Scopri cosa si nasconde dietro i tuoi pensieri

Lettera di presentazione

Progetto educational a.s. 2026-27

Gentile insegnante,
la ringraziamo per avere aderito al progetto didattico gratuito **"Smontarsi la testa"**, dedicato alle classi dell'ultimo anno della Scuola Secondaria di I grado e a tutte le classi della Scuola Secondaria di II grado delle province di Milano e Roma.

Prima di tutto, ci presentiamo: siamo **Serenis**, un centro medico online per il **benessere fisico e mentale.**
Crediamo che parlare delle cose sia l'unico modo per cambiarle, e per questo abbiamo collaborato con **Neways**, società specializzata nella progettazione e gestione di campagne educative rivolte al mondo della scuola, per produrre questo kit didattico.
Il kit è pensato per essere condiviso con la classe e con le famiglie, e contiene:

Kit didattico digitale

Manuale didattico per gli studenti

È sviluppato attraverso la metafora dell'officina. Ogni sezione parla di un pezzo diverso (il motore, gli specchietti) e lo lega a una situazione che i ragazzi potrebbero vivere (le verifiche, il bullismo, i primi rifiuti sentimentali).

Libretto per le famiglie

È pensato per favorire il dialogo e il confronto con i genitori, per portare a casa i temi affrontati in classe.

Vademecum

È il riassunto del manuale, pensato per quando non si ha tempo o voglia di leggerlo tutto.

I contenuti sono stati validati da psicoterapeuti esperti e scritti con parole semplici. Ogni studente può aprire la pagina che gli serve quando gli serve, senza per forza dover leggere tutto di fila. Anche per questo, il manuale si presta a diversi usi. Può restare a disposizione della classe, in attesa del momento giusto, o servire come spunto per un'ora dedicata.

Parlare di benessere mentale fin da giovani significa contribuire a sviluppare una maggiore consapevolezza del proprio mondo interiore. Speriamo di averle fornito uno strumento utile per affrontare questa sfida. Se avrà voglia di farci avere un feedback, saremo felici di riceverlo. Le siamo grati per il tempo che ci ha già dedicato, e ancora di più per il lavoro che svolge ogni giorno.

Un caro saluto, e buon anno scolastico,
il team Serenis

La realizzazione di un progetto didattico è un'attività complessa che comporta controlli di varia natura. Essi riguardano sia la correttezza dei contenuti che la coerenza tra testo e immagini. È pertanto possibile che, dopo la pubblicazione, siano riscontrabili errori e imprecisioni. Ringraziamo fin d'ora chi vorrà segnalarli a **smontarsilatesta@progettididattici.it**
Per eventuali e comunque non volute omissioni e per gli aventi diritto tutelati dalla legge, l'organizzazione dichiara la piena disponibilità.

SEGRETERIA ORGANIZZATIVA SMONTARSI LA TESTA
Tel: 340 5052636 (dal lunedì al venerdì 9.00 - 13.00)
E-mail: **smontarsilatesta@progettididattici.it**

un progetto di NEWAYS
promosso da serenis