



ISTITUTO STATALE DI ISTRUZIONE SUPERIORE "IL PONTORMO"

Liceo Scientifico – Liceo delle Scienze Umane
Via Raffaello Sanzio, 159 – 50053 EMPOLI (FI)
COD. FISC. 82003530480 – COD. MECC. FIIS027001 - ☎ 0571 944059
☎ 0571 80299 🌐 www.ilpontormoempoli.gov.it
✉ FIIS027001@ISTRUZIONE.IT ; presidenza@liceopontormo.it,
segreteria@liceopontormo.it; PEC: FIIS027001@PEC.ISTRUZIONE.IT



**Agenzia Formativa ISIS
"IL PONTORMO"**

COMUNICAZIONE N.262
del 22/02/2019

**A TUTTI GLI INTERESSATI
DELL' I.S.I.S. "IL PONTORMO"
E DEL TERRITORIO**

Oggetto: CORSO "GESTIRE LO STRESS"

L'Agenzia formativa dell'I.S.I.S. "Il Pontormo" propone un corso di formazione che si basa su metodi di pedagogia clinica e di mindfulness per sviluppare capacità di:

- dominare situazioni difficili causa di stress;
- gestire gruppi;
- sviluppare consapevolezza delle emozioni;
- relazionarsi in modo costruttivo con la propria interiorità;
- mettere in atto comportamenti funzionali alla soluzione dei problemi.

Il corso sarà tenuto, presso la sede dell'I.S.I.S. "Il Pontormo" di via R. Sanzio, 159, il **venerdì dalle ore 16:00 alle ore 18:00** dalla dott.ssa Susanna Calvani, specializzata in Pedagogia Clinica e insegnante di pratiche di Mindfulness,; si articolerà in n. 8 incontri, a partire dal **15 marzo**.

L'iscrizione dovrà pervenire online alla segreteria dell'I.S.I.S. "Il Pontormo", cliccando sul link presente sul sito dell'Istituto, dal 25/02/2019 all'11/03/2019. Il numero dei partecipanti non potrà superare le 20 unità e per l'accesso al corso sarà valido l'ordine di prenotazione.

Il costo sarà di 160 euro, pagabili con **CARTA DOCENTE** o con bonifico bancario sul seguente codice **IBAN: IT 67 M 08425 37831 0000 30299002** relativo a questo Istituto. La consegna della ricevuta dovrà avvenire in occasione della prima lezione del corso.

A tutti i partecipanti sarà rilasciato un attestato di frequenza.

Firmato
Il Dirigente Scolastico
Prof. Tommaso Bertelli