

Buongiorno,

la **musica** e il **movimento** possono aiutare i bambini e i ragazzi nella promozione della creatività, sostenendo e potenziando **competenze cognitive** fondamentali come il linguaggio, la memoria, l'attenzione e il problem solving, ma anche **motorie** (*consapevolezza del proprio corpo nello spazio e in relazione all'altro*) e **relazionali**.

Se poi la musica funge da strumento per l'implementazione di attività legate alla disciplina della **mindfulness**, gli esiti positivi si moltiplicano.

La mindfulness, infatti, 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**.

Attraverso alcune **semplici attività artistico-musicali** è possibile progettare laboratori pratici basati sulla **consapevolezza di sé stessi e delle proprie emozioni**.

Per queste ragioni, per **supportarLa con idee innovative**, abbiamo il piacere di invitarLa al nostro nuovo Weblab (laboratorio artistico online).



WebLab (Laboratorio artistico online)

MUSICA & MINDFULNESS CON LE ARTITERAPIE A SCUOLA **Musica, respiro e movimento per la consapevolezza di sé stessi e delle proprie emozioni**

a cura di Alberto Rigamonti (Musicoterapeuta esperto in artiterapie integrate)

Giovedì 23 novembre 2023 (17.00 - 19.00)

PERCHE' PARTECIPARE?

- Per **proporre attività innovative e stimolanti**, che coinvolgano gli alunni e gli studenti, fin dai primi anni di scolarizzazione, nella **consapevolezza di sé stessi e nello sviluppo dell'intelligenza emotiva**.
- **Durante il WebLab verranno proposte le seguenti ATTIVITA' PRATICHE:**
 - ✓ **DIPINGIAMO CON IL RESPIRO:** aiutati dall'utilizzo di una cannuccia, con movimenti ascendenti e discendenti, creeremo un'opera artistica utilizzando il nostro respiro.
 - ✓ **IL BARATTOLO DELLA MENTE:** con l'ausilio di un barattolo colmo di acqua e glitter, svilupperemo il senso di osservazione riflettendo sui concetti di *"mente calma – mente agitata"* e di come questi stati d'animo possono incidere sulle nostre percezioni.
 - ✓ **MUOVO IL CORPO INSIEME AL BARATTOLO DELLA MENTE:** esercizi correlati all'ascolto di strumenti o brani musicali.
 - ✓ **ESPLORAZIONE GUIDATA DI UNO STRUMENTO:** esploreremo attraverso i vari sensi, l'oggetto sonoro.
 - ✓ **RILASSAMENTO MUSICALE PROGRESSIVO:** giocheremo con una pallina antistress/pallina di gomma creando, in funzione della musica, tensione e distensione del corpo.
 - ✓ **TRATTO GRAFICO E CONSAPEVOLEZZA DELL'ASCOLTO:** guidati dalla musica, creeremo un'opera d'arte, a partire da uno scarabocchio continuo.
- Il WebLab è **accreditato dal MIUR** (4 ore di formazione certificate), **presente sulla Piattaforma Sofia** (Codice Identificativo: 89086) 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

Barattolo di vetro, glitter, tempere, cannuccia, acqua, fogli, matite, colori, pallina di gomma/antistress.

OFFERTA LIMITATA: SCONTO 15% entro venerdì 10 novembre 2023!

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 il docente e condividere esperienze e materiale didattico.
- **Giovedì 23 novembre 2023 (dalle ore 17.00 alle ore 19.00)** saremo in diretta con il relatore.
- 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 relatore.
- 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.



Relatore: dott. Alberto Rigamonti

Musicoterapeuta specializzato in Musicoterapia Neurologica, Dottore in psicologia clinica. Svolge attività di musicoterapia e comunicazione sonora presso Istituti Comprensivi Statali e sessioni individuali con bambini, ragazzi e adulti con difficoltà cognitive, motorie e relazionali.

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 "MUSICA & MINDFULNESS CON LE ARTITERAPIE A SCUOLA"
Prezzo per partecipante: € 35,00* (Cod. 80002102)

Sì, desidero iscrivermi utilizzando la **CARTA del DOCENTE****
(Codice identificativo Catalogo Piattaforma Sofia: 89086)
** Per gli acquisti effettuati tramite la carta del docente non è possibile beneficiare delle offerte in corso.

Sì, desidero iscrivermi beneficiando delle offerte senza utilizzare la Carta del Docente.
SCONTO 15% per iscrizioni entro venerdì 10 novembre 2023 (€ 30,00*)
Ulteriore sconto del 10% per 2 o più iscritti dello stesso istituto scolastico.

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

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

623/23 FB

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
Riceverà le risposte durante la sessione in diretta con i relatori!

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, contattatoci all'indirizzo privacy@aidem.it. Ti ricordiamo, altresì, che puoi opporci 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. DISDETTA: L'eventuale disdetta al WebLab dovrà essere comunicata in forma scritta entro il 5° giorno dall'invio del modulo d'ordine. Trascorso tale termine, verrà addebitata l'intera quota d'iscrizione. ORGANIZZAZIONE: In caso di circostanze imprevedibili AIDEM Srl si riserva il diritto di operare eventuali cambiamenti di date, programma o docenti. Il WebLab si svolgerà al raggiungimento del numero minimo dei partecipanti. Con la firma del presente modulo di iscrizione si danno per lette e accettate le condizioni generali, pubblicate sulla pagina web www.aidem.it (www.aidem.it/wp-content/uploads/2018/11/Condizioni_Generali.pdf).