

**Circ. n. 156**

**Ai Docenti e agli Alunni delle classi**

**3BLSU - 4BLSU**

**p.c. al personale ATA**

**Oggetto: Progetto Strategica-mente**

Si comunica che le classi 3BLSU e 4BLSU parteciperanno al LABORATORIO STRATEGICA-MENTE proposto dalla dott.ssa F. I. Passoni nell'ambito dell'Alternanza Scuola-Lavoro.

Il progetto ha lo scopo generale di promuovere una efficace gestione dell'ansia e dello stress e si propone come finalità :

- Promuovere il benessere psicofisico
- Conoscere le proprie reazioni fisiologiche e psicofisiche connesse a situazioni stressanti
- Imparare a gestire lo stress
- Fornire tecniche di gestione dell'ansia
- Promuovere una sana gestione delle proprie emozioni

Il laboratorio sarà effettuato nei seguenti giorni:

**10 aprile dalle ore 9.00 alle ore 11.00 - Aula Magna**

**22 aprile dalle ore 10.00 alle ore 12.00 - Aula Video**

**Calolziocorte, 6 aprile 2017**

**Il Dirigente Scolastico**

**Daniela Frittitta**

Documento firmato digitalmente ai sensi del CAD e normativa connessa