



## Percorso Life Skills Genitori

Il programma è progettato per aiutare i Genitori a promuovere salute nei propri figli e fornire gli strumenti da usare con i ragazzi per rafforzare e incrementare un insieme di abilità di vita ritenute un valido strumento preventivo nei confronti di diverse forme di disagio giovanile, tra cui il consumo e l'abuso di alcol e sostanze.

Questo programma è costruito sui fondamenti della formazione *Life Skills* (abilità di vita), definite come "...quelle competenze sociali e relazionali che permettono ai ragazzi di affrontare in modo efficace le esigenze della vita quotidiana, rapportandosi con fiducia a se stessi, agli altri e alla comunità..." garantendo così una base protettiva nei confronti delle minacce al loro benessere e alla loro salute.

Nel panorama nazionale ed internazionale, le attività di prevenzione basate sullo sviluppo delle *Life Skills* rappresentano uno degli approcci più efficaci.

### Temi

Il programma proposto consiste in 4 incontri, la prima life skills sarà "la comunicazione familiare" le successive skills verranno scelte con il gruppo dei partecipanti tra le seguenti:

- La responsabilità dei genitori
- Essere un buon modello
- Regole appropriate e coerenti
- Gli effetti e i segni ammonitori dell'uso delle sostanze
- Prendere una posizione chiara

### Destinatari

Il percorso proposto è rivolto in modo particolare ai genitori di preadolescenti, ma in un'ottica preventiva l'invito è esteso a tutti i genitori (anche di bambini della scuola elementare) vista la gravidanza e l'attualità della tematiche affrontate.

### Date

Gli incontri si terranno nelle seguenti date:

**25 marzo 2009**

**22 aprile 2009**

**6 maggio 2009**

**3 giugno 2009**

dalle ore **21.00 alle ore 23.00** presso la scuola elementare di **via Don Gnocchi**

### Iscrizioni

Affinchè il corso sia organizzato al meglio vi chiediamo di iscrivervi tramite mail, entro il 20 marzo, al seguente indirizzo, indicando nome, cognome, mail, telefono e età dei figli.

[formazione.berit@centro-icaro.it](mailto:formazione.berit@centro-icaro.it)

Per ogni chiarimento in merito è possibile chiamare:

Dott.ssa Renata Rossi, progetto Berit cell. 3341124188

Dot.ssa Elena Jona Coordinamento Attività Prevenzione Specifica del Dipartimento Dipendenze della ASL di Milano, tel. 02.85788091.

Progetto in partnership con  
Fondazione UMANA MENTE  
(Fondazione del Gruppo Allianz)



Milano



Comune  
di Milano  
Assessorato  
alla Salute