

**LA MEDITAZIONE PER GLI INSEGNANTI- Webinar Accreditato MIUR-  
ID SOFIA: 108074 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: sabato 3 settembre 2022, dalle 9 alle 13 e dalle 15 alle 18

**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 centrati, 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: IT87W0303221200010000002081

**ISCRIZIONE:** si effettua sulla piattaforma Sofia e va completata con la compilazione del modulo di iscrizione, da inviare all'ente formativo 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 riconosciuti ai sensi della Direttiva 170/2016" ( in allegato la procedura)

**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.

MODULO DI ISCRIZIONE AL CORSO DI FORMAZIONE

**“La Meditazione per gli insegnanti”**

*Rivolto ai docenti di scuola di ogni ordine e grado*

*ID portale Sofia 108074*

**Durata:** 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:** sabato 3 settembre, dalle 9 alle 13 e dalle 15 alle 18

**Sede:** On-line da Jesi AN, Via Donatori di Sangue 6 – Centro “Educazione Vita Equilibrata”

**Costo:** il corso ha un costo di € 120 ed è accessibile con la Carta del docente o con bonifico:

PER CREARE IL BONUS

Per quale tipologia di esercizio/ente? FISICO

Per quale ambito? FORMAZIONE E AGGIORNAMENTO

Scegli un bene/servizio: **CORSI RICONOSCIUTI** .....

PER FARE IL BONIFICO

A: Educazione Vita Equilibrata

IBAN:

IT87W0303221200010000002081

**Iscrizioni:** ci si iscrive sulla piattaforma Sofia, dove il corso è presente con l’identificativo n.

108074. Inoltre, entro il 1 settembre, **compilare e inviare a [reginafamiglini.edu@gmail.com](mailto:reginafamiglini.edu@gmail.com)** il

**presente modulo** unitamente ad una copia del bonus (vanno bene anche una foto del video o uno screenshot) o alla minuta del bonifico. Per informazioni: cell. 329.7453084; 366.5477757

**Valutazione finale del corso:** Al termine dei lavori il docente provvede alla compilazione e all’invio di un questionario in uscita all’indirizzo [maurogioia.edu@gmail.com](mailto:maurogioia.edu@gmail.com) .

**IL SOTTOSCRITTO**

Cognome ..... Nome .....

Nato/a a ..... il .....

Luogo di residenza..... Provincia ..... CAP .....

Via/Piazza, n. ....

Tel ..... E-mail .....

Docente presso (indicare i dati dell’Istituto scolastico di provenienza, ordine e grado di scuola, nome della scuola di servizio) .....

.....

.....

**CHIEDE L'ISCRIZIONE al corso “La Meditazione per gli insegnanti ”** organizzato dall'associazione "Educazione Vita Equilibrata"

Data .....

Firma .....