

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°823900 Lecco

Lecco, 19/08/2025

CIRCOLARE N. 409

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 un laboratorio esperienziale unico nel suo genere, senza alcun costo per i partecipanti.

Il laboratorio propone agli studenti di

- 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 28 agosto 2025 alle ore 9.00 e i primi incontri si svolgeranno secondo il seguente calendario

giovedì 28 agosto 2025	9.00-12.30
lunedì 01 settembre 2025	9.00-12.30
giovedì 04 settembre 2025	9.00-12.30
lunedì 8 settembre	9.00-12.30
giovedì 11 settembre	9.00-12.30

Si chiede agli interessati di compilare il modulo allegato **entro il giorno 25 agosto** e inviarlo all'indirizzo istituzionale: lcis01300g@istruzione.it e alla 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

Firmato digitalmente da ALESSANDRA POLICASTRO