

Competenze di vita e della salute

Tutte le categorie Esperienza specifica Giochi

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Grenzen-testen->

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Grenzen-testen->

[Gioco «Sfidare i limiti» \(https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Grenzen-testen-\)](https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Grenzen-testen-)

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Klar-kommunizieren->

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Klar-kommunizieren->

[Gioco «Comunicare in modo chiaro» \(https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Klar-kommunizieren-\)](https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Klar-kommunizieren-)

Giochi

(4)

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Balance-halten>

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Balance-halten>

[Gioco «Mantenere l'equilibrio» \(https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Balance-halten\)](https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Balance-halten)

Giochi

(3)

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Eigene-Gef-hle-erkennen->

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Eigene-Gef-hle-erkennen->

[Gioco «Riconoscere i propri sentimenti» \(https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Eigene-Gef-hle-erkennen-\)](https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Eigene-Gef-hle-erkennen-)

Giochi

(3)

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Situationen-bewerten->

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Situationen-bewerten->

[Gioco «Valutare le situazioni» \(https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Situationen-bewerten-\)](https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Situationen-bewerten-)

Giochi

(3)

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Fehler-finden->

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Fehler-finden->

[Gioco «Individuare errori» \(https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Fehler-finden-\)](https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Fehler-finden-)

Giochi

(2)

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--L-sungsans-tze-finden->

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--L-sungsans-tze-finden->

[Gioco «Trovare soluzioni» \(https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--L-sungsans-tze-finden-\)](https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--L-sungsans-tze-finden-)

Giochi

(2)

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Feedback-geben->

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Feedback-geben->

[Gioco «Dare un feedback» \(https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Feedback-geben-\)](https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Feedback-geben-)

Giochi

(2)

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Sich-im-Alltag-wahrnehmen>

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Sich-im-Alltag-wahrnehmen>

[Gioco «Percepirsi nella vita di tutti i giorni» \(https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Sich-im-Alltag-wahrnehmen\)](https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Sich-im-Alltag-wahrnehmen)

Giochi

(2)

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Grenzen-erkennen->

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Grenzen-erkennen->

[Gioco «Riconoscere i confini» \(https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Grenzen-erkennen-\)](https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Grenzen-erkennen-)

Giochi

(2)

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Konfliktl-sung->

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Konfliktl-sung->

[Gioco «Risoluzione dei conflitti» \(https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Konfliktl-sung-\)](https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Konfliktl-sung-)

Giochi

(2)

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Empathie>

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Empathie>

[Empatia \(https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Empathie\)](https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Empathie)

Esperienza specifica

(1)

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Umgang-mit-Gef-hlen>

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Umgang-mit-Gef-hlen>

[Gestione dell'emozionalità \(https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Umgang-mit-Gef-hlen\)](https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Umgang-mit-Gef-hlen)

Esperienza specifica

(1)

[https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/
Umgang-mit-Stress](https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Umgang-mit-Stress))

[https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/
Umgang-mit-Stress](https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Umgang-mit-Stress))

**Gestione dello stress ([https://
www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--
und-Gesundheitskompetenz/
Umgang-mit-Stress](https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Umgang-mit-Stress))**

Esperienza specifica

(1)

[https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--
Regeln-aushandeln-](https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Regeln-aushandeln-))

[https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--
Regeln-aushandeln-](https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Regeln-aushandeln-))

**Gioco «Concordare regole» ([https://
www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--
und-Gesundheitskompetenz/Spielform--
Regeln-aushandeln-](https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Regeln-aushandeln-))**

Giochi

(1)

[https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--
Umgang-mit-Frustrationen-](https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Umgang-mit-Frustrationen-))

[https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--
Umgang-mit-Frustrationen-](https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Umgang-mit-Frustrationen-))

**Gioco «Gestire le frustrazioni» ([https://
www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--
und-Gesundheitskompetenz/Spielform--
Umgang-mit-Frustrationen-](https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Umgang-mit-Frustrationen-))**

Giochi

(1)

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Das-eigene-Tun-in-Frage-stellen->)

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Das-eigene-Tun-in-Frage-stellen->)

Gioco «Mettere in discussione il proprio agire» (<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Das-eigene-Tun-in-Frage-stellen->)

Giochi

(1)

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Klare-Mimik-->)

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Klare-Mimik-->)

Gioco «Mimica chiara» (<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Klare-Mimik-->)

Giochi

(1)

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Probleme-l-sen->)

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Probleme-l-sen->)

Gioco «Risolvere i problemi» (<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Probleme-l-sen->)

Giochi

(1)

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Ideen-finden->

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Ideen-finden->

Gioco «Trovare idee» (<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Ideen-finden->)

Giochi

(1)

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Die-zehn-Lebens--und-Gesundheitskompetenzen>

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Die-zehn-Lebens--und-Gesundheitskompetenzen>

Le dieci competenze di vita e della salute (<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Die-zehn-Lebens--und-Gesundheitskompetenzen>)

Esperienza specifica

(9)

