



Liceo cantonale di Lugano 1

PROGETTO DI ISTITUTO «**SALUTE E BENESSERE**»

“GIORNATA DEL RISPETTO”  
PER LE CLASSI II

---

SECONDO GRUPPO  
CLASSI 2A, 2C, 2H, 2J, 2L, 2M, 2P

MARTEDÌ 16 APRILE 2013



## "Giornata del rispetto"



# DESCRIZIONE DELLE ATTIVITÀ

## RISPETTO DI SÉ

### 1. **Sessualità oggi**

#### **AIUTO AIDS Ticino**

*Attività sul tema della sessualità al giorno d'oggi, di come viene proposta dai media, di come viene vissuta dagli adolescenti. È prevista una discussione spontanea tra i relatori e gli studenti.*

### 2. **Il rispetto di sé: stress e rilassamento**

#### **proff. Giovanni Gandola e Massimo Fioroni**

*I colleghi dell'istituto, Giovanni Gandola, docente di psicologia, e Massimo Fioroni, docente di educazione fisica, proporranno agli allievi una conoscenza sia teorica che pratica in merito al fenomeno dello stress psicofisico e alle varie tecniche per una sua prevenzione.*

### 3. **Il rispetto di sé: un'analisi delle nuove forme di poli-tossicodipendenza**

#### **INGRADO**, Associazione per la prevenzione e la cura dell'alcolismo e delle tossicomanie

*I consulenti di Ingrado, ente che da decenni si occupa di prevenzione e cura dell'alcolismo in Ticino, forniranno alle classi partecipanti delle informazioni scientifiche e animeranno una discussione con gli studenti sul consumo di sostanze alcoliche e sull'uso congiunto di droghe che alterano lo stato di coscienza normale.*

### 4. **Laboratorio psicologico sulla conoscenza di sé**

#### **prof. Giovanni Gandola**

*Un autentico rispetto di sé non può prescindere da una conoscenza della propria identità, intesa come la risultante delle proprie caratteristiche emotive, intellettuali e sociali. L'atelier proposto agli studenti darà l'opportunità, nel rispetto delle differenze individuali, di acquisire informazioni sugli aspetti citati sia in modo teorico che pratico tramite prove, esercizi e reattivi psicologici diversi.*

## RISPETTO DELL'ALTRO

### 5. **Follemente**

#### **Educatori Club 74 (associazione socioterapeutico, ricreativo, relazionale e culturale)**

*Attività legata alla scoperta "dell'altro" attraverso l'incontro e la testimonianza di alcuni utenti dell'OSC (Organizzazione sociopsichiatrica cantonale) e di alcuni educatori del Club 74 (associazione socioterapeutico, ricreativo, relazionale e culturale con sede a Mendrisio). Lo scopo è quello di confrontarsi con alcune esperienze di alienazione per sradicare potenziali pregiudizi negativi in merito e, grazie anche a degli esperti, costruire un'immagine più veritiera di tale realtà (sintomatologie, forme di terapie, evoluzioni e reinserimento sociale).*

## "Giornata del rispetto"



### RISPETTO DELL'AMBIENTE

#### **6. Rifiuti e riciclaggio in Canton Ticino**

**Azienda cantonale rifiuti, sig. Paolo Selldorf**

*La produzione di rifiuti rappresenta essenzialmente una perdita di materie prime e di energia. Misure di prevenzione possono essere applicate a tutte le fasi del ciclo di vita di un prodotto dalla progettazione e produzione, alla distribuzione, vendita e uso, fino al suo smaltimento. Durante l'incontro, agli allievi verrà illustrata la politica e la modalità di gestione dei rifiuti attuata dal Cantone Ticino e le differenti strategie volte a gestire l'intero processo dei rifiuti, dalla loro produzione fino alla loro destinazione finale, con l'obiettivo di minimizzare l'impatto ambientale e salvaguardare l'ambiente.*

#### **7. Protezione della natura e avifauna**

**sig.ra Célia Dias, ornitologa**

*Discussione sulla protezione della natura e la protezione degli uccelli. Attraverso la conoscenza dei bisogni di talune specie è possibile raggiungere gli obiettivi di protezione di comparti territoriali più ampi. Verranno anche considerate alcune strutture cittadine e la loro importanza per la salvaguardia di specie strettamente legate all'uomo.*

#### **8. Natura in città**

**dr. Nicola Schoenenberger (botanico al Museo di Storia naturale)**

**prof. Luca Paltrinieri**

*Attraverso una breve escursione in città, si scopriranno alcune peculiarità naturalistiche che solo l'occhio allenato riesce ad osservare. Si discuterà, inoltre, dell'importanza di alcune pratiche di gestione della natura in città che possono salvaguardare o, se mal applicate, alterare in modo definitivo, alcuni ambienti necessari a numerose specie animali e vegetali.*

