

Buongiorno,

applicare la **Mindfulness a scuola** può essere un valido supporto soprattutto in quelle classi dove coesistono **bambini e ragazzi che fanno fatica a gestire le proprie emozioni e a mantenere l'attenzione**.

Applicare i principi di questa metodologia consente di lavorare:

- sull'**intelligenza emotiva** e sulla **consapevolezza del proprio corpo e delle proprie emozioni**;
- sulla possibilità di **comunicare in maniera non giudicante**;
- sui **rinforzi positivi**;
- sull'**espressione delle emozioni libera e non giudicata**;
- sul **miglioramento delle competenze relazionali**.

Attraverso alcune **semplici attività, proposte come gioco sia verbale che esperienziale**, è possibile progettare laboratori pratici basati sulla **condivisione di gruppo** e sull'**allenamento della capacità di ascolto e comprensione di sé e dell'altro**.

Per queste ragioni, per supportarLa con idee innovative, abbiamo il piacere di invitarLa al nostro nuovo:

**WebLab** (Laboratorio artistico online)



## GIOCHIAMO CON LA MINDFULNESS A SCUOLA

*Dalla comunicazione non giudicante alla libera espressione delle emozioni*

*Costruiamo insieme il termometro delle emozioni*

*Laboratorio online a cura della dott.ssa Maddalena Bianchi  
(Pedagogista Esperta in Mindfulness)*

**Giovedì 12 maggio 2022 (17.00 - 19.00)**



### PERCHE' PARTECIPARE?

- ➔ Per **proporre attività innovative e stimolanti**, che coinvolgano gli alunni, fin dai primi anni di scolarizzazione, nella **consapevolezza del potere della parola e nello sviluppo dell'intelligenza emotiva**.
- ➔ Durante il WebLab verranno proposte le seguenti attività pratiche:
  - ✓ **MINDFULNESS e ROLE PLAYING di COMUNICAZIONE NON GIUDICANTE**: a partire dalla simulazione di situazioni tipo (*es. situazione di conflitto*), la relatrice ci mostrerà formule efficaci per passare **da affermazioni con giudizio a una comunicazione non giudicante**. In questo modo potremo sperimentare il potere delle parole che, se usate in maniera corretta, possono essere un ottimo collante per creare ponti e non divisioni.
  - ✓ **COSTRUIAMO INSIEME IL TERMOMETRO DELLE EMOZIONI**: verranno costruiti differenti tipi di termometri da utilizzare a seconda delle età dei bambini. **Costruiremo insieme il termometro delle emozioni utilizzando emoticon, animali ed elementi naturali**.  
Il termometro è uno strumento molto semplice da costruire e consente di **umentare la capacità analitica rispetto alle proprie emozioni** e ai propri stati d'animo, che può essere di supporto nei momenti di conflitto e manifestazioni di stati d'animo negativi.
- ➔ Il WebLab è **accreditato dal MIUR** (4 ore di formazione certificate), **presente sulla Piattaforma Sofia** (Codice Identificativo: 72261) e può essere pagato anche attraverso la **Carta del Docente**.
- ➔ La **sessione in diretta verrà registrata** e resa disponibile entro le 24 ore.

### MATERIALI NECESSARI

**N.B. verranno inviate ai partecipanti alcune schede da stampare per poter lavorare in diretta**

- ✓ Forbici, Colla, Colori (pennarelli, acquerelli)
- ✓ Cartoncino A3 bianco, rigido, fogli bianchi A4

## Che cos'è il WebLab e come funziona?

- Il **WebLab** è un **laboratorio pratico in modalità online**, in cui è possibile interagire in diretta con la docente e **condividere esperienze e materiale didattico**.
- **Giovedì 12 maggio 2022 (dalle ore 17.00 alle ore 19.00)** saremo in diretta con la relatrice.
- **La sessione in diretta verrà registrata** e resa disponibile entro le 24 ore successive per tutti i partecipanti.
- **Ogni partecipante riceverà le slides e il materiale didattico elaborato dal docente.**
- Dopo aver effettuato l'iscrizione, riceverà una conferma con le **istruzioni per partecipare al WebLab!**
- Per la sessione live verrà utilizzata la Piattaforma digitale "Zoom". **Il materiale didattico e le registrazioni video saranno consultabili, invece, all'interno della nostra Piattaforma e-Learning.**



**Relatrice: dott.ssa Maddalena Bianchi**

Pedagogista, esperta in prima infanzia, pedagogia cognitiva e DSA. Applicatrice del metodo Feuerstein, esperta in Mindfulness e mediatrice familiare

## MODULO D'ISCRIZIONE (compilare in stampatello maiuscolo)

**Per iscriversi inviare il presente modulo via e-mail o via FAX al n. 0376 1582116**

✓ Sì, desidero iscrivermi al WebLab **"GIOCHIAMO CON LA MINDFULNESS A SCUOLA"**

Prezzo per partecipante: € 35,00\*

(Cod. 80001201)



Sì, desidero iscrivermi utilizzando la **CARTA del DOCENTE\*\***

**(Codice identificativo Catalogo Piattaforma Sofia: 72261)**

\*\* Per gli acquisti effettuati tramite la carta del docente non è possibile beneficiare delle offerte in corso.

\* IVA esente ai sensi del D.P.R. 633/72, art.10.

1 WebLab in diretta della durata di 2 ore + esercitazioni pratiche.

CD/22

Intestatario Fattura .....

Partecipante/i (Nome e Cognome) .....

Scuola di appartenenza:  Infanzia  Primaria  Secondaria I°  Secondaria II°

Partita IVA ..... Codice Fiscale .....

Codice Univoco Ente ..... CIG .....

Via ..... n° ..... CAP ..... Città ..... Provincia .....

Telefono ..... Fax ..... e-mail.....

Data, Firma e Timbro per accettazione: .....

➔ **I nostri esperti rispondono alle Sue domande.**

Se intende formulare quesiti ai nostri relatori, La invitiamo ad inviarci le Sue domande via email a [formazione@aidem.it](mailto:formazione@aidem.it).

Riceverà le risposte durante la sessione in diretta!

.....  
Sottoscrivendo il presente ordine confermo di aver preso visione dell'informativa, pubblicata sul sito "aidem.it" al seguente link <https://www.aidem.it/privacy/> per il trattamento dei dati personali per le finalità e con le modalità in essa indicate e previste. Per ogni ulteriore informazione sul trattamento dei tuoi dati, contattatami all'indirizzo [privacy@aidem.it](mailto:privacy@aidem.it). Ti ricordiamo, altresì, che puoi opporli in ogni momento al trattamento dei tuoi dati personali se esso è fondato sul legittimo interesse, inviando la tua richiesta ad Aidem all'indirizzo [privacy@aidem.it](mailto:privacy@aidem.it).

DISDETTA: L'eventuale disdetta al WebLab dovrà essere comunicata in forma scritta entro 5 giorni dalla data di svolgimento. Trascorso tale termine, verrà addebitata l'intera quota d'iscrizione. Con la firma del presente modulo di iscrizione si danno per lette e accettate le condizioni generali, pubblicate sulla pagina web [www.aidem.it](http://www.aidem.it) ([www.aidem.it/wp-content/uploads/2018/11/Condizioni\\_Generali.pdf](http://www.aidem.it/wp-content/uploads/2018/11/Condizioni_Generali.pdf)).