



**ISTITUTO STATALE DI ISTRUZIONE SUPERIORE
"IL PONTORMO"**

Liceo Scientifico – Liceo delle Scienze Umane
Via Raffaello Sanzio, 159 – 50053 EMPOLI (FI)
COD. FISC. 82003530480 – COD. MECC. FIIS027001
☎ 0571 944059 📠 0571 80299
🌐 www.ilpontormoempoli.edu.it
✉ fiis027001@istruzione.it ; fiis027001@pec.istruzione.it



**Agenzia Formativa ISIS
"IL PONTORMO"**

Circolare n°309

Data: 25 /02/2020

A : Tutti gli interessati del territorio

Oggetto: CORSO "GESTIRE LO STRESS"

L'Agenzia formativa dell'Istituto propone un corso di formazione basato su metodi di pedagogia clinica e di mindfulness e tenuto dalla dott.ssa Susanna Calvani, per sviluppare capacità di:

- dominare situazioni difficili causa di stress;
- gestire gruppi;
- sviluppare consapevolezza delle emozioni;
- relazionarsi in modo costruttivo con la propria interiorità;
- mettere in atto comportamenti funzionali alla soluzione dei problemi.

Il corso, di 8 incontri a cadenza settimanale di 2 ore (16 ore complessive), inizierà il giorno 16 marzo **2020**, dalle ore **17.00** alle ore **19.00** e si terrà presso la sede dell'ISIS "Il Pontormo" di via R. Sanzio 159 - Empoli (FI). Il costo del corso è di **euro 160**.

Il pagamento potrà essere effettuato mediante la **CARTA DOCENTE** o con bonifico bancario sul seguente codice **IBAN: IT 67 M 08425 37831 0000 30299002** relativo a questo Istituto. La consegna della ricevuta dovrà avvenire in occasione della prima lezione del corso.

Tutti coloro che sono interessati a partecipare sono invitati a compilare **entro il 12 marzo** il form di iscrizione cliccando sul seguente link:

<https://forms.gle/qKEA8oAtxwqs28mo9>

Le iscrizioni sono aperte a partire dal 25/02/2020. Il numero massimo dei partecipanti è 20 unità. Alla fine del corso sarà rilasciato un attestato valido come attività di aggiornamento.

Per ulteriori informazioni/chiarimenti contattare il coordinatore dell'Agenzia formativa, prof. Giovanni Lopez, alla mail johnlopez@libero.it

F/to Il Dirigente Scolastico
Filomena Palmesano