

# PROGETTO: IO SONO PULITO



# Gli Obiettivi

Il progetto “Io Sono Pulito”, grazie al patrocinio e il contributo del Distretto Rotary 2110 Sicilia-Malta (DG Francesco Milazzo a.r. 2015-16), si pone l’obiettivo di promuovere l’educazione “sanitaria e civica” tra gli adolescenti scolarizzati in un’età compresa tra i 12 ed i 18 anni.

**Il loro coinvolgimento avverrà attraverso l’utilizzo di sistemi di comunicazione al passo con i tempi, tra momenti formativi in aula e App su smartphone.**



# I Club Aderenti

---

## Rotary Club Proponente:

- Palermo Teatro del Sole

## Rotary Club Partner:

- Palermo
- Palermo Monreale
- Palermo Agorà
- Corleone
- Costa Gaia
- Menfi
- Piana degli Albanesi
- Termini Imerese



# Le Scuole Aderenti

---

- IISS Ascione - Palermo
- IISS "Basile - D'aleo" - Monreale
- Liceo Scientifico "E. Fermi" - Menfi
- IC G.T. di Lampedusa - Santa Margherita di Belice e Montevago
- IC Fra Felice - Sambuca
- Scuola Media Marconi - Palermo
- Istituto Regina Margherita - Palermo
- ICS "Politeama" - Palermo
- IPSS Luigi Einaudi - Palermo
- Ist. Professionale Salvemini - Palermo
- Liceo Scientifico "Santi Savarino" – Partitico
- ICS Antonio Ugo - Palermo
- IISS Don Giovanni Colletto - Corleone
- Scuola Media Giuseppe Vasi - Corleone
- Liceo Cannizzaro - Palermo
- Liceo Garibaldi - Palermo
- Scuola Ninni Cassarà - Partinico
- ICS Padre Puglisi - Palermo
- IC Pirandello - Cerda
- Scuola Renato Guttuso - Carini
- Scuola Skanderbeg - Piana degli Albanesi
- Scuola Media "Tisia D'Imera" - Temini Imerese



# I Patrocini

---

- Università di Palermo
- Comune di Monreale
- Dipartimento DASOE Ass. Salute
- Comune di Partitico
- Comune di Sambuca di Sicilia
- Ospedali Civili Riuniti Villa Sofia Cervello
- Ordine degli Ingegneri di Palermo
- Società Italiana di Patologia e Medicina Orale
- Dipartimento Di.chir.on.s UNIPA
- Corso di studi in Odontoiatria e P.D. UNIPA
- Giornale “Sicilia Europa”
- Città di Corleone
- Assessorato Regionale alla Salute
- Comune di Palermo
- Comune di Montevago
- Comune di Piana degli Albanesi
- Azienda Ospedaliera Universitaria Policlinico - Palermo
- Ordine dei Medici e degli Odontoiatri di Palermo di Palermo
- Società Italiana di Pediatria
- Istituto Zooprofilattico Siciliano “A. Mirri”
- Dipartimento DICGIM-UNIPA
- Associazione Nazionale Dentisti Italiani – Sez. Palermo



# Presidenti RC e Consulenti Scientifici



HOME

PROGETTO

IL GIOCO

CLASSIFICA

TEMATICHE

PATROCINI



## Gruppo operativo



**Giuseppina Campisi**

Presidente R. C. Teatro del Sole



**Antonio Lo Bianco**

Presidente R. C. Palermo



**Maria Teresa Pirajno**

Presidente R. C. Palermo-Monreale



**Calogero Caruso**

Presidente R. C. Palermo Agorà



**Mario Lanza**

Presidente R. C. Corleone



**Giuseppe Zangara**

Presidente R. C. Costa Gaia



**Domenico Cacioppo**

Presidente R. C. Menfi



**Tommaso Matranga**

Presidente R. C. Piana degli Albanesi



**Francesca Ficili**

Presidente R. C. Termini Imerese



**Gloria Calagna**

Consulente



**Claudia Colomba**

Consulente



**Giuseppe Cumia**

Consulente



**Olga Di Fede**

Consulente



**Elisabetta Garrisi**

Consulente



**Caterina Melodia**

Consulente



**Antonio Perino**

Consulente



**Sonya Vasto**

Consulente



# La Formazione

---

Dopo una fase di preparazione, a cura dei Rotary Club aderenti al progetto, in cui sono state pianificate le attività divulgative, la **formazione verrà svolta attraverso incontri** presso le strutture scolastiche, a cui parteciperanno studenti e docenti, e proseguiranno **mediante l'utilizzo di un sito web dedicato e di applicazione (App) per il Mobile**, da scaricare ed utilizzare sui propri smartphone o tablet.



# Il metodo: Gamification

Il metodo di apprendimento, di tipo interattivo grazie in particolare all'utilizzo dell'applicazione (App) per smartphone e tablet, si basa sul concetto di “**gamification**” (imparare giocando) ovvero un autentico coinvolgimento dell'utente come in un videogame, da affrontare secondo vari livelli di difficoltà, che viene aggiornato periodicamente, evitandone così l'obsolescenza e stimolando con continuità l'interesse dello studente.



# Gli Argomenti 1/2

---



**Droghe e Alcol**



**Pericoli e strada**



**Alimentazione**



**Sesso e Infezioni**



# Gli Argomenti 2/2

---



**Legalità**



**Pericoli della Rete**



**Pulizia Personale**



**Piercing e Tattoo**







# Droghe e Alcol



A cura di Elisabetta Garrisi,  
Caterina Melodia e Beppe Cumia

# Droghe e Alcol

- Le **Droghe** e l' **Alcol** sono **sostanze che stimolano il nostro cervello ed il nostro corpo in modo «ARTIFICIALE»**, hanno effetti sull'umore e consentono di andare oltre i limiti fisici e superare il disagio, **facendo però grossi danni all'organismo.**



- Bisogna imparare ad **accettare le proprie caratteristiche** e non usare le droghe per essere «migliori».



# Droghe e Alcol



- Spesso si provano le droghe per farsi accettare dal gruppo o per superare le proprie difficoltà ma bisogna sapere che **ANCHE UNA SOLA DOSE DI SOSTANZA PUÒ PROVOCARE UN COMPORTAMENTO DI DIPENDENZA.**

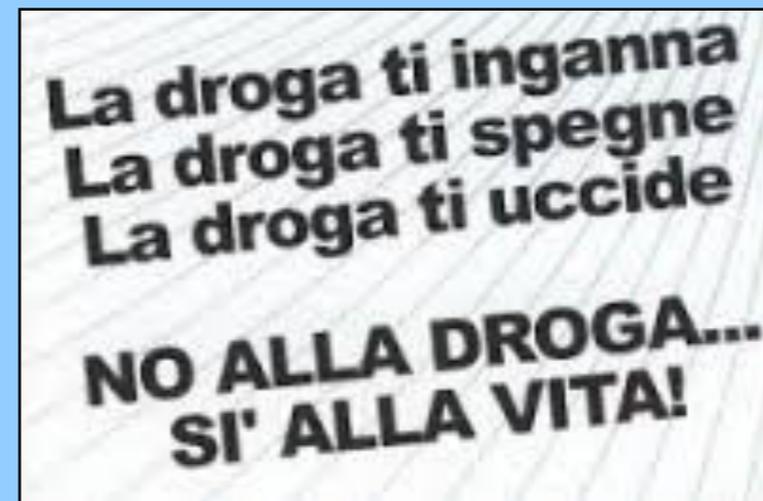


- Anche se sembrano colorati ed accattivanti, gli alcolici creano grossi danni al cervello ed al corpo



# Droghe e Alcol

- Le famiglia, la scuola e gli altri **ADULTI** che entrano in contatto coi ragazzi possono essere un **VALIDO AIUTO ALLA SOLUZIONE DEI PROBLEMI**, in modo più sano rispetto alle sostanze.
- **CI SI PUO' DIVERTIRE ANCHE SENZA L'USO DELLE DROGHE!!!**



# Droghe e Alcol

- Il DOPING è l'USO DI SOSTANZE O MEDICINALI PROIBITI PER AUMENTARE LE PRESTAZIONI DEGLI SPORTIVI e le loro forze fisiche.



- BISOGNA IMPEGNARSI MOLTO ED IN MODO COSTANTE PER RAGGIUNGERE BUONI RISULTATI, nello sport e nella vita. Le droghe o il doping sono degli aiuti artificiali e temporanei!