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/F-rderung-der-Lebens--und-Gesundheitskompetenzen0>

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/F-rderung-der-Lebens--und-Gesundheitskompetenzen0>

Promuovere le competenze di vitae e della salute (<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/F-rderung-der-Lebens--und-Gesundheitskompetenzen0>)

Esperienza specifica

(9)

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Negative-Gef-hle-ablegen->

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Negative-Gef-hle-ablegen->

Gioco «Mettere da parte i sentimenti negativi» (<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Negative-Gef-hle-ablegen->)

Giochi

(8)

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Atmen-gegen-Stress->

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Atmen-gegen-Stress->

Gioco «Respirare contro lo stress» (<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Atmen-gegen-Stress->)

Giochi

(6)

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Gef-hle-anderer-erkennen->

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Gef-hle-anderer-erkennen->

Gioco «Riconoscere i sentimenti degli altri» (<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Gef-hle-anderer-erkennen->)

Giochi

(5)

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Rollenverteilung-im-Team->)

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Rollenverteilung-im-Team->)

Gioco «Assegnazione di ruoli nella squadra» (<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Rollenverteilung-im-Team->)

Giochi

(3)

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Unter-Druck->)

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Unter-Druck->)

Gioco «Sotto pressione» (<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Unter-Druck->)

Giochi

(3)

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Umgang-mit-Stress->)

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Umgang-mit-Stress->)

Gioco «Gestione dello stress» (<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Umgang-mit-Stress->)

Giochi

(2)

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Gute-Entscheidungen-treffen->

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Gute-Entscheidungen-treffen->

[Gioco «Prendere buone decisioni» \(https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Gute-Entscheidungen-treffen-\)](https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Gute-Entscheidungen-treffen-)

Giochi

(2)

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Vom-Team-ausgeschlossen->

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Vom-Team-ausgeschlossen->

[Gioco «Esclusi dalla squadra» \(https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Vom-Team-ausgeschlossen-\)](https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Vom-Team-ausgeschlossen-)

Giochi

(9)

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Probleml-sung-unter-Stress->

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Probleml-sung-unter-Stress->

[Gioco «Risolvere i problemi sotto stress» \(https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Probleml-sung-unter-Stress-\)](https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Probleml-sung-unter-Stress-)

Giochi

(4)

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Kommunizieren-ohne-Worte->)

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Kommunizieren-ohne-Worte->)

[Gioco «Comunicare senza parole» \(https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Kommunizieren-ohne-Worte-\)](https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Kommunizieren-ohne-Worte-)

Giochi

(3)

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Grenzen-erkunden->)

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Grenzen-erkunden->)

[Gioco «Esplorare i confini» \(https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Grenzen-erkunden-\)](https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Grenzen-erkunden-)

Giochi

(3)

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Probleme-gemeinsam-l-sen->)

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Probleme-gemeinsam-l-sen->)

[Gioco «Risolvere i problemi in gruppo» \(https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Probleme-gemeinsam-l-sen-\)](https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Spielform--Probleme-gemeinsam-l-sen-)

Giochi

(1)

[/https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Entscheidungsf-higkeit\)](https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Entscheidungsf-higkeit)

[/https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Entscheidungsf-higkeit\)](https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Entscheidungsf-higkeit)

Capacità decisionale (<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Entscheidungsf-higkeit>)

Esperienza specifica

(0)

[/https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Lebenskompetenz-Kommunikationsf-higkeit\)](https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Lebenskompetenz-Kommunikationsf-higkeit)

[/https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Lebenskompetenz-Kommunikationsf-higkeit\)](https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Lebenskompetenz-Kommunikationsf-higkeit)

Capacità di comunicazione (<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Lebenskompetenz-Kommunikationsf-higkeit>)

Esperienza specifica

(0)

[/https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Probleml-sef-higkeit\)](https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Probleml-sef-higkeit)

[/https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Probleml-sef-higkeit\)](https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Probleml-sef-higkeit)

Capacità di risolvere i problemi (<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Probleml-sef-higkeit>)

Esperienza specifica

(0)

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Beziehungsf-higkeit>

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Beziehungsf-higkeit>

Capacità relazionali (<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Beziehungsf-higkeit>)

Esperienza specifica

(0)

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Kreatives-Denken>

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Kreatives-Denken>

Pensiero creativo (<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Kreatives-Denken>)

Esperienza specifica

(0)

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Kritisches-Denken>

<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Kritisches-Denken>

Pensiero critico (<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Kritisches-Denken>)

Esperienza specifica

(0)

(<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Selbstwahrnehmung>)

(<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Selbstwahrnehmung>)

Percezione di sé (<https://www.coolandclean.ch/it/themen/Lebens--und-Gesundheitskompetenz/Selbstwahrnehmung>)

Esperienza specifica

(0)

Percezione di sé

Capacità di comunicazione

Capacità relazionali

Empatia

Gestione dell'emotività

Gestione dello stress

Capacità decisionale

Pensiero creativo

Pensiero critico

Per maggiori informazioni: <https://www.coolandclean.ch>