



Ministero dell'Istruzione e del Merito
Ufficio Scolastico Regionale per la Toscana
Ufficio V
Ambito territoriale per la provincia di Firenze

- Ai Dirigenti delle Istituzioni scolastiche di
Firenze e provincia
- Ai Coordinatori didattici delle Scuole paritarie di
Firenze e provincia

Oggetto: webinar “Quali strategie contro lo stress? Dallo stress all’eu-stress come attivare risorse e strategie personali per affrontare al meglio la quotidianità professionale nel contesto di riferimento”

Facendo seguito all’incontro svoltosi con i Dirigenti Referenti delle Scuole reti di ambito, nell’ottica di definire le azioni a supporto delle istituzioni scolastiche per l’a.s. 2023/24, e visto il *Protocollo d’Intesa tra l’Ufficio Scolastico Regionale e l’Ordine degli Psicologi della Toscana per la promozione della cultura della salute e del benessere nell’ambiente scolastico*, l’Ufficio Scolastico Provinciale organizza un’attività rivolta al personale amministrativo degli Istituti scolastici di Firenze e provincia.

L’evento, a cura dei Gruppi di lavoro Psicologia del lavoro e delle organizzazioni e Benessere scolastico, vuole:

- facilitare una riflessione dei concetti di stress ed eu-stress proponendo esercizi e strumenti integrabili nell’esperienza quotidiana dei partecipanti coinvolti;
- sensibilizzare circa i temi del benessere sul lavoro e sulla possibile attivazione di risorse e strategie personali funzionali (es. life skill e comunicazione efficace) al raggiungimento di un equilibrio tra persona e contesto di riferimento.
- Far conoscere gli esercizi pratici attraverso simulazioni di situazioni lavorative di difficile gestione.

Il corso prevede un totale di 4 h di attività di cui 2 interventi in modalità online (1 ora e mezza ciascuno) e 1 intervento di autoformazione (1 ora). L’attività formativa si terrà nei giorni **martedì 7 e 14 maggio dalle ore 14.00 alle ore 15.30**.

Il personale amministrativo interessato può iscriversi al corso attraverso il form <https://forms.office.com/e/SfVxEhTmEt> entro il giorno **mercoledì 17 aprile 2024**. A conferma dell’avvenuta iscrizione, le istituzioni scolastiche riceveranno il link per il collegamento da inoltrare al personale iscritto.

Successivamente, entro il giorno **6 maggio p.v. al fine di ottenere l’attestato di partecipazione**, ogni partecipante dovrà provvedere anche al perfezionamento dell’iscrizione sulla piattaforma SOFIA (Codice corso **136858** - Titolo corso “Quali strategie contro lo stress?”).



Ministero dell'Istruzione e del Merito
Ufficio Scolastico Regionale per la Toscana
Ufficio V
Ambito territoriale per la provincia di Firenze

Si ricorda di accedere a <https://sofia.istruzione.it/> come Discente, inserire il **codice corso** nella sezione CERCA NEL CATALOGO L'INIZIATIVA FORMATIVA, cliccare sul titolo “Quali strategie contro lo stress?”, alla sezione **EDIZIONI** - ID.136858 Iscrizioni dal 03-04-2024 al 06-05-2024 – cliccare sulla freccia a destra, andare alla voce “ISCRIVITI ORA” in basso a destra, per procedere all’iscrizione nella piattaforma SOFIA.

LA DIRIGENTE
Susanna PIZZUTI