# Pericoli e strada



A cura di Daniele Mondello

# Pericoli e Strada

---



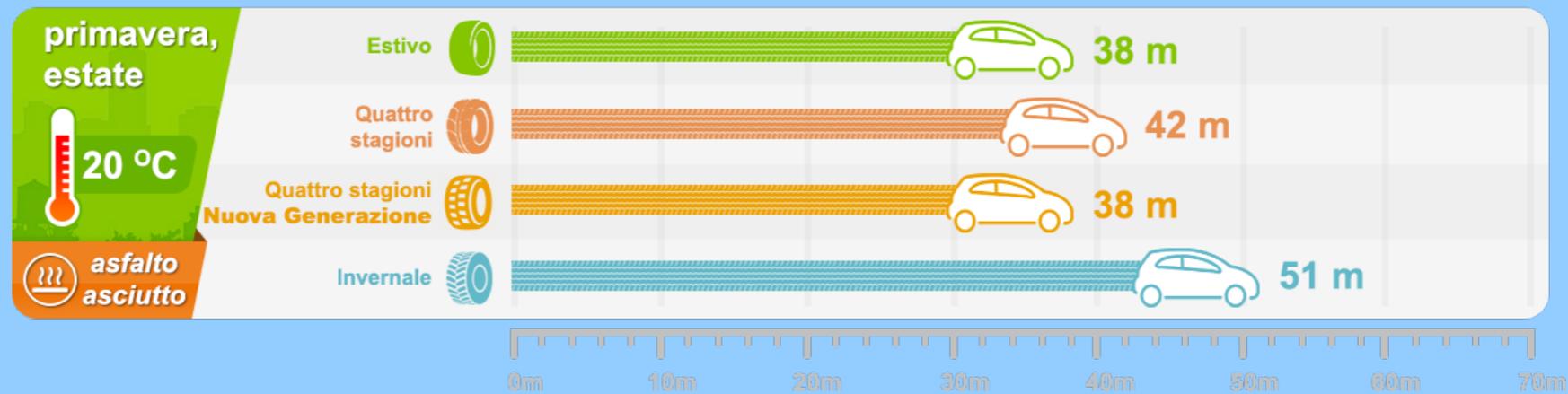
Ci sono regole precise su condotta alla guida e manutenzione del veicolo per ridurre al minimo i rischi.



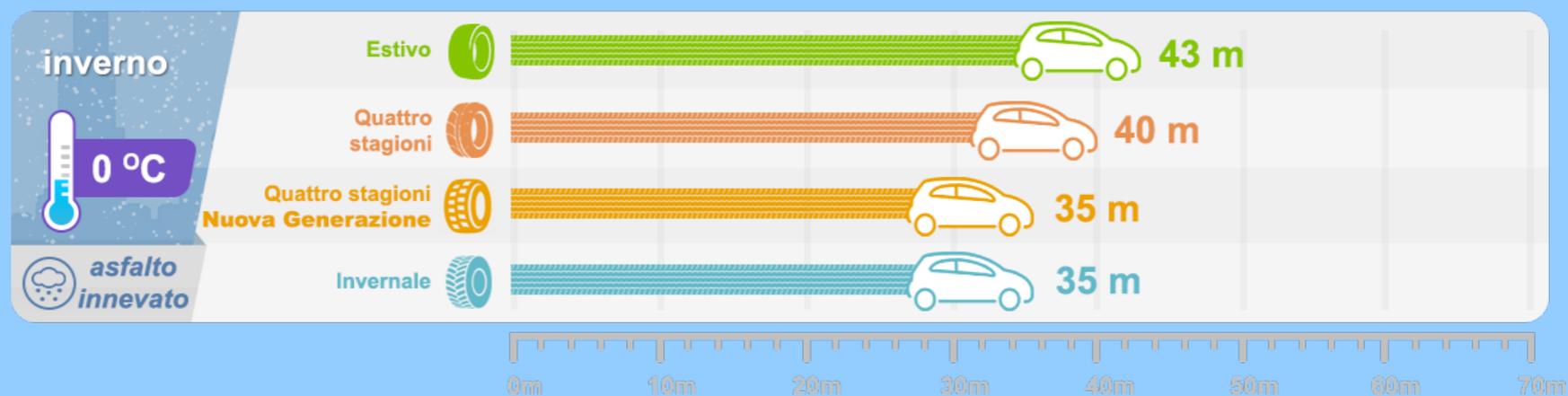
# Pericoli e Strada

Lo spazio di arresto, cioè il punto in cui il conducente percepisce il pericolo fino al punto di arresto, variano in funzione della velocità, e delle condizioni atmosferiche.

Per arrestare completamente il veicolo, da 100 km/h a 0 km/h



Per arrestare completamente il veicolo, da 50 km/h a 0 km/h



# Pericoli e Strada

---



Bisogna porre attenzione alla sicurezza, allacciando la cintura di sicurezza in auto e indossando il casco in moto.





# Alimentazione



A cura di Sonya Vasto  
e Olga Di Fede

# Alimentazione

L'essere umano, come qualsiasi essere vivente, ha bisogno di alimentarsi. Il cibo fornisce energia e i materiali necessari per il corretto accrescimento

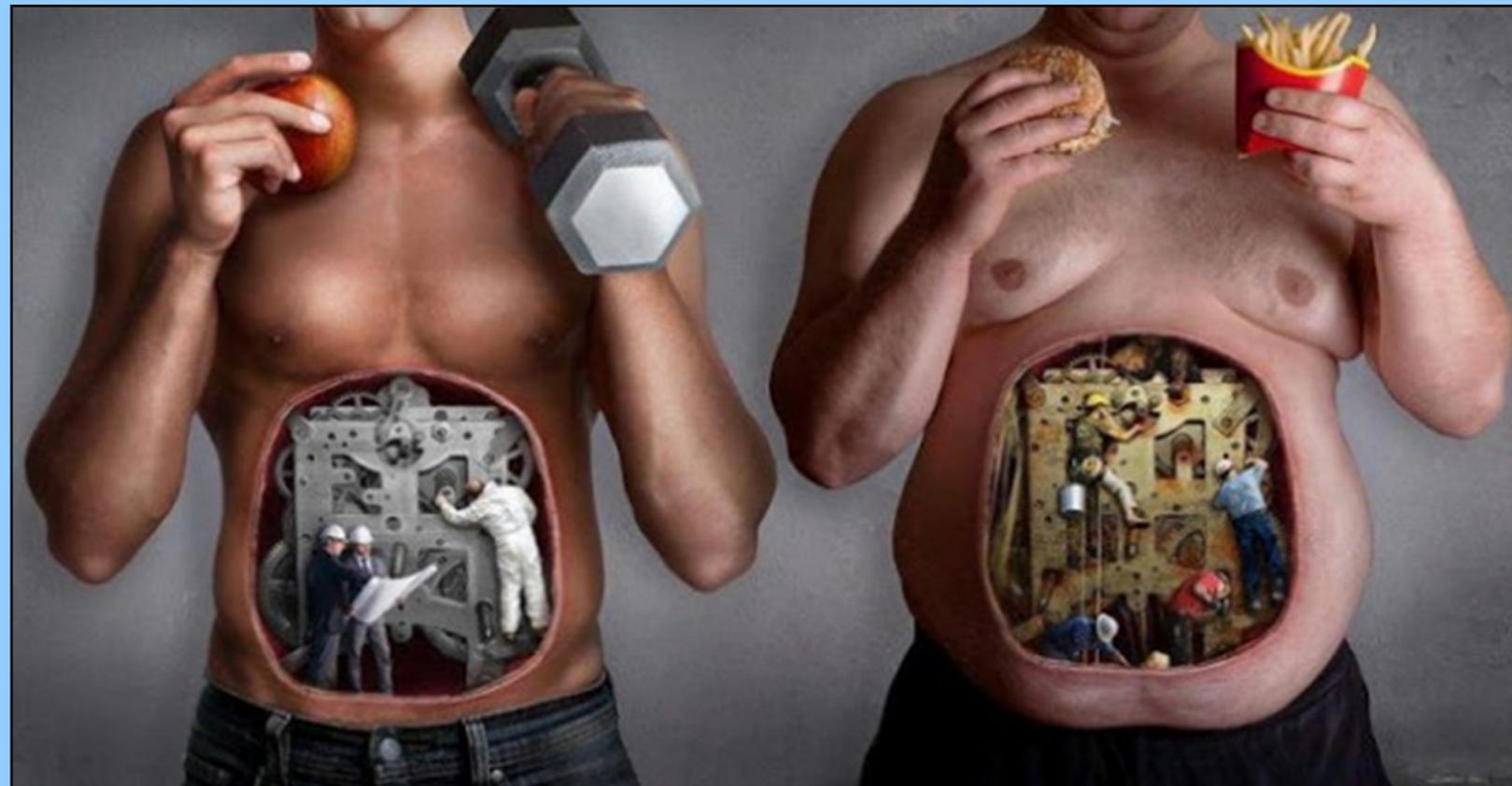


**PER UNA SANA  
ALIMENTAZIONE  
OCCORRE ...  
MANGIARE BENE**



# Alimentazione

«Noi siamo ciò che mangiamo»



Per essere equilibrata l'alimentazione deve anche essere varia.



