

- **Oggetto:** Prevenire e gestire lo stress: il webinar dedicato ai docenti
- **Data ricezione email:** 03/05/2026 09:02
- **Mittenti:** Scintille.it - Gest. doc. - Email: mailing@ml.scintilleformazione.it
- **Indirizzi nel campo email 'A':** <tvps01000x@istruzione.it>
- **Indirizzi nel campo email 'CC':**
- **Indirizzo nel campo 'Rispondi A':** <newsletter@scintille.it>

Testo email



Gentile docente,

insegnare al giorno d'oggi significa affrontare ogni giorno situazioni complesse: carichi di lavoro elevati, dinamiche di classe articolate, relazioni da gestire e un contesto in continuo cambiamento.

In questo scenario, **lo stress è una condizione sempre più diffusa.**

Riconoscerlo e imparare a gestirlo in modo efficace diventa quindi fondamentale, non solo per il proprio benessere, ma anche per la qualità del lavoro in classe.

Per questo nasce il webinar:

“Prevenire e gestire lo stress a scuola”

Un percorso formativo pensato per offrire strumenti concreti, utili nella quotidianità scolastica.



Modalità: online



Durata: 4 ore totali (2 incontri da 2 ore ciascuno)



Date:

- Martedì 19 maggio 2026 – dalle 16:00 alle 18:00
- Martedì 26 maggio 2026 – dalle 16:00 alle 18:00



Costo: 40 euro (acquistabile anche con Carta Docente)



Cosa imparerai

Durante il webinar approfondiremo:

- come riconoscere i segnali dello stress, anche quelli meno evidenti
- quali sono le principali cause legate al contesto scolastico
- strategie pratiche per gestire le situazioni più critiche
- tecniche per migliorare il benessere personale e il clima in classe

L'obiettivo è aiutarti a sviluppare maggiore consapevolezza e a costruire un approccio più equilibrato e sostenibile al lavoro educativo.



A chi è rivolto

Il webinar è pensato per tutti i docenti di ogni ordine e grado.



Perché partecipare

Prendersi cura del proprio benessere è una condizione necessaria per lavorare meglio, creare relazioni più efficaci e costruire un ambiente di apprendimento più positivo.

Questo webinar ti permetterà di acquisire strumenti immediatamente applicabili e di affrontare con maggiore consapevolezza le sfide di ogni giorno.



ISCRIVITI AL WEBINAR

Investire su di te significa investire anche sulla qualità della scuola.

Ti aspettiamo.

Un caro saluto,

Il team di Scintille.it



Scintille.it

Ente di formazione accreditato MIUR

Hai ricevuto questa email perché sei iscritto alla nostra newsletter.

[Gestisci le tue preferenze](#) | [Disiscriviti](#)

PS Aiutaci ad evitare che questa mail vada in spam!

Mettiamo molto impegno nella produzione e nella selezione dei contenuti che ti proponiamo; saremmo davvero dispiaciute se tutto questo lavoro... finisse in spam!

Ti chiediamo di seguire queste facilissime istruzioni:

- Se usi **Gmail**, sposta questa e-mail nella tab "Principale"
- Aggiungi l'indirizzo info@scintille.it ai tuoi contatti di posta

- Ci piacerebbe che queste email fossero utili e, se avessi dei dubbi, rispondi a questa mail. Leggeremo tutti i messaggi con grande interesse!

Ti ringraziamo per il tuo aiuto!
