

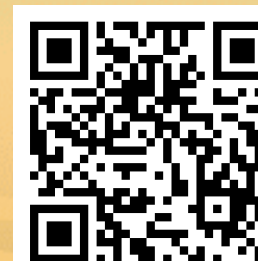
*Se una società vuole veramente  
proteggere i suoi bambini,  
deve cominciare  
con l'occuparsi dei genitori*  
John Bowlby

# FAMILY SKILLS

## Livello 1

### CALENDARIO

[per consultare le date dei percorsi e iscriverti clicca qui](#)  
o inquadra il QR CODE



### PER INFORMAZIONI

Saveria Fontana [lifeskill@ats-brianza.it](mailto:lifeskill@ats-brianza.it)  
Silvia Arosio [silvia.ariosio@spaziogiovani.it](mailto:silvia.ariosio@spaziogiovani.it) | 338 5715431

SITO FAMILY SKILLS <https://bit.ly/familyskillsatsbrianza>

## COS'È FAMILY SKILLS?

**Family Skills** è un programma di Promozione della Salute di ATS Brianza. Si basa sulla conoscenza e l'allenamento delle **life skills** (abilità di vita: empatia, comunicazione, consapevolezza, capacità di risolvere i problemi, prendere decisioni, gestire le emozioni e lo stress); riconosciute dall'*Organizzazione Mondiale della Sanità* come importanti fattori protettivi per la Salute.

In alcuni casi, integra e aumenta l'efficacia di altri percorsi, che si realizzano con i docenti e i ragazzi delle scuole primarie e secondarie di 1° grado (**Life Skills Training Program**).

## PERCHÉ ADERIRE?

I programmi di sviluppo delle **life skills** si basano su evidenze scientifiche e hanno un approccio comprensivo: si focalizzano sulle risorse delle persone, non sui problemi, valorizzando le abilità personali. L'apprendimento avviene in un contesto **non giudicante e giocoso**, in cui i partecipanti riferiscono di sentirsi a proprio agio e di acquisire strumenti efficaci e spendibili da subito nella quotidianità.

## CHI SONO I DESTINATARI?

**Family Skills** è rivolto a tutti i genitori con figli in età evolutiva (dall'infanzia all'adolescenza). Solitamente vengono formati gruppi omogenei, in base agli specifici bisogni di sviluppo e alla fase del ciclo di vita della famiglia. Possono aderire al programma anche associazioni di famiglie e comitati genitori delle scuole.

La partecipazione è gratuita.

## QUALI SONO LE FINALITÀ?

**Family Skills** si propone di:

- favorire l'acquisizione pratica di **life skills**, generative di comportamenti positivi e salutari per sé e per i figli
- diffondere il modello educativo promozionale delle **life skills**
- sviluppare il modello dei **moltiplicatori** dell'azione preventiva (genitori formati che formino altri genitori).

## CHE METODI UTILIZZA?

**Family Skills** propone 4 incontri di 3 ore, rivolti a piccoli gruppi (20-25 persone). I formatori utilizzano **modalità attive**: esercizi pratici, a coppie e in sottogruppi, simulazioni, in cui ognuno può mettersi in gioco con gradualità e seguendo i propri tempi.

## CHI SONO I FORMATORI?

Professionisti ed esperti nell'ambito della promozione della salute (psicologi, pedagogisti, educatori, assistenti sociali e sanitari) affiancati da genitori già formati.