

## PROGETTO DI PREVENZIONE PER LA SALUTE MENTALE NELLE SCUOLE

**Presentazione:** Progetto Itaca intende proporre alle scuole per l'anno scolastico 2023/24 un'esperienza gratuita di informazione e sensibilizzazione sulla salute mentale e sui corretti stili di vita che possono favorirla. I disturbi mentali hanno spesso esordio in età adolescenziale e, a causa della mancanza di informazione, vengono sottovalutati o non riconosciuti per tempo. Inoltre molti pregiudizi gravano ancora sulle malattie psichiche, isolando chi ne è colpito e rendendo ulteriormente complicato il percorso di cura. I volontari di Progetto Itaca, con la collaborazione degli psichiatri dei Dipartimenti di Salute Mentale, organizzano incontri per gli studenti delle scuole superiori.

**Destinatari:** classi terze.

**Finalità del progetto:**

- evidenziare la distinzione tra disagio giovanile e patologia
- richiamare l'attenzione sui fattori di rischio, sui primi segnali di disagio, su come e dove chiedere aiuto
- combattere il pregiudizio e modificare l'atteggiamento nei confronti delle malattie mentali
- Informare in modo chiaro e scientifico

**Modalità:**

Nell'incontro, oltre a spiegare gli stili di vita corretti e quelli che inficiano il nostro benessere, si parlerà della differenza fra disagio fisiologico per l'età e disturbo mentale, si illustreranno i vari disturbi (ansia, umore, comportamenti alimentari, disturbi psicotici) e le possibili cure.

L'incontro prevede la presenza di uno psichiatra che illustra e commenta gli argomenti con l'ausilio di slide, filmati e sondaggi che favoriscono l'interazione. A conclusione viene somministrato un questionario finale riassuntivo sull'incontro.

La durata sarà di 2 ore

In casi specifici l'incontro può essere organizzato a distanza (durata 90 minuti)

Rimaniamo a disposizione per individuare tempi e forme che riterrete più opportuni.

*Responsabile sede*

**Cristina Migliorero**

Cell. 33930783166 mail: [progetto.scuola@progettoitaca.org](mailto:progetto.scuola@progettoitaca.org)

<https://www.progettoitacamilano.org/progetto/progetto-prevenzione-nelle-scuole/>