# Alimentazione



Non chiedetevi perché il **cibo salutare** costi molto  
chiedetevi invece perché il **cibo spazzatura** costi così  
poco.





# Sesso e Infezioni



A cura di Antonio Perino  
e Gloria Calagna

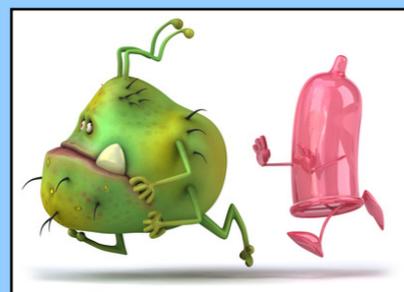
# Sesso e Infezioni

## COSA DOBBIAMO SAPERE !

**INFEZIONI PIU' FREQUENTI?**



**SI POSSONO PREVENIRE?**



**COME AVVIENE IL CONTAGIO?**



**QUALI SONO I RISCHI?**



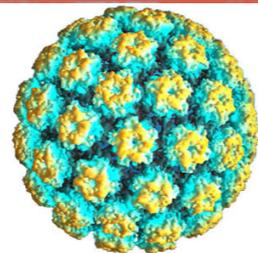
**INFEZIONI A TRASMISSIONE SESSUALE**

**SI POSSONO CURARE?**



# Sesso e Infezioni

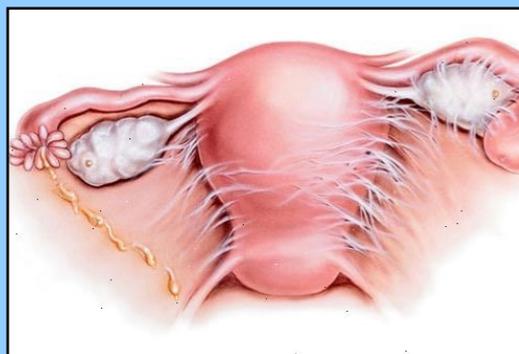
**PAPILLOMA VIRUS  
UMANO - HPV**



**CONDILOMI  
ANO-  
GENITALI**



**CANCRO**



**MALATTIA  
INFIAMMATORI  
A PELVICA**



**INFERTILITA'**

**Chlamydia  
trachomatis**



**LESIONI  
BOLLOSE**



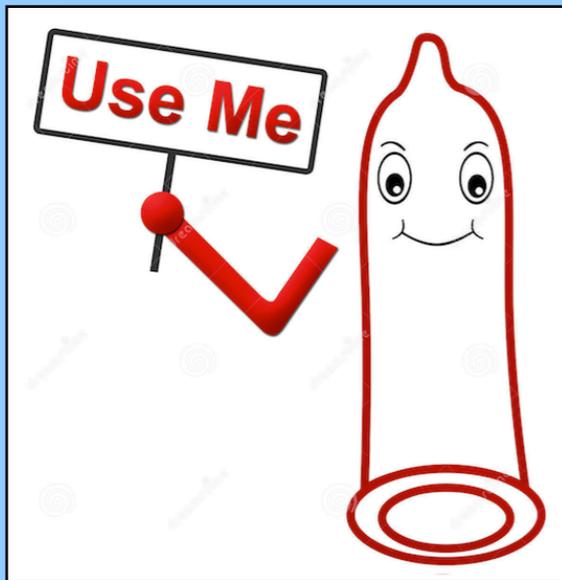
**DOLORE  
FEBBRE**

**Herpes  
virus genitale**



# Sesso e Infezioni

**PREVENZIONE ?**





# Legalità



A cura di Caterina Melodia  
e Elisabetta Garrisi

# Legalità

- La **LEGALITÀ** è la pratica del rispetto delle leggi per garantire il «**BENE COMUNE**», la «**LIBERTÀ**» e la «**BUONA CONVIVENZA**» tra le persone.



- **Ogni cittadino può dare un contributo** al bene comune facendo attenzione all'ambiente in cui vive, curandolo ed evitando di inquinarlo.



# Legalità

- Il mondo è oggetto di sfruttamento da parte di gente **irresponsabile** e che approfitta delle energie che esso ci da.



- Le «**ECOMAFIE**» sono un esempio di come alcuni «criminali» sfruttano l'ambiente per arricchirsi, creando grossi danni all'intera popolazione (ad esempio, lo smaltimento tossico di rifiuti o la costruzione in terreni non sicuri, l'inquinamento dei mari...)



# Legalità

- **Ogni cittadino può aiutare a rendere il mondo più ecologico:** facendo la raccolta differenziata dei rifiuti, pulendo la strada dagli escrementi del proprio cane, tenendo pulito il proprio quartiere... etc.



- Bisogna capire che **imparando a rispettare le leggi si eviteranno arroganza e sopraffazione** da parte di coloro che pensano di poter esercitare, in modo illegittimo, il proprio potere sugli altri.



# Legalità

Il mondo è «**COSA NOSTRA**» e dobbiamo lottare insieme per rispettarlo, evitando l'illegalità, malattie ed altre conseguenze dannose agli esseri umani.





# Pericoli della rete



A cura di Olomedia

# Pericoli della rete



I Social Network, se non usati in maniera consapevole possono esporci a seri rischi di ritrovarsi in situazioni spiacevoli



# Pericoli della rete

**VIRUS**



I nostri computer sono continuamente sotto attacco.  
Non dobbiamo fidarci a prima vista di tutto ciò che vediamo su Internet



# Pericoli della rete

---



Bisogna porre estrema attenzione alla tutela della propria privacy, coinvolgendo per primi i genitori, con i quali è necessario parlare per farsi consigliare.





# Pulizia Personale



A cura di Claudia Colomba  
e Olga Di Fede

# Pericoli della rete

## UNO STILE DI VITA

La pulizia del proprio corpo è importante per:

🌀 Migliorare l'aspetto estetico



🌀 Relazionarsi più facilmente con gli altri



🌀 Per la salute fisica



# Pericoli della rete

**Perché pulirsi bene e cosa preveniamo**

Con una corretta pulizia personale combattiamo:

④ Agenti microbici esterni al nostro corpo



④ Agenti microbici presenti sul nostro corpo generalmente innocui ma potenzialmente pericolosi in condizioni di scarsa igiene



④ Agenti irritanti e chimici



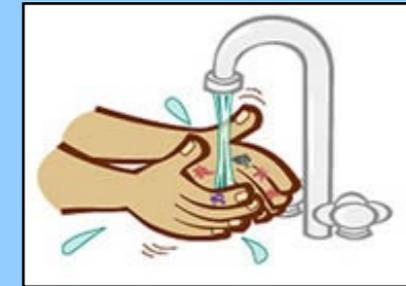
④ Residui alimentari



# Pericoli della rete

## Consigli Utili

🌀 Lavare bene e spesso le mani con il sapone



🌀 Fare il bagno e la doccia una volta al giorno e sempre dopo attività sportiva



🌀 Pulire bene i denti con lo spazzolino e il filo interdentale



🌀 Tagliare e mantenere pulite le unghie; non mangiare le unghie ed evitare di mettersi le mani in bocca





# Piercing e Tattoo



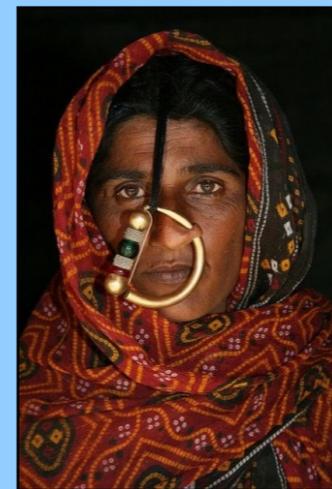
A cura di Sonya Vasto  
e Olga Di Fede

# Piercing e Tattoo

## Modificare il corpo: cenni storici



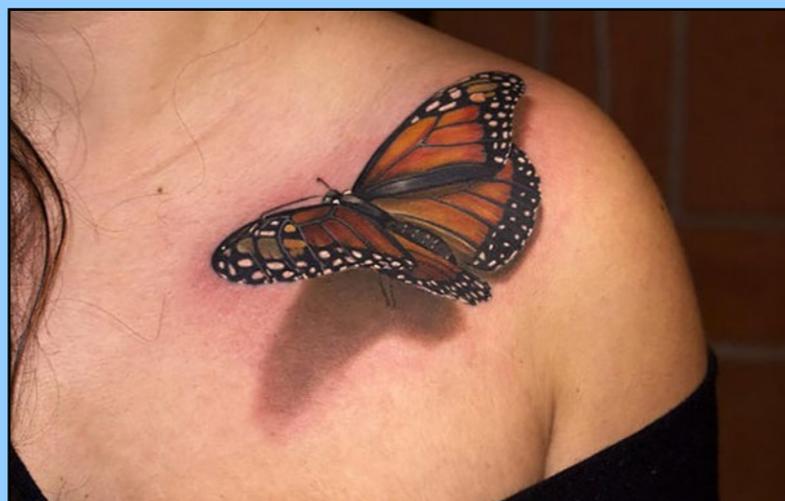
Nel corso della storia, sia il tatuaggio che il piercing hanno assunto significati differenti strettamente legati alle realtà storiche, sociali e religiose a cui ognuno di essi appartiene.



