



Circolare n. 347

Roma, 03/05/2025

Agli studenti, studentesse e loro famiglie
 Ai docenti
 Ai coordinatori
 Al DSGA
 Al personale ATA

PROGETTO PNRR DM 19/2024 – Riduzione dei divari negli apprendimenti e contrasto alla dispersione scolastica, relativo ai Fondi PNRR finanziato nell’ambito del decreto del Ministro dell’Istruzione e del Merito 02 febbraio 2024, n. 19, Missione 4 – Istruzione e Ricerca – Componente 1 – “Potenziamento dell’offerta dei servizi di istruzione: dagli asili nido alle Università” – Investimento 1.4 “Intervento straordinario finalizzato alla riduzione dei divari territoriali nelle scuole secondarie di primo e di secondo grado e alla lotta alla dispersione scolastica” – “Interventi di tutoraggio e formazione per la riduzione dei divari negli apprendimenti e il contrasto alla dispersione scolastica” (D.M. 19/2024), finanziato dall’Unione europea – Next Generation EU

Titolo del Progetto: In rete, non mi disperdo - seconda edizione
Identificativo progetto: M4C1I1.4-2024-1322- P-47508
CUP: G84D21000290006

Oggetto: Avvio Laboratorio co-curriculare del “LABORATORIO EMOZIONI E MINDFULNESS”, 10 ore, Dott.ssa ILARIA CICATELLI

Si comunica che a partire da mercoledì 07/05/2025 verrà attivato un laboratorio di emozioni e mindfulness gratuito tenuto dalla dott.ssa Cicatelli, rivolto agli studenti dell’Istituto Toscanelli. Il corso sarà volto a promuovere la consapevolezza di sé, dei propri pensieri ed emozioni.

Il corso di 10 ore (tutor il prof Angelo Piccolo) si svolgerà in presenza, presso la sede centrale in Via delle Rande e sarà tenuto dalla Dott.ssa Cicatelli secondo il calendario di seguito riportato:

- Mercoledì 07/05 (dalle 15.30 alle 18.30) - Mercoledì 14/05 (dalle 15.30 alle 18.30)
- Mercoledì 21/05 (dalle 16.00 alle 18.00) - Mercoledì 04/06 (dalle 16.00 alle 18.00).

Chiunque fosse interessato è pregato di comunicare la propria adesione all’indirizzo mail cristina.scolamiero@itcgtoscanelli.edu.it entro e non oltre il giorno 06/05/2025.

In allegato una presentazione del corso.

F.to Il Dirigente Scolastico
Dott.ssa PhD Paola Toto

Documento informatico firmato digitalmente ai sensi del D.Lgs 82/2005 ss.mm.ii. e norme collegate, il quale sostituisce il documento cartaceo e la firma autografa

Email rmt640001@istruzione.it - rmt640001@pec.istruzione.it – sito web <https://www.itcgtoscanelli.edu.it/>

C.F. 80196290581 - C.M. RMTD640001 - C.U.U. UF23WQ - XXI Distretto

Sede Centrale - Via delle Rande, 22 - Tel. 06121127590 - 00122 Roma Lido

Sede succursale - Via Capo Sperone, 52 - Tel. 06121127480 - 00122 Roma Lido

Dirigente scolastico Dott.ssa Ph.D. Paola Toto dirigente@itcgtoscanelli.edu.it

LABORATORIO GESTIONE DELLE EMOZIONI E MINDFULNESS

Il corso proposto sarà volto a promuovere la consapevolezza di sé, dei propri pensieri ed emozioni, attraverso l'utilizzo della Mindfulness.

La Mindfulness è uno strumento che consente di vivere al meglio il "qui e ora", acquisendo maggiore consapevolezza dei propri pensieri, sentimenti ed emozioni.

Questo permette di gestire in maniera più efficace lo stress, l'ansia, le preoccupazioni e le relazioni con gli altri. Inoltre, è un aiuto importante nel prendere decisioni e nell'affrontare in modo consapevole le difficoltà quotidiane, sia in ambito personale che professionale o scolastico.

BIO – Dott.ssa Ilaria Cikatelli

Laureata con lode in Psicologia Clinica e di Comunità presso l'Università Europea di Roma, ha frequentato poi la Scuola di Specializzazione in Psicoterapia "Istituto Skinner" di Roma. Ha approfondito la Mindfulness attraverso il corso "Mindfulness Educators" e lo studio dei Disturbi Specifici dell'Apprendimento presso l'Istituto Galton. Attualmente svolge prevalentemente attività clinica, nell'età evolutiva e adulta.