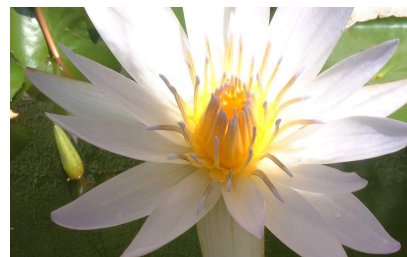


**ISTITUTI COMPRENSIVI
“MARGHERITA HACK” (Ente formatore)
“RITA LEVI MONTALCINI”**



***INCONTRI DI
BENESSERE PSICOFISICO***

Progetto Gaia-Kirone: Programma di educazione alla salute globale e alla consapevolezza psicofisica

Accreditato al Miur e con il patrocinio dell'Unesco

Il progetto, della durata complessiva di 12 ore, verrà proposto due volte, in periodi diversi dell'anno scolastico; al momento dell'adesione si dovrà specificare il periodo scelto.

I gruppi dovranno essere formati da un minimo di 15 a un massimo di 30 docenti.

Il costo per persona è di € 80,00

Essendo il nostro Istituto accreditato come ente di formazione in base alla Legge 107 del 2016 è possibile finanziare l'intero costo del corso con la carta docenti.

PRIMO PERIODO (DALLE 16.45 ALLE 18.45)	SECONDO PERIODO (DALLE 16.45 ALLE 18.45)
19/10/2017	08/02/2018
26/10/2017	15/02/2018
02/11/2017	22/02/2018
09/11/2017	01/03/2018
16/11/2017	08/03/2018
23/11/2017	15/03/2018

PRESSO:

SCUOLA DELL'INFANZIA ELVE FORTIS DE HIERONYMIS VIA FARA, 23 (3 incontri)

SCUOLA DELL'INFANZIA SABIN VIA FARA, 80 (3 incontri)

PER ISCRIVERSI AL CORSO INVIARE TRAMITE MAIL L'ADESIONE INDICANDO IL PERIODO SCELTO.

monica.adiletta@icmargheritahack.gov.it

Negli incontri di Benessere Psicofisico del Progetto Gaia-Kirone si sperimentano tecniche dolci di consapevolezza psicosomatica, lavoro sul corpo, energetica, respirazione e meditazione utili per migliorare lo stress, l'ansia e la depressione, che appesantiscono il cuore, creano tensione nervosa e muscolare e ci tolgono il piacere di vivere. Numerose ricerche scientifiche confermano l'efficacia di queste tecniche. Negli Incontri di Benessere Psicofisico si prende consapevolezza dei propri blocchi psicosomatici e si impara a trasformarli, attingendo dalle nostre risorse positive. Quando la mente si libera, il corpo si rilassa e ricomincia il piacere di vivere con sé e con gli altri.

Gli incontri saranno condotti da:

DR.SSA MICHELA MONICA ADILETTA cell. 338-8179717 e-mail monica.adiletta@gmail.com

TITOLO DI STUDIO: Laurea in Scienze e tecniche psicologiche delle relazioni di aiuto; Insegnante Formatrice Progetto Gaia-Kirone Educazione alla Consapevolezza Globale e alla Salute Psicosomatica; Insegnante Yoga per l'infanzia e l'adolescenza metodo Giocayoga®; Insegnante scuola dell'infanzia.

ANTONELLA RAINERI cell.328-6436999

e-mail raineri.antonella@libero.it

TITOLO DI STUDIO: Insegnante Formatrice Progetto Gaia-Kirone Educazione alla Consapevolezza Globale e alla Salute Psicosomatica; Insegnante Yoga per l'infanzia e l'adolescenza metodo Giocayoga®; Insegnante scuola dell'infanzia.