#### **9. Risparmio energetico**

**Ufficio cantonale dell'aria, del clima e delle energie rinnovabili, sig.ra Natasha Rosselli,  
prof. Osvaldo Daldini**

*Attraverso una presentazione, i responsabili dell'Ufficio cantonale dell'aria, del clima e delle energie rinnovabili presenteranno l'attuale questione legata all'approvvigionamento energetico e alla politica energetica del Cantone in questo ambito, ponendo un particolare accento sul tema dei consumi e anche dei risparmi energetici. Si lascerà spazio agli allievi per una discussione e per rispondere alle loro domande. Una parte dell'attività sarà poi legata alla visita dell'impianto fotovoltaico presente nel nostro Istituto e costruito anche nell'ambito di alcuni LAM. Il vicedirettore prof. Osvaldo Daldini darà delle spiegazioni in merito e risponderà alle domande.*

"Giornata del rispetto"

PIANO DELLE ATTIVITÀ

CLASSE	ORA	LUOGO	ATTIVITÀ	DOCENTI ACCOMPAGNATORI
2A	08.15-09.50	Ritrovo pianoterra Palazzo delle scienze, poi esterno	<i>Natura in città</i>	<b>Merlini</b> (8.15-9.00) <b>Solcà**</b> (9.05-9.50)
	10.05-12.00	Aula magna	<i>Follemente</i>	<b>Macciocchi</b> (10.05-11.40) <b>Jahn</b> (11.45-12.00)
	13.45-16.30	Aula XIII	<i>Conoscenza di sé</i>	<b>Solcà/Nava</b> (13.45-15.20) <b>Garavello</b> (15.25-16.30)
2C	08.15-09.50	Aula A	<i>Prevenzione dipendenze</i>	<b>Codoni*</b>
	10.05-12.00	Aula A	<i>Rifiuti e riciclaggio</i>	<b>Merlini</b> (10.05-10.50) <b>Palme</b> (10.55-12.00)
	13.45-16.30	Aula magna	<i>Follemente</i>	<b>Kovacs</b> (13.45-15.20)
2H	08.15-09.50	Aula XV	<i>Rifiuti e riciclaggio</i>	<b>Taverna</b>
	10.05-12.00	Aula magna	<i>Follemente</i>	<b>Brignoni</b> (10.05-11.40)
	13.45-16.30	Aula C	<i>Sessualità oggi</i>	<b>Gautschi/Cremona*</b> (13.45-14.30) <b>Chiaruttini*</b> (14.35-16.10)
2J	08.15-09.50	Palestra Lambertenghi	<i>Stress e rilassamento</i>	<b>Solcà</b> (8.15-9.00) <b>Agustoni</b> (9.05-9.50)
	10.05-12.00	Aula 403	<i>Avifauna</i>	<b>Piffaretti</b> (10.05-11.40) <b>Cortesi</b> (11.45-12.00)
	13.45-16.30	Aula magna	<i>Follemente</i>	<b>Gautschi/Affolter</b> (13.45-14.30) <b>Ciceri Matt</b> (14.35-16.10)
2L	08.15-09.50	Aula 14	<i>Prevenzione dipendenze</i>	<b>Hmine*</b>
	10.05-12.00	Aula magna	<i>Follemente</i>	<b>Cremona</b> (10.05-11.40) <b>Agustoni</b> (11.45-12.00)
	13.45-16.30	Aula 301	<i>Risparmio energetico</i>	<b>Codoni</b> (13.45-15.20) <b>Morandi</b> (15.25-16.30)
2M	08.15-09.50	Aula XIII	<i>Sessualità oggi</i>	<b>Battaglia*</b> (8.15-9.00) <b>Mondini*</b> (9.05-9.50)
	10.05-12.00	Aula magna	<i>Follemente</i>	<b>Palme</b> (10.05-10.50) <b>Stroppa</b> (10.55-11.40) <b>Antonelli</b> (11.45-12.00)
	13.45-16.30	Aula 9, poi esterno	<i>Natura in città</i>	<b>Ciceri</b> (13.45-14.30) <b>Gautschi**</b> (14.35-16.10)
2P	08.15-09.50	Aula M	<i>Avifauna</i>	<b>Frigerio</b>
	10.05-12.00	Aula 305	<i>Prevenzione dipendenze</i>	<b>Taverna*</b> (10.05-11.40) <b>Hmine*</b> (11.45-12.00)
	13.45-16.30	Aula magna	<i>Follemente</i>	<b>Della Casa</b> (13.45-14.30) <b>Gautschi/Duchini</b> (14.35-16.10)

\* Per le attività *Prevenzione dipendenze* e *Sessualità oggi* non è prevista la presenza del docente, che deve dunque solo firmare il registro.

\*\* I docenti non seguono l'attività.