# Piercing e Tattoo

Tatuaggi e piercing ai giorni d'oggi

Personalizzare il proprio corpo!!!



# Piercing e Tattoo

## Quali sono i rischi del tatuaggio o del piercing?

Il tatuaggio e il piercing devono essere eseguiti da professionisti del settore che si sottopongono a un'adeguata formazione per il rispetto di rigorose norme igieniche al fine di evitare la trasmissione di gravi malattie come epatite B e C e l'HIV.



# Piercing e Tattoo



Qualora si cambiasse idea, per la rimozione del piercing occorre chiedere all'operatore esperto; nel caso del tatuaggio, si potrebbe provare a richiederne l'eliminazione mediante il laser al medico di fiducia: è una metodica dolorosa e costosa che comporta comunque, nella maggior parte dei casi, la formazione di cicatrici e la persistenza di colorazioni.



# Gli Strumenti

*by Olomedia*



# Il Sito Internet

## Home Page



HOME

PROGETTO

IL GIOCO

CLASSIFICA

TEMATICHE

PATROCINI



### VUOI PROVARCI? UN GIOCO DA RAGAZZI!

"Io Sono Pulito" è un progetto di educazione sanitaria e civica realizzato da 9 Rotary Club del Distretto 2110 Sicilia - Malta nell'ambito del programma di sovvenzioni distrettuali a.r. 2015/2016.  
Rotary Club Proponente: Palermo Teatro del Sole. Rotary Club partecipanti: Palermo, Palermo-Monreale, Palermo Agorà, Corleone, Costa Gaia, Menfi, Piana degli Albanesi, Termini Imerese.



# Il Sito Internet

## Il Progetto

**Io Sono Pulito**

HOME **PROGETTO** IL GIOCO CLASSIFICA TEMATICHE PATROCINI

Sintesi del progetto  
Gruppo operativo  
Scuole partecipanti

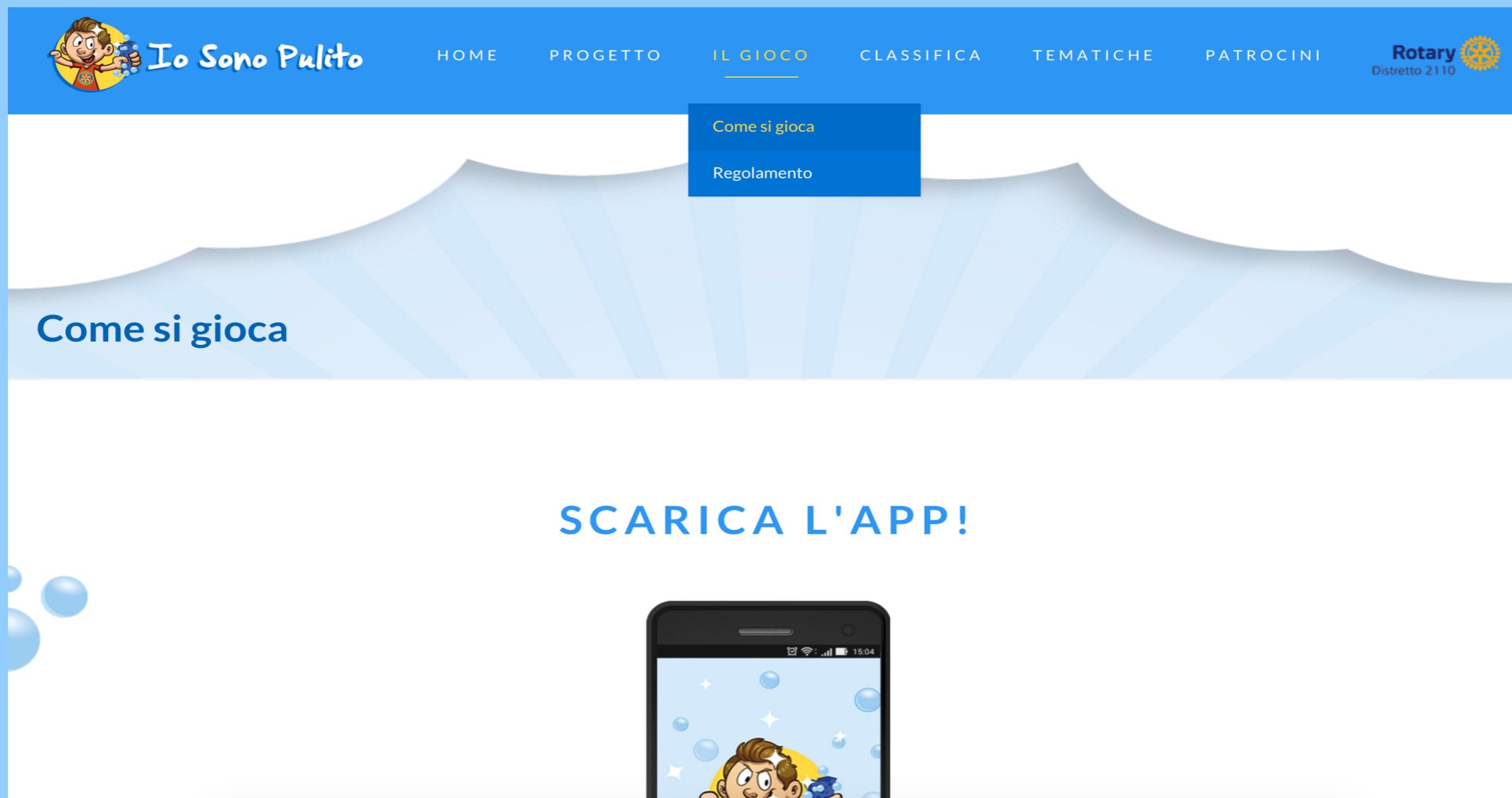
**VUOI PROVARCI? UN GIOCO DA RAGAZZI!**

"Io Sono Pulito" è un progetto di educazione sanitaria e civica realizzato da 9 Rotary Club del Distretto 2110 Sicilia - Malta nell'ambito del programma di sovvenzioni distrettuali a.r. 2015/2016.  
Rotary Club Proponente: Palermo Teatro del Sole. Rotary Club partecipanti: Palermo, Palermo-Monreale, Palermo Agorà, Corleone, Costa Gaia, Menfi, Piana degli Albanesi, Termini Imerese.



# Il Sito Internet

## Il Gioco



# Il Sito Internet

## La Classifica

**Io Sono Pulito** HOME PROGETTO IL GIOCO **CLASSIFICA** TEMATICHE PATROCINI Rotary Distretto 2110

Comincia a giocare con **Io Sono Pulito!**

- ★ Registrati dall'APP
- ★ Finisci il gioco
- ★ Accedi alla classifica!

Nickname	Scuola	Punteggio
★ Medaglia d'oro ★ qwerty12	Liceo Cannizzaro - Palermo	348
★ Medaglia d'argento ★ josuebm	Blue	160

Medaglia d'oro  
Medaglia d'argento  
Medaglia di bronzo

Mappa del sito Privacy Contatti Credits



# Il Sito Internet

## Le Tematiche



The screenshot shows the website interface for 'Io Sono Pulito'. The top navigation bar includes links for HOME, PROGETTO, IL GIOCO, CLASSIFICA, **TEMATICHE**, and PATROCINI. The 'TEMATICHE' menu is open, listing the following topics: Alimentazione, Droghe - doping - alcol, Sesso e infezioni, Pericoli e strada, Legalità, Pericoli della rete, Pulizia personale, and Piercing e tattoo. The main content area features a large illustration of a boy with a star on his forehead, holding a blue sponge, with the text 'Io Sono Pulito' written in a circular path around him. Below the illustration, there is a call to action: 'VUOI PROVARCI? UN GIOCO DA RAGAZZI!' followed by a paragraph of text describing the project and its organizers.

