Istituto Comprensivo"Leonardo da Vinci"
Scuola Infanzia-Primaria-Secondaria I Gr. Settala-Rodano
ViaVerdi8/b -20049 Settala(MI) Tel.0295770144-0295379121
miic8bn004@istruzione.it - miic8bn004@pec.istruzione.it
www.icsettalarodano.edu.it – C.F. 91510760159

Settala, 03 novembre 2026.
Circ. n. 80

Ai genitori degli alunni
della scuola Secondaria di I grado di Settala e Rodano
Ai docenti della scuola Secondaria di I grado di Settala e Rodano
Al personale ATA
Sito sez. Circolari/registro elettronico

Oggetto: **Progetto "Respiro, quindi sono" – Percorso sulla gestione delle emozioni e dell'ansia**

Si comunica che, a partire dal **4 novembre 2026** e fino al mese di **dicembre 2026**, nelle classi seconde e terze delle Scuole secondarie di I grado di Settala e Rodano si svolgerà il progetto **"Respiro, quindi sono"**, realizzato in collaborazione con **Eduway S.r.l.s. Impresa Sociale**.
Il progetto, inserito nella programmazione di **Educazione civica**, è finalizzato allo sviluppo della consapevolezza emotiva e delle competenze personali, sociali e relazionali, con particolare attenzione al riconoscimento e alla gestione dell'ansia e alla promozione del benessere psicofisico.

Le attività affronteranno, in particolare, i seguenti nuclei tematici:

- conoscenza di sé;
- riconoscimento ed espressione delle emozioni;
- comprensione dell'ansia e dei suoi segnali;
- individuazione delle situazioni e dei fattori percepiti come ansiogeni;

Per ciascuna classe sono previsti **tre incontri di due ore**, per un totale di **sei ore complessive**, da svolgersi in orario curricolare. Gli interventi saranno condotti da esperti esterni con specifiche competenze professionali: un **pedagogista** e uno **psicologo-psicoterapeuta**. Le attività avranno carattere pratico e laboratoriale e prevederanno momenti di confronto, circle time ed esperienze guidate, adeguate all'età degli alunni.
Il calendario dei turni delle singole classi è stato concordato internamente con i docenti presenti nelle classi coinvolte.
Si invitano i docenti e le famiglie a prendere visione della presente comunicazione.

Referente Educazione Civica

Prof.ssa Federica Baldi

Il Dirigente Scolastico
Dott.ssa Concetta FRAZZETTA
(Firma autografa omessa ai sensi dell'art. 3 del D. Lgs. n. 39/1993)