psicologica del singolo. Il desiderio di emulazione, infatti, può promuovere l’insorgenza o la persistenza di un DNA.**

DESCRIZIONE

Il progetto “#SENZAFILTRO” è un progetto annuale gratuito rivolto alle scuole secondarie di II grado promosso dall’**Associazione Famiglia Peppino Fumagalli ETS - Peso Positivo** e realizzato in collaborazione con l’**Associazione Lime Media Education**.

OBIETTIVO

Il progetto ha l’**obiettivo di prevenire l’insorgenza dei DNA nelle classi secondarie di II grado** attraverso il **potenziamento delle competenze digitali dei partecipanti** finalizzate all’utilizzo più consapevole e responsabile dei social network e delle nuove tecnologie.

ATTIVITA’

A1. Laboratori didattici “#SENZAFILTRO”

I laboratori didattici “#SENZAFILTRO” hanno l’obiettivo di **rafforzare le competenze digitali dei partecipanti al progetto**, intese come la capacità di utilizzare in modo consapevole, informata, responsabile, sicura e sostenibile le tecnologie e, nello specifico, i social media.

Il lavoro sulle competenze digitali è essenziale per permettere ai partecipanti di avere consapevolezza nell’utilizzo dei social network, sia come utenti sia come fruitori, ed essere responsabili della creazione di contenuti sicuri, sostenibili e di valore. Grazie ai laboratori, i partecipanti potranno acquisire informazioni e strumenti chiave per usare i social network con consapevolezza e sicurezza, individuando i contenuti sbagliati, tossici, capaci di ferire e capendo come creare e diffondere contenuti di valore.

La **metodologia didattica dei laboratori si basa su attività di gruppo di creatività digitale**, in cui i partecipanti lavorano con le tecnologie per produrre **contenuti digitali e cartacei**, finalizzati alla creazione di **una campagna di informazione e sensibilizzazione sul tema dei DNA e del rapporto con i social network**.

I laboratori hanno una **durata totale di 10 ore**, così suddivise:

1. **Una sessione introduttiva informativa e di sensibilizzazione sui DNA di 2 ore, condotta da un'esperta (psicologa, nutrizionista, medico) di Peso Positivo.** La sessione si struttura con l'obiettivo di generare riflessione e dialogo sulle tematiche legate alla percezione di sé, al corpo, all'alimentazione e ai modelli sociali imposti e all'utilizzo dei social network.
2. **Quattro incontri laboratoriali di creatività digitale per un totale di 8 ore** condotte da una formatrice esperta in digital education di Lime, finalizzati alla produzione di contenuti digitali o cartacei per la campagna di prevenzione sui DNA.

Le scuole partecipanti sono invitate a candidare gli elaborati delle classi al **concorso "Prevenzione su schermo"**. Gli elaborati verranno selezionati da una giuria costituita da professionisti del mondo della comunicazione e i primi selezionati verranno esposti in una mostra a **Casa Peso Positivo a Monza, spazio fisico dell'Associazione**.

Per le classi che intendono riconoscere il progetto come Formazione Scuola-Lavoro (FSL) (ex-PCTO), l'Associazione attesta un totale di 18 ore, di cui 10 dedicate alle attività laboratoriali in aula e 8 riconosciute per il lavoro svolto in autonomia dagli studenti.

A2. Campagna diffusa di prevenzione dei DNA nella scuola

In tutte le scuole partecipanti, si diffonde una **campagna di sensibilizzazione e consapevolezza sul tema dei DNA**, digitale e cartacea. Il materiale include **poster** da appendere nei luoghi comuni della scuola, **locandine e adesivi** con frasi motivazionali da diffondere tra gli studenti e **brochure informative sui DNA per insegnanti e genitori**.

Le scuole partecipanti ai progetti di Peso Positivo entrano nella *Community Scuole di Peso Positivo*, il gruppo di scuole supporter di Peso Positivo impegnate nel diffondere una cultura della prevenzione dei DNA e della salute mentale a scuola. Tutte le scuole partecipanti vedranno l'apposizione del **Bollino Lilla per la Prevenzione**, un riconoscimento conferito da Peso Positivo, che ambisce a distinguere l'impegno della scuola per contrastare l'insorgenza dei DNA e promuovere la salute mentale dei giovani a scuola.

A3. Incontri informativi sui DNA online per genitori e insegnanti

Gli incontri, a cadenza mensile, hanno l'obiettivo di dare a genitori e insegnanti più informazioni rispetto ai DNA e offrire strumenti per aiutarli a cogliere potenziali segni di rischio iniziali e a chiedere aiuto in caso di necessità. Gli incontri sono online, a cadenza mensile, hanno una durata di 2 ore e sono guidati da una delle esperte del CTS di Peso Positivo. In seguito ad una prima parte informativa, ai partecipanti sarà data la possibilità di fare domande, anche in forma anonima, e/o di condividere le proprie esperienze personali.

A4. Coordinamento e monitoraggio del progetto

L'Associazione assicura la gestione delle attività previste, coinvolgendo il partner al fine di realizzare il progetto migliorando l'efficacia e la sua sostenibilità. Si prevede un **Piano di Monitoraggio** comprensivo di indicatori (di efficienza, efficacia e contesto), fonti di verifica, strumenti per la raccolta e l'analisi dei dati, utili anche ai fini valutativi.

Il progetto prevede una stretta collaborazione tra l'Associazione e la scuola partecipante, sancita dall'inserimento di #SENZAFILTRO nell'ambito del **PTOF** (Piano Triennale dell'Offerta Formativa), nell'intento comune di contribuire ad aumentare il numero di studenti/esse che beneficiano di un'istruzione/educazione di qualità. A tal fine, per i/le docenti e i/le dirigenti scolastici/che coinvolti/e sono previsti **una presentazione online dell'impianto progettuale (settembre 2026)** e visite di monitoraggio nelle scuole (dicembre - maggio) per monitorare congiuntamente le attività e favorire lo scambio di buone pratiche su scala regionale.

DURATA

Il progetto ha durata annuale. Gli incontri si svolgono **da settembre 2026 a giugno 2027**.

GRATUITA'

Il progetto è gratuito per le scuole.