**Io Sono Pulito**

HOME PROGETTO IL GIOCO CLASSIFICA **TEMATICHE** PATROCINI Rotary Distretto 2110

- Alimentazione
- Droghe - doping - alcol
- Sesso e infezioni
- Pericoli e strada
- Legalità
- Pericoli della rete
- Pulizia personale
- Piercing e tattoo

**VUOI PROVARCI? UN GIOCO DA RAGAZZI!**

"Io Sono Pulito" è un progetto di educazione sanitaria e civica realizzato da 9 Rotary Club del Distretto 2110 Sicilia - Malta nell'ambito del programma di sovvenzioni distrettuali a.r. 2015/2016.  
Rotary Club Proponente: Palermo Teatro del Sole. Rotary Club partecipanti: Palermo, Palermo-Monreale, Palermo Agorà, Corleone, Costa Gaia, Menfi, Piana degli Albanesi, Termini Imerese.

[www.iosonopulito.olodream.it/#](http://www.iosonopulito.olodream.it/#)



# Il Sito Internet

## La Scheda



Io Sono Pulito

HOME

PROGETTO

IL GIOCO

CLASSIFICA

TEMATICHE

PATROCINI

Rotary  
Distretto 2110

### Alimentazione

#### Come mangiare sano?



Alla base di una sana educazione alimentare c'è la scelta dei cibi e la loro associazione perché il cibo è la medicina da usare nei confronti delle malattie (proverbio antico).

La scelta degli alimenti, cucinarli assieme, e proporli anche agli altri è un modo per socializzare e divertirsi!

A volte non conosciamo il reale valore degli alimenti e ci facciamo guidare solamente dal senso di fame e dalla mancanza di tempo: un pacco di patatine o un panino con salsa rosa o un pezzo di rosticceria sono più facili ed agevoli.

Ma, ahimè, questi prodotti non placano la fame - anzi, contengono troppi grassi- e richiedono un rabbocco di altri cibi simili in tempi molto brevi. Mangiare correttamente significa alimentarsi con cibi diversi ogni giorno e fare attività fisica quotidiana (che non significa fare ore di palestra tutti giorni ma significa camminare, andare in bicicletta e fare hobby di natura attiva).

E' importante sfatare il mito che mangiare sano significhi:

- mangiare poco o mangiare prodotti light
- essere sempre a dieta e privarsi di tutto
- essere vegetariani, vegani o altro



