

COMUNICATO STAMPA

Entrerà anche quest'anno nelle scuole ticinesi e nelle aziende con apprendisti la coaching app interattiva della Lega polmonare, con un nuovo restyling. Ready4Life è un programma dedicato ai giovani volto a rafforzare le loro competenze di vita e di salute, come la gestione dello stress, i social media, i giochi online e la prevenzione delle dipendenze. Un/a coach virtuale offre consigli e sfide mente esperti di diverse associazioni rispondono a domande personali attraverso una chat anonima, separata e dedicata.

L'app di Ready4Life sarà promossa nelle scuole superiori e professionali del Cantone a partire dal mese di settembre con l'avvio del nuovo anno scolastico. I ragazzi interessati potranno scaricare la coaching app da App Store o Google Play e creare un proprio account. Seguono la scelta di un avatar coach e degli argomenti che si sentono propri, quindi si esplorano consigli e soluzioni per meglio vivere la quotidianità. Qualora poi vi fossero domande mirate e personali alle quali i ragazzi sperano di trovare una risposta, esperti del settore sono pronti a dare loro riscontri e spiegazioni in uno spazio privato e dedicato. I temi proposti da Ready4Life riguardano social media e gaming, competenze sociali, stress, tabacco e nicotina, alcol, movimento e cannabis, argomenti ricorrenti quando si parla di adolescenza. La coaching app intende dunque accompagnare questa delicata fase di transizione dei nostri giovani rafforzando le loro competenze di vita e di salute e preparandoli quindi agli avvenimenti che accompagnano la sfera privata, scolastica e professionale.

Nel corso dell'anno scolastico 2023/2024, la coaching app proposta dalla Lega polmonare ha riscontrato un grande successo in tutta la Svizzera. Il Ticino ha conosciuto anche i suoi vincitori, che attraverso il programma hanno potuto accumulare punti e così vincere i ricchi premi messi in palio. Anche quest'anno, con la nuova edizione di Ready4Life, i partecipanti al programma avranno la possibilità di vincere.

Contatti: Jocelyne Gianini, j.gianini@legapolm.ch