

A SCUOLA ...CI DEVI STARE BENE.

Skills emotive

3 e 10 settembre 2024 ore 10:00 – 18:00

Auditorium Ospedale Versilia

I.S.I. - "C. PIAGGIA"-VIAREGGIO
Prot. 0016278 del 09/08/2024
IV-8 (Entrata)

Programma 1° incontro

8:45	Arrivo e registrazione dei partecipanti
9:00	Costituzione del gruppo e presentazione delle attività
10:00	Le skills emotive: autoconsapevolezza_ 1^ parte
10:50	pausa caffè
11:10	Le skills emotive: autoconsapevolezza_ 2^ parte
12:30	Pausa pranzo
13:30	Le skills emotive: autoconsapevolezza_ 3^ parte
16:30	Fruibilità: utilizzo nella vita e nel lavoro
17:00	Saluti

Programma 2° incontro

8:45	Arrivo e registrazione dei partecipanti
9:00	Consolidamento del gruppo
9:30	Le skills emotive: gestione delle emozioni_ 1^ parte
10:55	pausa caffè
11:10	Le skills emotive: gestione delle emozioni_ 2^ parte
11:55	Le skills emotive: gestione dello stress
13:00	Pausa pranzo
14:00	Riattivazione
14:45	Laboratorio progettuale
16:15	Restituzione
17:00	Saluti

Nota bene:

Vista l'interattività, la giocosità e la presenza di momenti di attività corporea leggera, si suggerisce abbigliamento comodo che permetta agilità di movimento.

Per la pausa pranzo, in sede è presente una mensa aperta agli esterni e un bar che prepara pranzi leggeri. Ovviamente, chi desidera, può portare anche il pranzo al sacco.