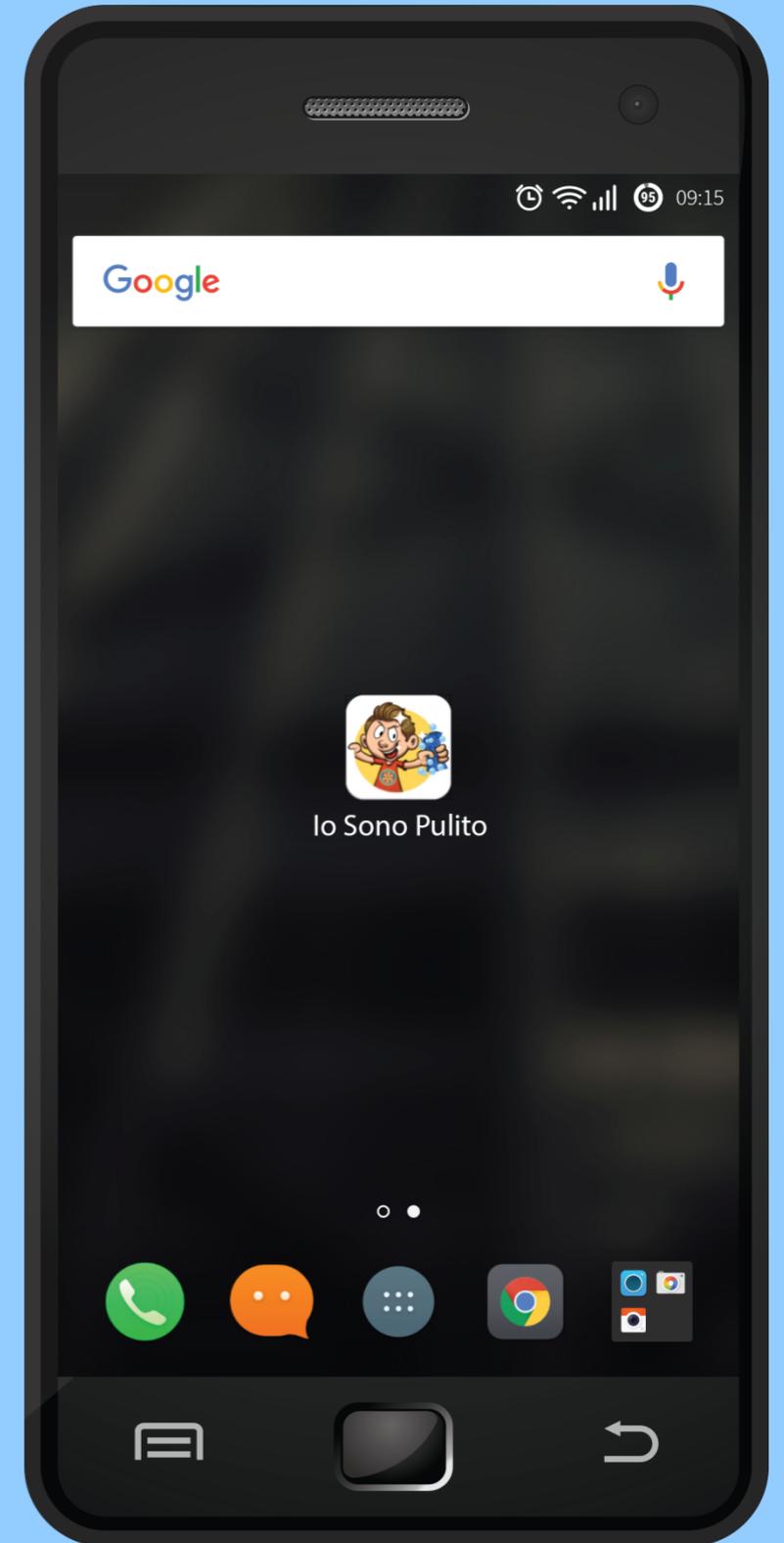
Rotary  
Distretto 2110



# L'APP

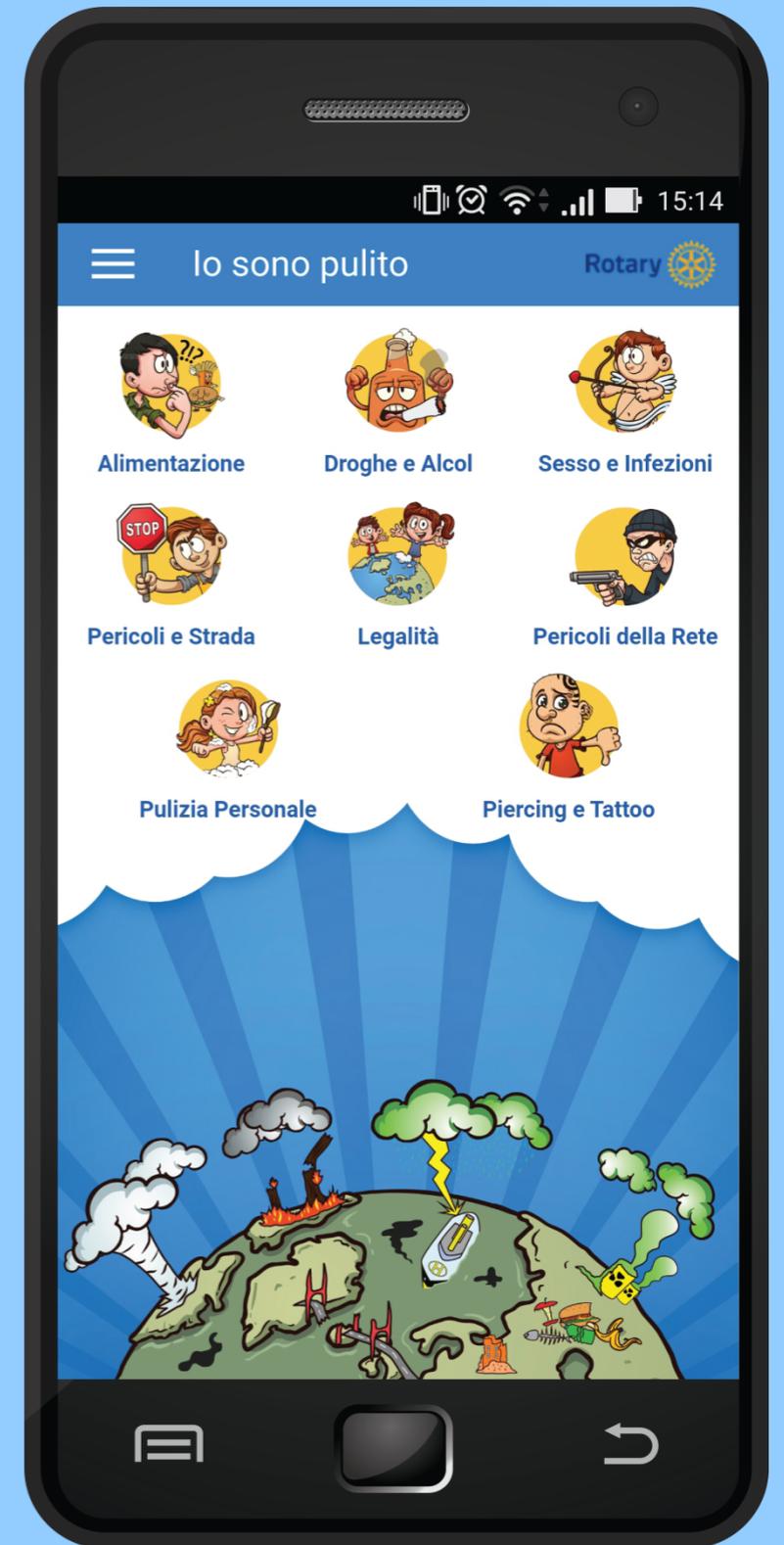


**START**



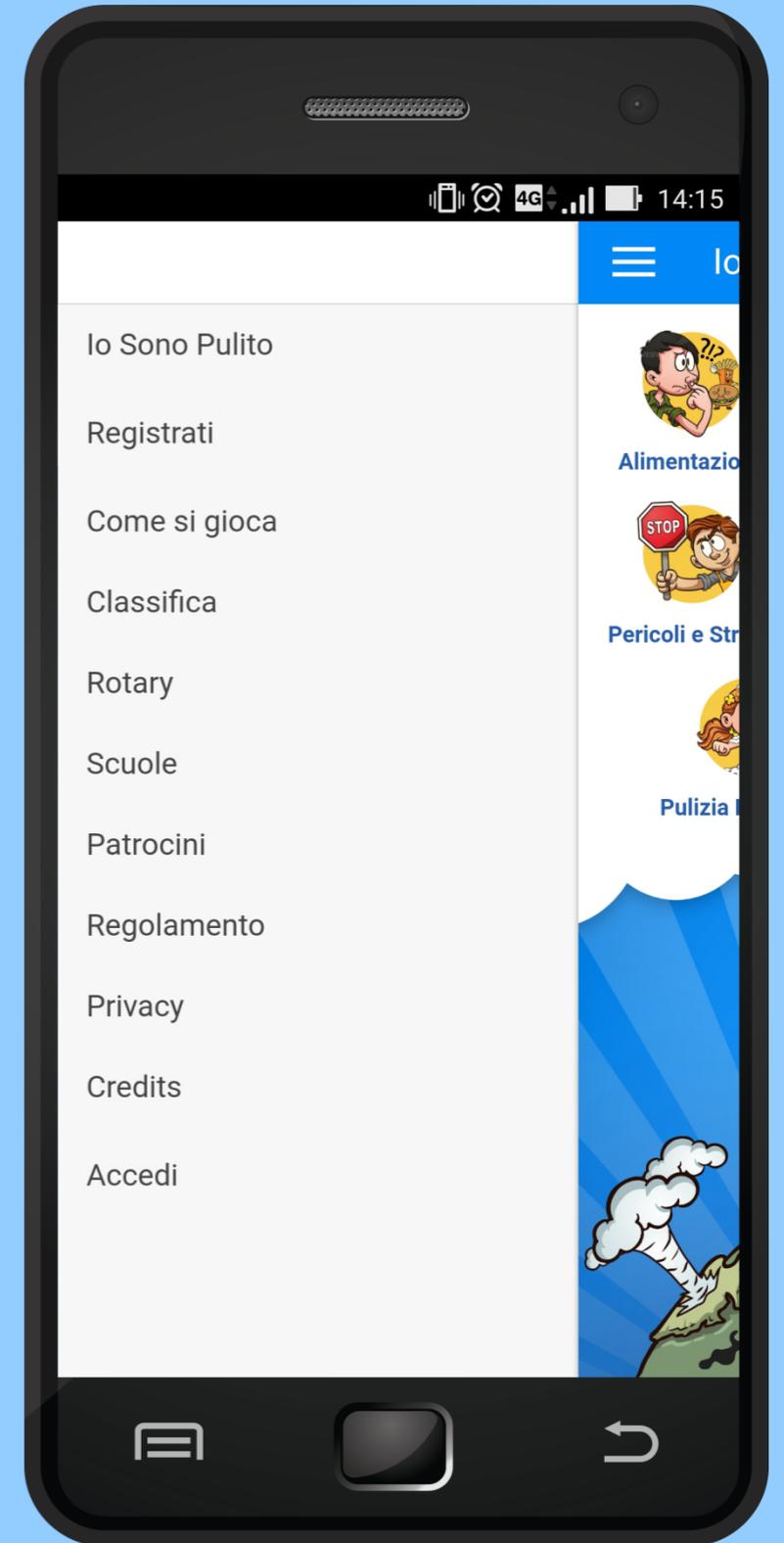
