

Da: graziellafioretti.edu@gmail.com

Oggetto: LA MEDITAZIONE PER GLI INSEGNANTI- Webinar Accreditato MIUR- 28 dicembre 2022- ID SOFIA: 116327

Data: 18/12/2022 19:15:26

## Alla cortese attenzione del Dirigente Scolastico e dei docenti dell'Istituto

Si inoltra il programma del corso di formazione "**LA MEDITAZIONE PER GLI INSEGNANTI**".

Il corso si rivolge a docenti di **scuola dell'infanzia, primaria e secondaria**, con un approccio teorico-pratico e con l'obiettivo di aiutare gli insegnanti a **rinnovare le proprie energie** e a focalizzarsi sulle priorità educative fondamentali, quali la **cura consapevole del mondo emotivo** degli studenti e **l'attenzione alle loro risorse**. Il corso è Accreditato Miur, accessibile con Carta del Docente e con attestato finale di Completamento. Ringraziando per l'attenzione, invio un cordiale saluto,

Graziella Fioretti, *presidente Educazione Vita Equilibrata*

3297453084; [graziellafioretti.edu@gmail.com](mailto:graziellafioretti.edu@gmail.com); [www.vitaequilibrata.it](http://www.vitaequilibrata.it)

---

---

## LA MEDITAZIONE PER GLI INSEGNANTI- Webinar Accreditato MIUR- ID SOFIA: 116327

**con attestato di completamento finale; accessibile con Carta del docente**

**DESTINATARI:** docenti di scuola di ogni ordine e grado

Il corso ha una durata complessiva di **12 ore di cui 7 in modalità webinar e 5 in e-learning**

**Date e orari della formazione webinar :** mercoledì 28 dicembre 2022, dalle 9 alle 12,30 e dalle 15 alle 18,30

**FORMAZIONE WEBINAR (7 h):** le modalità di partecipazione al webinar tramite l'app Zoom, verranno comunicate agli iscritti in tempo utile

**FORMAZIONE E-LEARNING (5 h):** Materiale di studio, file audio e tracce di percorsi didattici da proporre in classe; il materiale sarà reso disponibile ai corsisti a conclusione del percorso webinar

**FINALITA':** La meditazione è uno strumento scientifico e flessibile, per rafforzarsi interiormente, per avere più energia ed essere calmi e concentrati, anche nelle classi più difficili. Il corso sulla Meditazione, insegnando ad agire senza esaurire le proprie energie, aiuta gli insegnanti a mantenere il proprio equilibrio e a manifestare la propria professionalità ad un livello più elevato, gioioso e positivo. Per migliorare il rapporto con le classi, i colleghi e i genitori, per rendere più efficace la relazione di aiuto con i singoli studenti.

**PERCHE' FREQUENTARE?** Il corso offre:

- uno strumento di rafforzamento interiore, che aiuta ad agire senza stress, restando equilibrati ed efficaci anche in realtà scolastiche complesse
- un'opportunità di confrontarsi su aspetti del ruolo docente spesso dimenticati, quali la calma, la centratura, l'influenza del nostro atteggiamento sugli studenti e sul clima generale della classe
- la possibilità di espandere la propria efficacia didattica, le capacità relazionali e di aiuto, la propria progettualità creativa scegliendo di cambiare reazioni ed atteggiamenti consueti non efficaci -un'occasione per ampliare le proprie capacità di ascolto e di riflessione sulla valenza educativa di questa essenziale capacità empatica nei confronti degli alunni, come strumento per accogliere e prevenire il disagio
- esercizi di consapevolezza da condividere in classe, con bambini e ragazzi, per rinnovare la relazione e prevenire i problemi offrendo il giusto spazio allo sviluppo interiore degli studenti

**COSTO:** € 120,00 con Bonus Carta del Docente o con bonifico intestato a "Educazione Vita Equilibrata" - IBAN: IT87W030322120001000002081

**ISCRIZIONE:** si effettua sulla piattaforma Sofia e va completata con la compilazione del modulo di iscrizione, da inviare all'indirizzo [reginafamigliani.edu@gmail.com](mailto:reginafamigliani.edu@gmail.com) insieme al bonus o alla ricevuta del bonifico. Coloro che non possono iscriversi in piattaforma Sofia invieranno i documenti relativi all'iscrizione direttamente all'ente formativo.

**PER GENERARE IL BONUS:** selezionare la dicitura "**CORSI AGGIORNAMENTO ENTI ACCREDITATI /QUALIFICATI AI SENSI DELLA DIRETTIVA 170/2016**".

**ATTESTATO DI PARTECIPAZIONE:** al termine delle 2 fasi e a seguito del completamento di un questionario finale, i corsisti riceveranno l'attestato di partecipazione

**INFO:** cell. 329.7453084; 366.5477757; [graziellafioretti.edu@gmail.com](mailto:graziellafioretti.edu@gmail.com); [info@vitaequilibrata.it](mailto:info@vitaequilibrata.it)

**FORMATORI:** Graziella Fioretti e Mauro Silvestro Gioia sono insegnanti di scuola e praticano costantemente la meditazione da circa 30 anni. Durante il corso metteranno a disposizione la loro vasta esperienza di integrazione della pratica meditativa e dei suoi benefici nella loro vita professionale. Sono entrambi insegnanti di Meditazione e Kriya Yoga secondo gli insegnamenti di Paramahansa Yogananda, su autorizzazione del CSA (Center for Spiritual Awareness- Lakemont, Georgia, USA- fondato da Roy Eugene Davis, allievo di P. Yogananda). Sono formati in Counseling e Relazione di aiuto secondo l'approccio di Carl Rogers e Formatori Effectiveness Training - metodo Gordon (Insegnanti Efficaci, Genitori Efficaci, Giovani Efficaci). Graziella è insegnante di scuola primaria da più di 30 anni, ha integrato i principi e i metodi della pedagogia Yoga nel suo lavoro con i bambini nella scuola ed è autrice del libro "La porta della felicità- lo yoga in classe per educare" ed. La Meridiana, Bari 2007. Conduce regolarmente incontri di Yoga e Creatività per bambini e corsi di formazione per insegnanti, educatori e genitori basati sul sistema "Educazione Vita Equilibrata". Mauro è docente di matematica nella scuola secondaria di II grado da 30 anni. Ha fatto conoscere e sperimentare lo Yoga a centinaia di ragazzi nelle scuole dove ha insegnato e in altre dove ha tenuto corsi e seminari di Yoga e meditazione per gli studenti e per gli insegnanti. Operano da tempo nel campo della formazione del personale della scuola e attraverso l'ente formativo accreditato MIUR "Educazione Vita Equilibrata" di cui sono co-fondatori hanno tenuto, nell'ultimo triennio, corsi di formazione riconosciuti tramite gli Uffici Scolastici Regionali di Marche, Umbria, Emilia Romagna, Lombardia, Piemonte, Abruzzo, Veneto.

---

*In riferimento alla Legge 675/1996 e successivo D.L. 196/2003, riguardanti la tutela dei dati personali, questo indirizzo e-mail è usato per inviarle informazioni. Gli indirizzi e-mail sono stato reperiti attraverso fonti di pubblico dominio o attraverso e-mail da noi ricevuta. Tutti i i destinatari della mail sono in copia nascosta (Privacy L.75/96) a garanzia della privacy. Può succedere che il messaggio pervenga anche a persone non interessate in tal caso vi preghiamo di segnalarcelo rispondendo Cancellami o Remove a questa mail, precisando l'indirizzo che vorrete immediatamente rimosso dalla mailing list.*