

ERASMUS+ STAFF MOBILITY

Wellbeing in Nature

Outdoor Activities for Mental and Physical Health

 Lisbona, Portogallo ·  6–11 luglio 2025

DSGA – Istituto Comprensivo Casati, Muggiò

"Promuovere benessere, inclusione e sostenibilità attraverso il contatto con la natura"





Co-funded by the
European Union

Perché Questa Mobilità?

La mobilità Erasmus+ risponde a obiettivi strategici per la nostra scuola: crescere professionalmente, aprirsi all'Europa e portare innovazione nel contesto quotidiano.



Benessere

Migliorare il benessere della comunità scolastica



Dimensione Europea

Rafforzare l'identità europea della scuola



Inclusione

Promuovere inclusione e sostenibilità



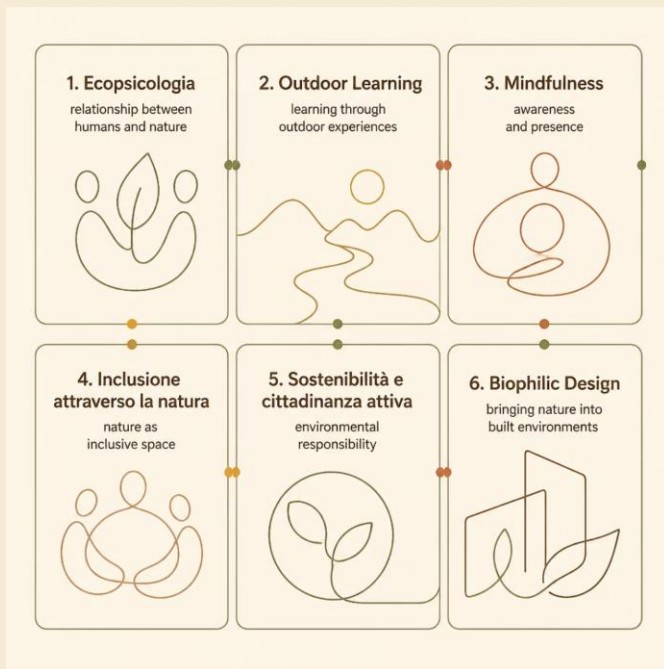
Innovazione

Acquisire strumenti trasferibili al contesto scolastico



Il Corso in Breve

Un percorso intensivo di apprendimento esperienziale, con attività pratiche e lavoro collaborativo in ambienti naturali.



Metodologia

Il corso adotta un approccio basato sull'**apprendimento esperienziale**: ogni tema viene esplorato attraverso attività pratiche, riflessioni guidate e lavoro di gruppo in contesti naturali.

→ Esperienza diretta

→ Riflessione condivisa

→ Trasferibilità

Cosa Ho Appreso: Natura e Benessere

Il contatto con gli ambienti naturali produce effetti documentati e misurabili sul benessere individuale e collettivo.



Riduzione dello stress



Maggiore concentrazione



Equilibrio emotivo



Relazioni positive



Qualità della vita

La Dimensione Europea



Confronto con colleghi europei

Partecipanti da diversi Paesi hanno condiviso esperienze preziose su:

- Modelli organizzativi innovativi
- Pratiche educative all'aperto
- Strategie di inclusione scolastica
- Progetti di sostenibilità ambientale

Valore aggiunto della mobilità

Scambio di buone pratiche

Crescita professionale

Competenze interculturali

Inclusione e Benessere

La natura come spazio inclusivo

Le attività outdoor abbassano le barriere e creano contesti autentici di partecipazione per tutti.

Partecipazione attiva

Ogni persona contribuisce con le proprie risorse

Collaborazione

Obiettivi comuni che uniscono il gruppo

Comunicazione efficace

Dialogo autentico in contesti informali

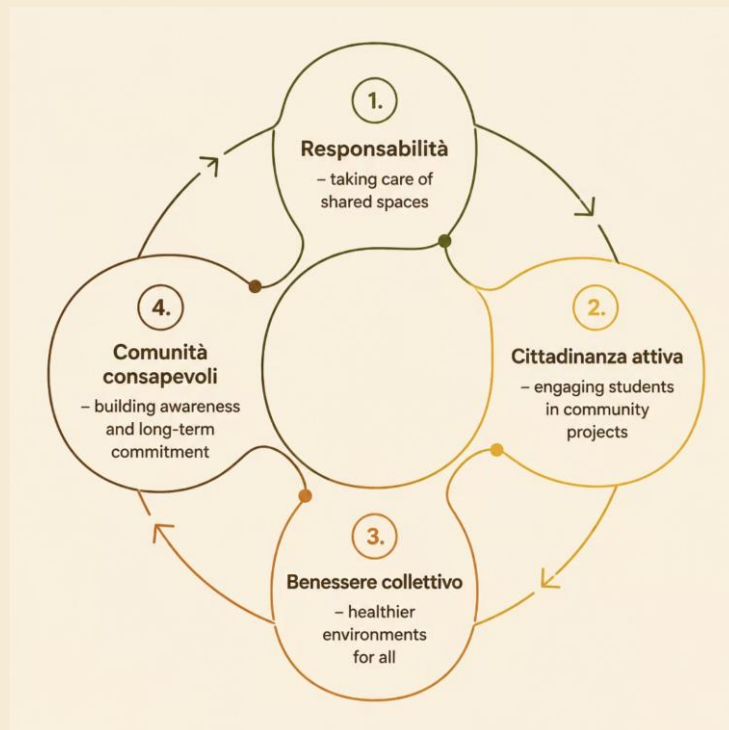
Senso di appartenenza

Una scuola più accogliente per studenti, famiglie e personale



Sostenibilità e Cittadinanza Attiva

Prendersi cura dell'ambiente non è solo una scelta ecologica: è un atto educativo che forma cittadini consapevoli e responsabili.



Un approccio integrato

La sostenibilità diventa parte del DNA della scuola quando si intreccia con il benessere, l'inclusione e la partecipazione attiva di tutta la comunità.



 Ogni azione verso la natura è anche un'azione verso le persone.

Biophilic Design

Portare la natura nella scuola

Il Biophilic Design trasforma gli spazi scolastici in ambienti che favoriscono il benessere attraverso il contatto con elementi naturali.



Verde negli spazi comuni

Piante e vegetazione per migliorare aria e atmosfera



Aree verdi valorizzate

Spazi esterni progettati per attività didattiche



Materiali naturali

Legno, pietra e fibre naturali negli arredi



Ambienti accoglienti

Luce naturale e spazi funzionali per il benessere



Ricaduta sull'Istituto Casati

Le competenze acquisite si traducono in azioni concrete per migliorare la qualità della nostra scuola.

Gestione sostenibile degli spazi

Valorizzazione degli ambienti esterni esistenti

Supporto all'inclusione

Attività outdoor come strumento inclusivo

Benessere organizzativo

Strategie per il personale e la comunità

Diffusione Erasmus+

Condivisione delle buone pratiche acquisite



Conclusioni e Disseminazione

Una mobilità che lascia un segno duraturo: competenze, relazioni e visione per il futuro della nostra scuola.

Crescita professionale

Nuove competenze trasferibili al contesto scolastico

Dimensione europea

Rafforzamento della rete e dell'identità Erasmus+

PTOF e Accreditamento

Contributo concreto agli obiettivi strategici dell'istituto

Sharing experiences – Building a better school together