# L'APP

## DASHBOARD



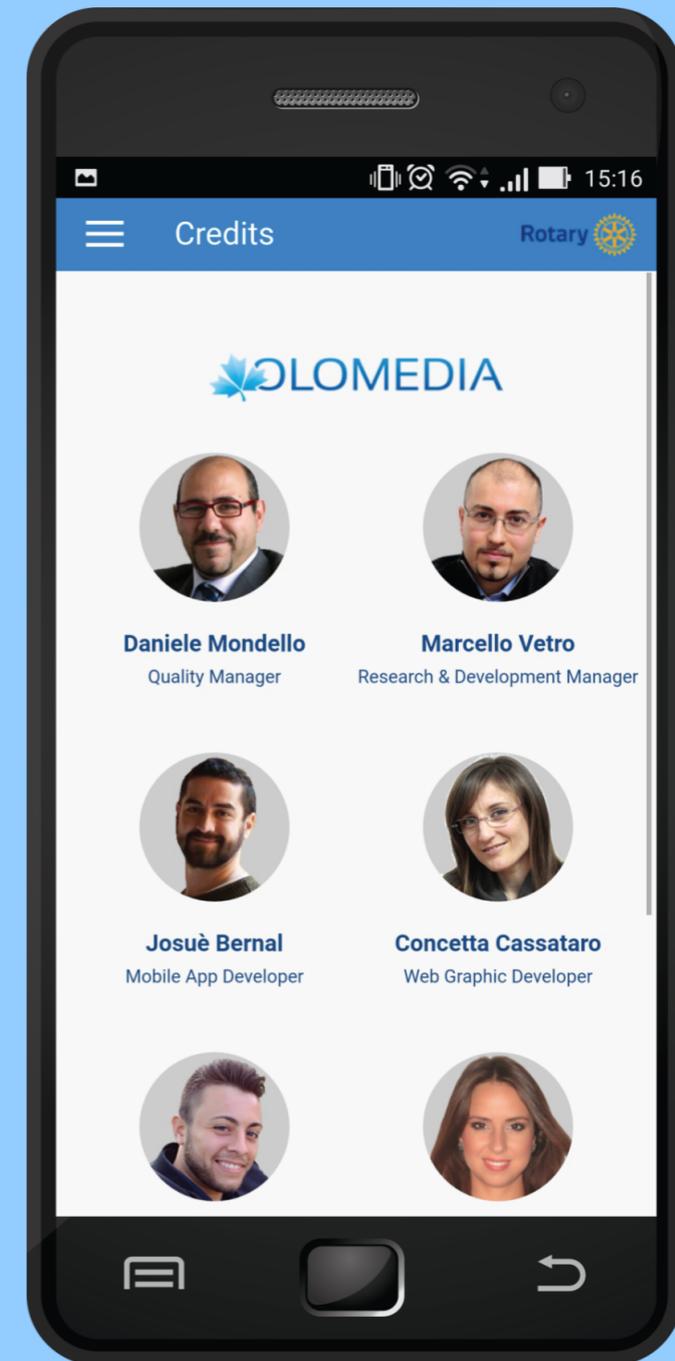
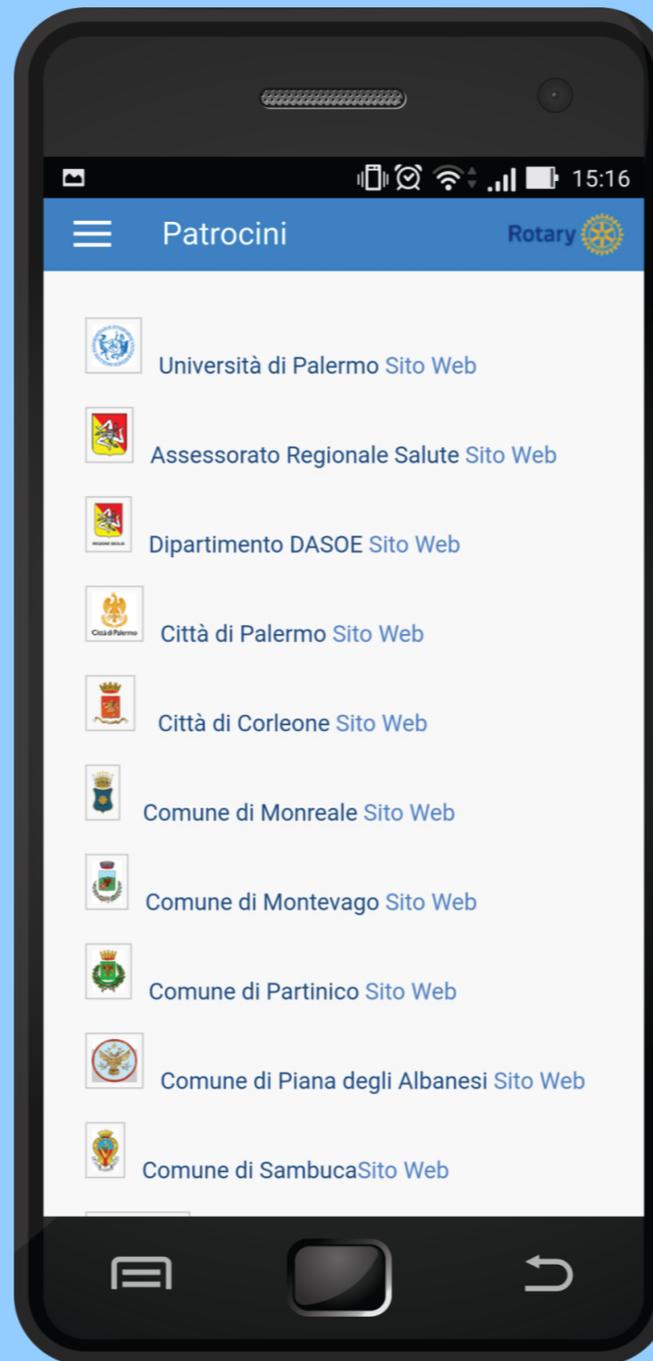
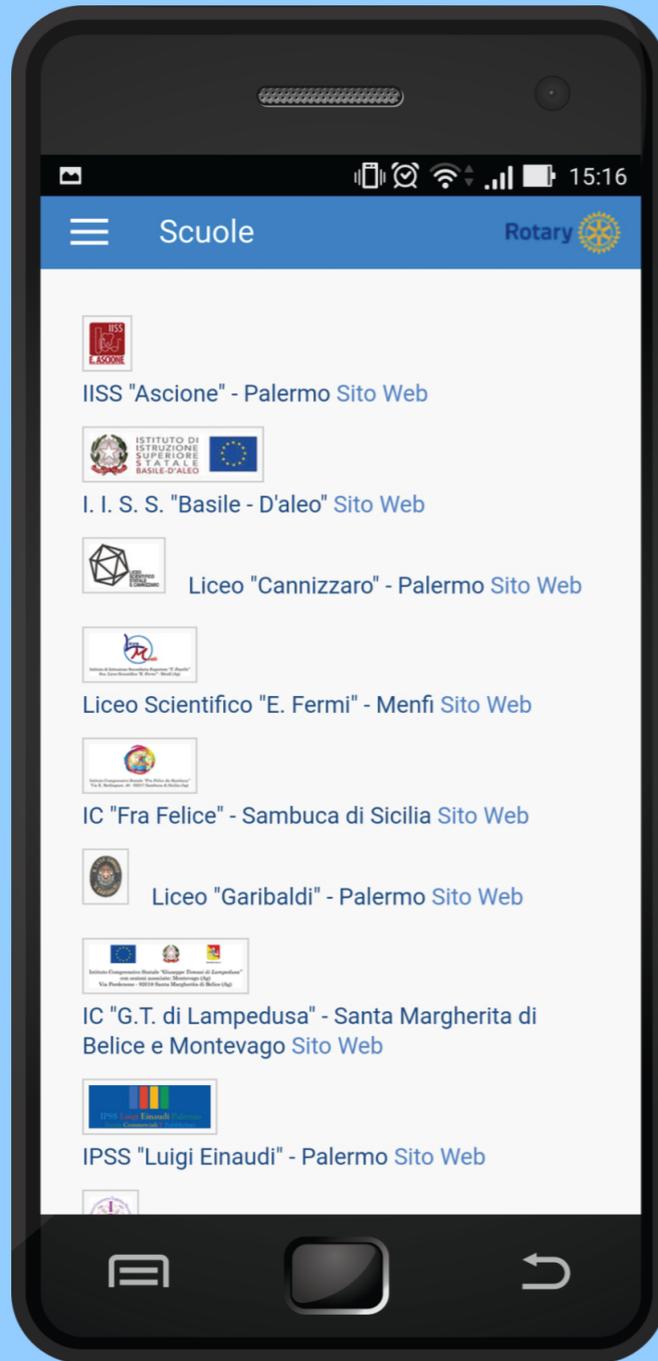
# L'APP

