

Disconnessione intelligente

Strategie per educare all'equilibrio
tra vita digitale e benessere personale



**DURATA DEL CORSO 15 ORE
IMPLEMENTABILI A RICHIESTA**

CONTIENE COMPITI DI
REALTÀ IN MODALITÀ



**PER DIRIGENTI SCOLASTICI E DOCENTI
DI OGNI ORDINE E GRADO**



Un corso che aiuta gli insegnanti a riconoscere e affrontare il sovraccarico digitale, proponendo **pratiche per gestire il tempo online e insegnare agli studenti a disconnettersi** in modo equilibrato e produttivo.



Apprendere tecniche di gestione del tempo on line per mantenere il **benessere psicofisico**



**MODALITÀ
ON LINE
ASINCRONA**



**15 ORE
DI FORMAZIONE CERTIFICATA
(durata implementabile a
richiesta)**

COSTO A CARICO DELLA SCUOLA:

- per solo formatore esperto: € 122 x 15 ore. Totale € 1.830 (+ I.V.A dove dovuta)
- per formatore esperto + tutor: € 156 x 15 ore. Totale € 2.340 (+ I.V.A dove dovuta)

Gli esperti e i tutor di CivicaMente sono tutti qualificati per la formazione dei docenti.

CORSO DISPONIBILE DA GENNAIO 2025