



Piano di Formazione Nazionale - PFN 2025

Modulo 1 Comunità di pratica per il PNES

WEBINAR TEMATICI PNES:FOCUS SALUTE MENTALE

JA PRIMS: LA BUONA PRATICA ABC

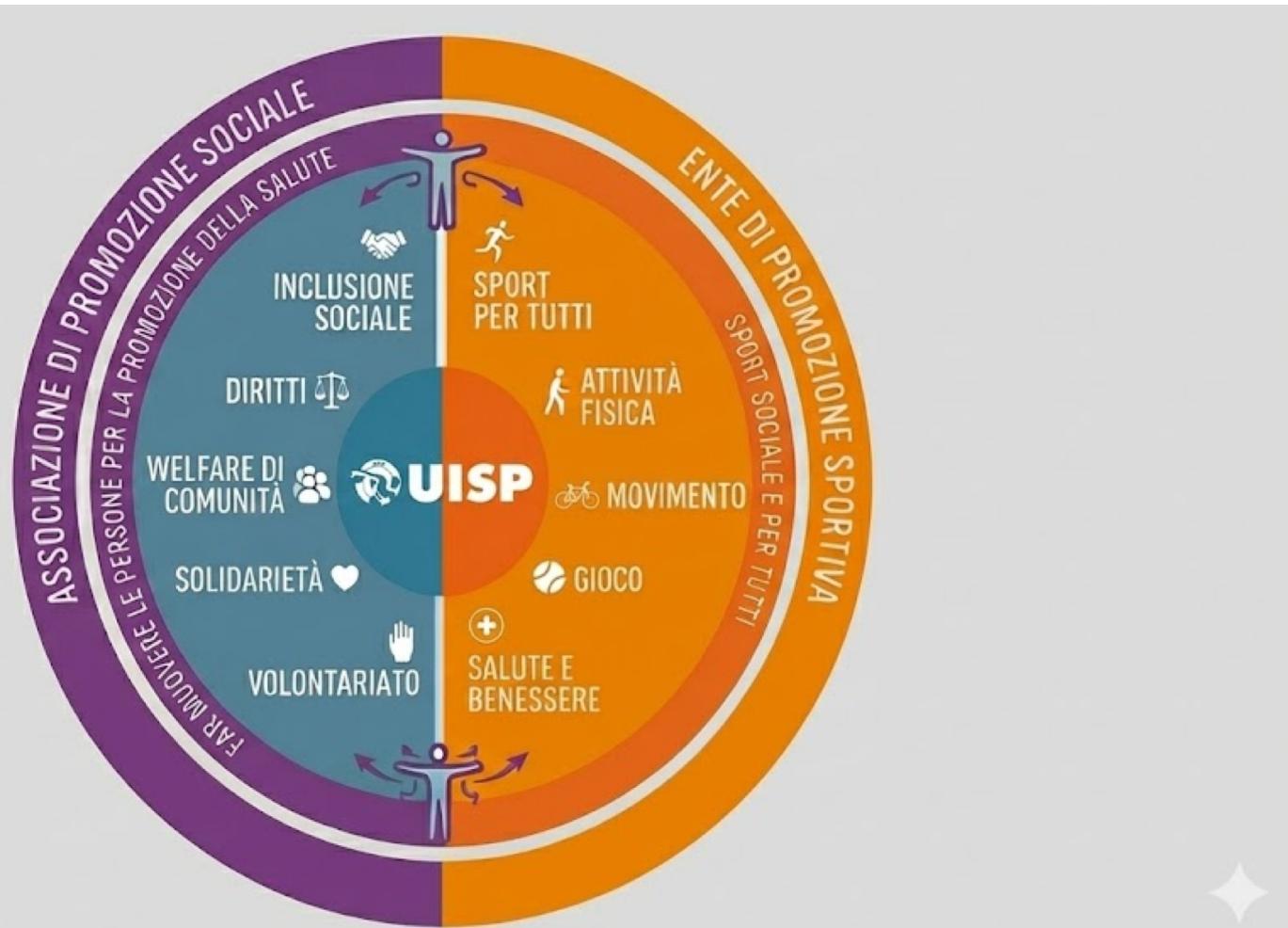
18 Dicembre 2025

10.30-12.30

-  Video https://drive.google.com/file/d/1itb-ZM33MZZVav6yV7yJDTyraekDW9y/view?usp=drive_link
-  2 Uisp cos'è : insegnare a nuotare
-  3 Salute e salute mentale
-  4 Investire sul Futuro: Il Focus sui Giovani

2 Uisp cos'è : insegnare a nuotare

UISP: Oltre lo Sport, Laboratorio di Cittadinanza e Salute



*"Non cerchiamo campioni,
cerchiamo di aiutare le persone a
stare bene attraverso l'attività
fisica e lo sport."*

3 Salute e salute mentale

Dalla Cura alla “Massima Espressione del Potenziale”

Il ponte concettuale tra Salute (OMS) e il Framework ABC



IL CAMBIO DI PARADIGMA

Salute ≠ Assenza di malattia.

La salute è intesa come la capacità attiva di vivere pienamente il proprio potenziale umano in un contesto sociale.

IL PARALLELISMO (il ruolo di UISP)

Piano Fisico: Muovere il corpo per prevenire patologie organiche.

Piano Mentale (ABC): “Muovere” la mente, le relazioni e l'impegno sociale per costruire resilienza e prevenire il disagio.

4 Investire sul Futuro: Il Focus sui Giovani

Perché i Giovani? Fase critica di transizione. È il momento in cui si costruisce l'identità, in cui si "impara a nuotare"

L'Urgenza: I dati post-pandemia mostrano un bisogno crescente di benessere psicologico nella fascia giovanile, e non solo.



GRAZIE PER L'ATTENZIONE