## MENU INFORMATIVO





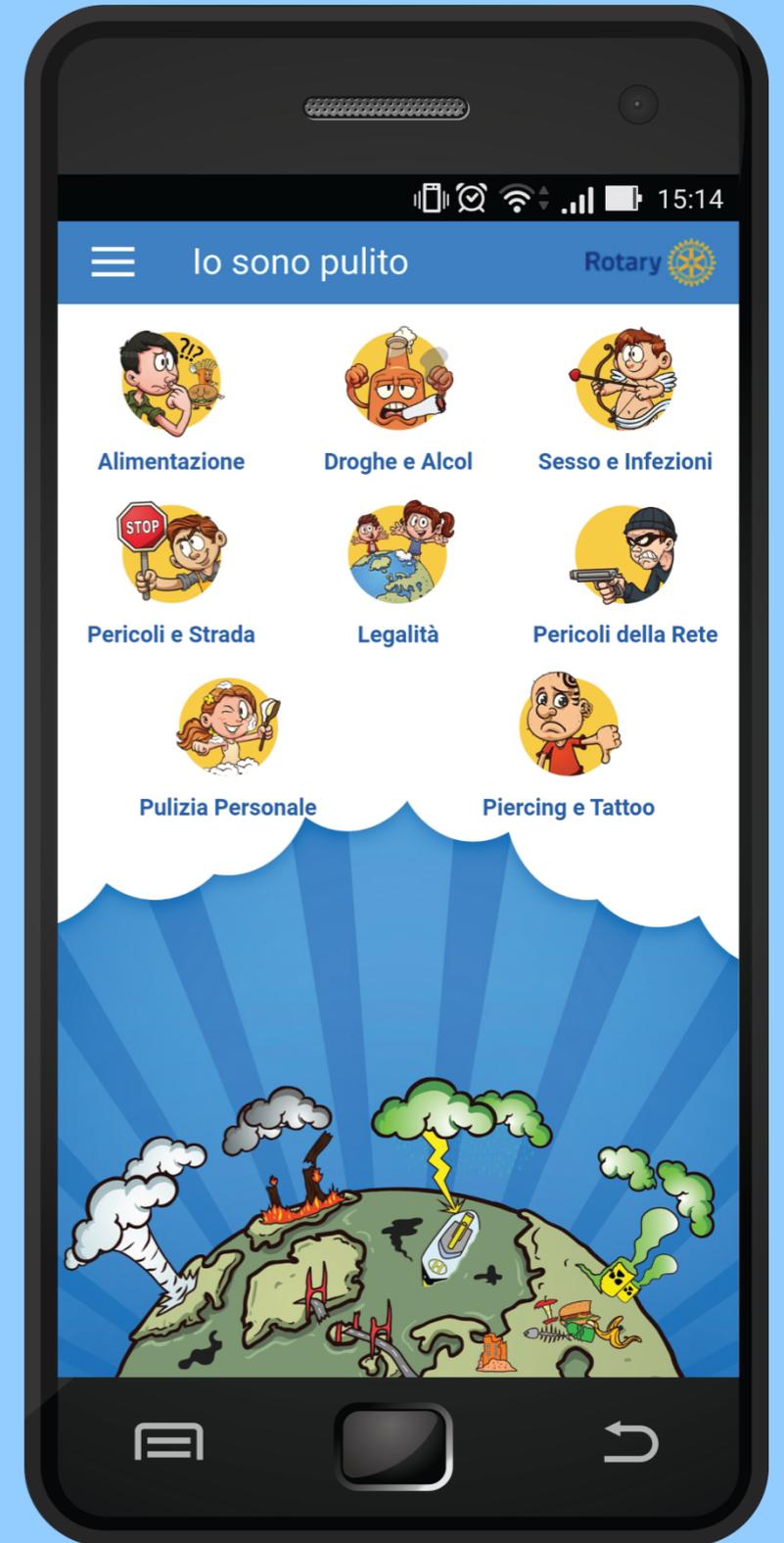
# L'APP



# L'APP



## IL GIOCO



# L'APP

## LA SCHEDA DEL MODULO



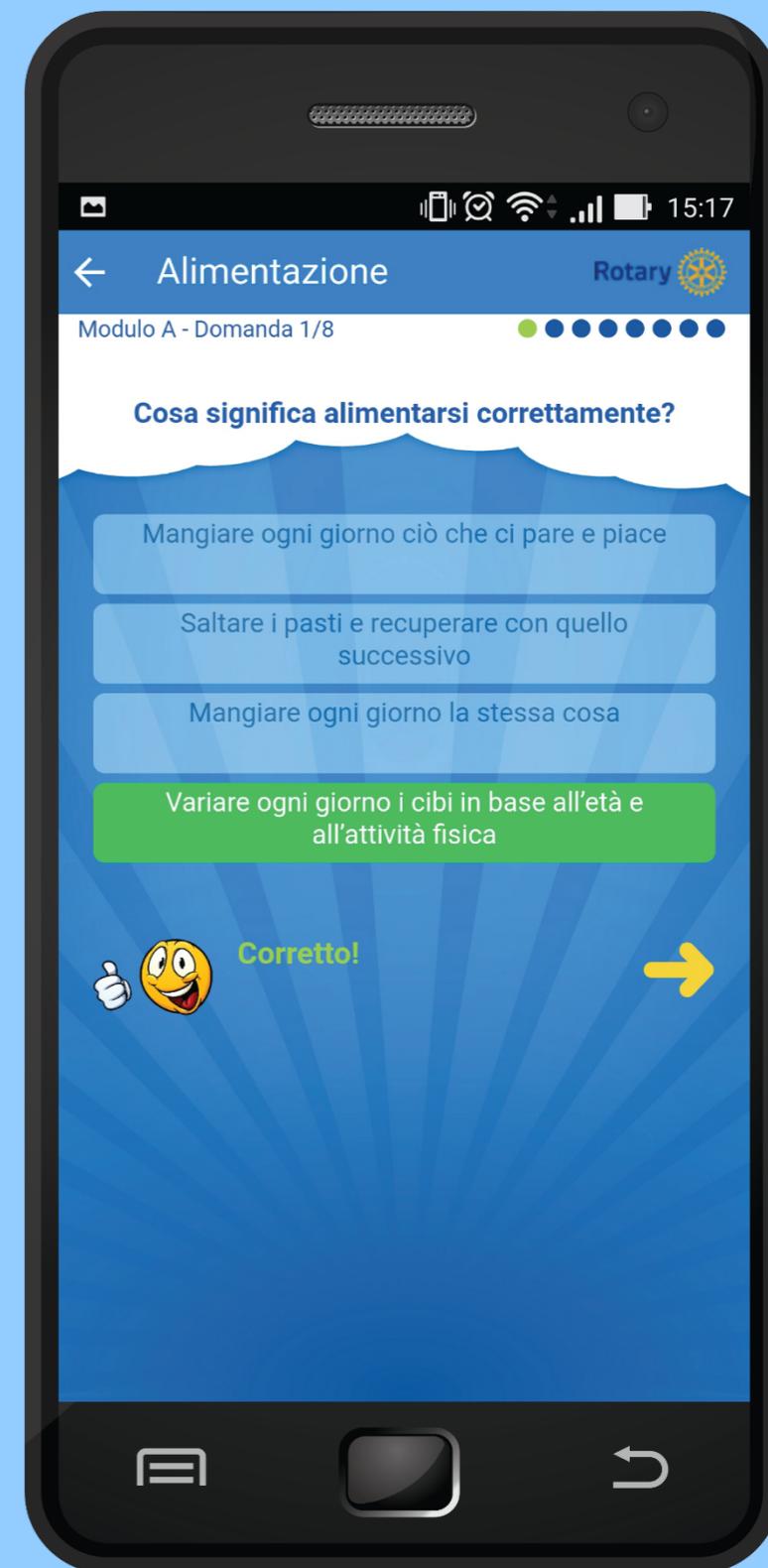
# L'APP

## IL QUESITO



# L'APP

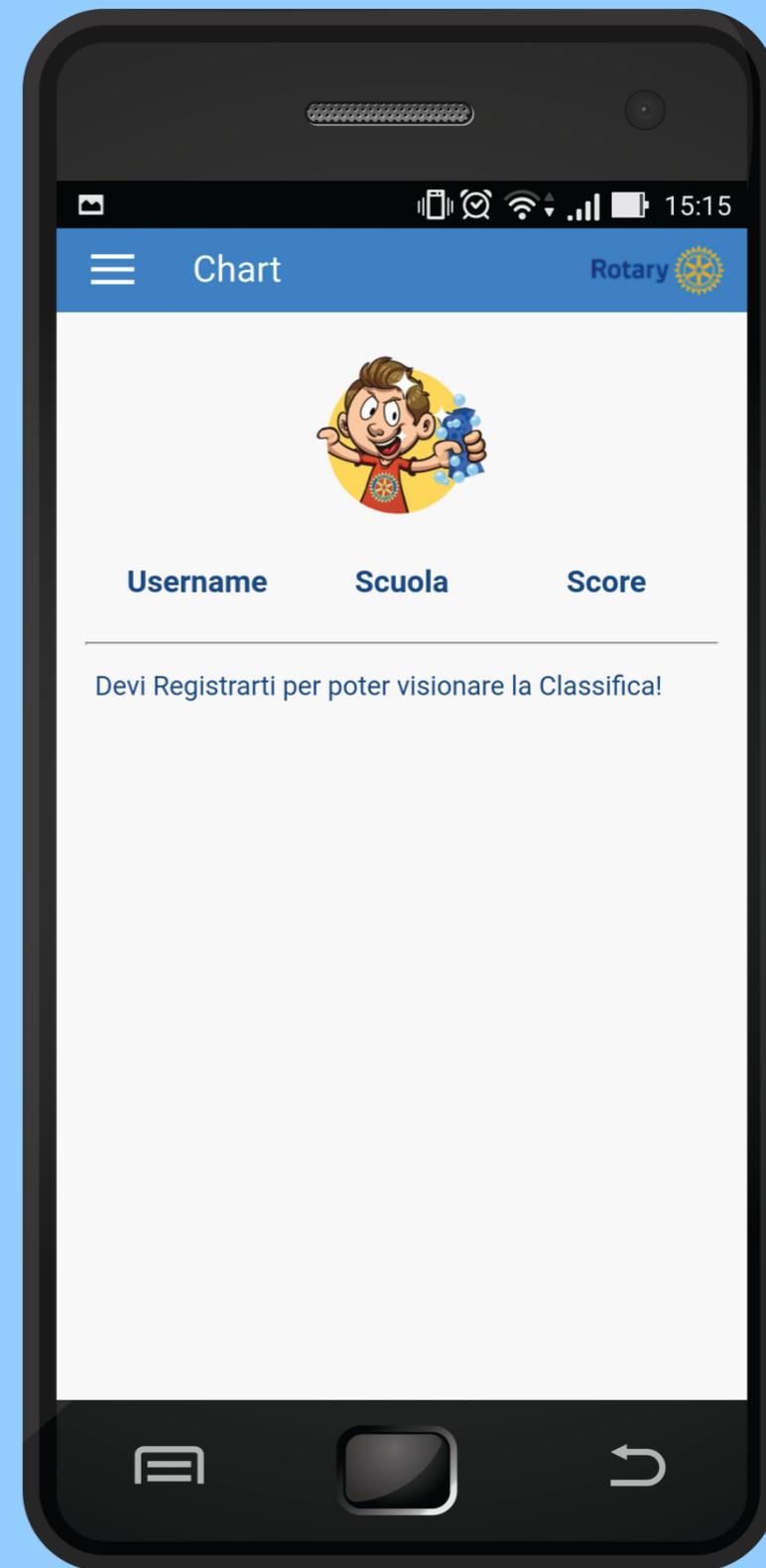
## LA RISPOSTA



# L'APP



## LA CLASSIFICA



**e ora ... si parte!**  
**Scaricate e giocate con**  
**“lo sono pulito”**

