



Istituto Superiore  
**Pier Luigi Nervi - Alaimo**  
Lentini

06 Dicembre 2024

**Circolare numero 116**

## **FORMAZIONE PERSONALE DOCENTE**

**Al Personale docente**

**Al Sito WEB istituzionale**

**Sedi di Lentini, di Carlentini e di Francofonte**

**Oggetto: Attività di formazione indirizzata al Personale docente dell'Istituzione scolastica. RITIRO DI MEDITAZIONE PER INSEGNANTI a cura dell'ente "Educazione Vita Equilibrata" Formazione Accreditata Mim- ID SOFIA: 144621.**

Si comunica a quanti in indirizzo che nei giorni di sabato 25 e di domenica 26 gennaio 2026 presso i locali del Centro Educazione Vita Equilibrata in via Donatori di sangue n. 6 di Ancona si svolgerà l'iniziativa formativa dal titolo RITIRO DI MEDITAZIONE PER INSEGNANTI. Il corso fornisce strumenti per elaborare originali percorsi didattici interdisciplinari, applicabili nelle proprie realtà scolastiche, attraverso un contatto diretto con un metodo educativo che parte dalla formazione profonda dell'adulto. In particolare il Ritiro si concentra su tre aree di sviluppo, che verranno curate in modo teorico e pratico durante tutto il corso: LA BASE DELLA CRESCITA INTERIORE per chi educa: la meditazione, gli esercizi di ricarica energetica, la visualizzazione positiva, le attività di riflessione, progettazione e condivisione guidano i partecipanti a sviluppare calma emotiva, forza interiore, positività e centratura per poter essere delle guide calme, amorevoli ed efficaci per gli studenti; LA COMUNICAZIONE EMPATICA: approfondire la pratica dell'ascolto efficace, per imparare a cogliere emozioni e sentimenti e poter conoscere bambini e ragazzi in modo profondo; I LABORATORI DEL BENESSERE: sperimentaremo direttamente i Laboratori di Yoga, rilassamento e meditazione, focalizzati sul tema della RESILIENZA, per coglierne la valenza educativa, per imparare tecniche e strategie educative e per assimilare la struttura dei laboratori stessi, al fine di sviluppare la capacità di progettazione autonoma futura.

Allegati: – indicazioni relative alla modalità di iscrizione.

**Il Dirigente Scolastico Prof.ssa Giuseppina Sanzaro** Firma autografa omessa ai sensi dell'art. 3 del D. Lgs. n. 39/1993