

# La scuola si attiva

Prevenzione dello stress sul posto di lavoro

Un'offerta per rafforzare la salute di insegnanti, direttrici e direttori e tutto il personale scolastico

## Scuola di Rifferswil

Canton Zurigo, ciclo 1 e 2,  
27 collaboratrici/tori, 160 allieve/i,  
schule-rifferswil.ch

## Esempio pratico

### Che cosa ha spinto la scuola di Rifferswil ad attuare «La scuola si attiva»?

Teniamo molto alla salute del corpo docente e di tutti coloro che sono coinvolti nella gestione della scuola. Siamo certi che le insegnanti e gli insegnanti che godono di buona salute e lavorano in un ambiente che fornisce supporto possano conseguire un alto grado di soddisfazione professionale. Questo ha un impatto diretto sulla qualità della formazione e pertanto anche su allieve, allievi e genitori.

### Che valore aggiunto è stato generato dalla partecipazione del personale?

La partecipazione è un modo per prendere sul serio le collaboratrici e i collaboratori. Attraverso la partecipazione, ogni collaboratrice o collaboratore ha voce in capitolo e può contribuire a decidere cosa può cambiare positivamente nel suo ambiente più immediato per trarne un beneficio personale sul piano della salute.

«Il progetto «La scuola si attiva» è stato per noi il punto di partenza ideale per elaborare e attuare misure mirate, sostenibili e favorevoli alla salute.»

René Baumgartner,

assistente sociale della scuola e responsabile del progetto

### In quali ambiti della vita scolastica quotidiana si osservano dei cambiamenti positivi?

Il progetto ha sensibilizzato il personale spronandolo a mettere costantemente in discussione il suo ambiente di lavoro e a osservare i fattori che consentono di mantenere e promuovere la sua salute. Inoltre, nel giro di poco tempo abbiamo apportato modifiche agli spazi per consentire una migliore separazione tra lavoro e pause.

## Potenziale di sviluppo rilevato e relative misure

Aree d'intervento	Misure
<b>Mancanza di una chiara delimitazione</b> Dalla collaborazione interdisciplinare nascono spesso accordi e discussioni spontanei durante le pause che in seguito non possono essere utilizzati come tali.	<b>Organizzazione di forum di discussione</b> Forum periodici di confronto e discussione favoriscono una comunicazione aperta sulle esigenze individuali.
<b>Zone di relax insufficienti</b> Sia all'interno che all'esterno, le zone adibite a pausa non sono ben delimitate dalle zone di lavoro, situazione che rende difficile vivere i momenti di pausa come tali.	<b>Progettazione di locali per le pause</b> Le nuove zone pausa sono spazi molto meglio delimitati e inoltre migliorati in termini di arredamento, più esattamente con la dotazione di divani, poltrone, un tappeto e piante da interno, nonché una panca e un tavolo per la zona all'esterno.
<b>Continuare a promuovere la codeterminazione</b> La cultura della codeterminazione è già ampiamente diffusa nella scuola. Va coltivata e sviluppata ulteriormente.	<b>Processi decisionali</b> L'obiettivo è sempre quello di massimizzare la partecipazione del team a tutti i processi decisionali nell'ambito delle riunioni e conferenze scolastiche.

## Sfruttate il potenziale della vostra scuola



Contattate l'autorità competente del vostro cantone

Maggiori informazioni su [scuola-si-attiva.ch](http://scuola-si-attiva.ch)

Coordinamento su scala nazionale:

  
RADIX

Su mandato di:



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera