



Ministero dell'Istruzione
Ufficio Scolastico Regionale per il Lazio
Istituto Tecnico Industriale Statale "ENRICO FERMI"



Via Trionfale n. 8737 cap.00135 Roma C.F. 80195290582 · Ambito territoriale 8 · C.M. RMTF040002
Corso Diurno Tel. 0630600237 · 06121124685 · Corso Serale Tel. 0630601475
www.itisfermi.edu.it · e-mail: rmtf040002@istruzione.it · p.e.c.: rmtf040002@pec.istruzione.it

Ai docenti

Oggetto: incontri "Mindfulness" per docenti

Nell'ambito delle attività di prevenzione alla salute e al benessere, questa Dirigenza comunica l'innovativa iniziativa proposta dalla Referente per la Salute Prof.ssa Maria Nardone rivolta ai docenti. Si tratta di un percorso che, grazie alla tecnica del mindfulness, intende promuovere il benessere mentale personale, una facilitante modalità di comunicazione nella relazione con gli altri e la prevenzione dello stress.

Gli incontri si terranno **il martedì dalle 15.00 alle 17.30**, con la Dott.ssa Antonella D'Apruzzo, psicologa esperta di mindfulness.

Le date previste sono: martedì 8 marzo; martedì 15 marzo; martedì 22 marzo; martedì 29 marzo.

Ogni incontro è rivolto a un gruppo di docenti composto da un massimo di dieci partecipanti.

Tutti i docenti interessati possono inviare, con mail a rmtf040002@istruzione.it, la loro **adesione entro il 25 febbraio 2022, indicando la data preferita.**

Si auspica una ampia adesione all'iniziativa che si propone, in questo difficile momento che ancora stiamo vivendo, di aiutare a comprendere e a vivere in maniera più serena le emozioni, in modo da far riemergere uno spirito di comunità educante condiviso.

IL DIRIGENTE SCOLASTICO
(Prof.ssa Monica Nanetti)

Documento firmato digitalmente ai sensi del D.lgs 82 del 2005 e ss.mm.ii.