



## ISTITUTO COMPRENSIVO PIRRI 1 –PIRRI 2

Via dei Partigiani n° 1 – 09134 Cagliari

Tel. 070560096 - cell. 3356788054

Cod.Fisc. 92168640925

E-mail [CAIC86400G@istruzione.it](mailto:CAIC86400G@istruzione.it) pec: [CAIC86400G@pec.istruzione.it](mailto:CAIC86400G@pec.istruzione.it)

Sito web: [www.comprensivopirri.edu.it](http://www.comprensivopirri.edu.it)

**Circolare n. 78/2023**

Al personale ATA  
dell'Istituto Comprensivo  
Pirri 1 Pirri 2  
Loro sedi

OGGETTO: Progetto “aule benessere” – Atelier rivolto al personale ATA

### **L'aula benessere**

Nelle scuole secondarie di I grado sono state costruite due aule, con la finalità di introdurre nuove esperienze che guardano allo sviluppo di competenze quali la propriocezione, l'auto-osservazione, la gestione delle emozioni e dei comportamenti disfunzionali. Un contributo per lo sviluppo di una “Scuola gentile”. Si tratta di ambienti organizzati per attività rivolte a tutti gli attori della scuola, compreso il personale della segreteria e i collaboratori scolastici.

In queste aule sarà possibile sviluppare le seguenti attività:

- Attività a favore del rilassamento, dello scarico delle tensioni, della gestione dello stress e delle situazioni ansiose
- Atelier esperenziali volti al rilassamento del carico visivo e a favore della focalizzazione e centratura.

Per ciascuna delle attività verrà fornita una scheda di approfondimento, curata dalla referente del progetto, la prof.ssa Alessandra Scalas.

**Il personale Ata è invitato a manifestare il suo interesse** di aderire nell'a.s. 2023-2024 alle attività dell'aula benessere compilando la scheda allegata. Le giornate e l'orario delle attività verranno concordate con la docente referente.

IL DIRIGENTE SCOLASTICO

*Valentino Pasquale Pusceddu*

Il presente documento è firmato digitalmente ai sensi  
e per gli effetti del c.d. Codice dell'Amministrazione Digitale e  
norme ad esso connesso