



Ministero dell'Istruzione e del Merito
Istituto d'Istruzione Superiore "Medardo Rosso"
Liceo Artistico - Istituto Tecnico Costruzioni Ambiente Territorio
Via Calatafimi, n°5 – via XI Febbraio, n°8
23900 Lecco

Lecco, 16/06/2025

CIRCOLARE N. 386

A tutti gli studenti

I.I.S. Medardo Rosso

OGGETTO: iscrizione al corso "MINDFULNESS"

Si comunica che la nostra scuola, grazie al PNRR D.M. 19, offre agli studenti interessati di tutte le classi, con precedenza per gli studenti del secondo biennio e ultimo anno, un laboratorio estivo della durata di **33 ore**, senza alcun costo per i partecipanti.

Il corso, tenuto dall'**esperto Stefano Locatelli**, propone agli studenti di

Obiettivi del corso

- Sviluppare consapevolezza emotiva e gestione dello stress.
- Potenziare la creatività attraverso la presenza mentale.
- Favorire la concentrazione durante il processo artistico.
- Promuovere il benessere psicofisico in un contesto scolastico.

Materiale consigliato (personale)

- Cuscino, materassino (tipo yoga), coperta.

Il corso si svolgerà a partire dal 23 Giugno 2025 nel calendario sotto indicato

Lunedì 23 Giugno 2025	9.00-12.30
Giovedì 26 Giugno 2025	9.00-12.30
Lunedì 30 Giugno 2025	9.15-12.30
Giovedì 3 Luglio	9.15-12.30
Lunedì 7 Luglio	9.15-12.30
Giovedì 28 Agosto	9.15-12.30
Lunedì 1 Settembre	9.15-12.30
Giovedì 4 Settembre	9.15-12.30
Lunedì 8 Settembre	9.15-12.30
Giovedì 11 Settembre	9.15-12.30

Si chiede agli interessati di compilare il modulo allegato **entro il giorno 21 Giugno** e inviarlo all'indirizzo **Formato digitalmente da ALESSANDRA POLICASTRO** docente tutor:

agodi.simona@iismedardorosso.edu.it

Per ricevere informazioni e per chiarimenti ci si può rivolgere alla prof.ssa **tutor Simona Agodi**.

LA DIRIGENTE SCOLASTICA
Alessandra Policastro