Ministero dell'Istruzione

Istituto Comprensivo Statale "Alessandro Manzoni" di Rosate

Viale delle Rimembranze 34/36, 20088, Rosate (MI). Tel. 02-9084 8867
e-mail: miic87600l@istruzione.it ; miic87600l@pec.istruzione.it;
C.F 82003610159; Cod. Fatturazione UFNAKB; Cod.IPA: istsc_miic87600l; IBAN:IT80Z0103033670000001420074

Gentilissima Famiglia,

Sono in fase di attivazione, presso l'I.C. Manzoni di Rosate, attività volte ad implementare e migliorare l'offerta educativa attraverso **laboratori** pomeridiani (fondi FSE + PN 21-27 FSE+ PIANO ESTATE).

SI COMUNICA: che si attiverà il corso "***MINDFULNESS***".

Il Corso sarà tenuto dall'esperto ***Silvia Coccioli*** e dal tutor ***Simona Cuocci***.

DESCRIZIONE DELL'ATTIVITÀ

Un corso per sviluppare consapevolezza che nasce dal prestare un'attenzione intenzionale al momento del presente, con curiosità, apertura e senza giudizio. Il percorso parte dal corpo e dal respiro e si sviluppa con pratiche che favoriscono centratura,calma interiore e chiarezza mentale. Mindfulness migliora la salute psicofisica,potenzia la concentrazione e la resilienza emotiva contribuendo a costruire relazioni più empatiche e autentiche.

MODALITÀ DI SVOLGIMENTO

1. Il laboratorio avrà durata complessiva di **30 ore** al termine delle quali sarà rilasciato **attestato PN 21-27 FSE+ PIANO ESTATE futura.**
2. Le attività saranno svolte nei locali della Secondaria di I°Grado di Rosate
3. E' prevista una pausa pranzo alle ore **13.45** dove l'alunno, sempre rimanendo nel perimetro dell'istituto e sotto la sorveglianza dell'esperto e del tutor, potrà consumare il **pasto la cui predisposizione e organizzazione è a carico dello Studente e/o della famiglia.**

CALENDARIO ATTIVITA'

N° LEZIONE	GIORNO DATA	ORARIO
1	Venerdì 9 ottobre	13.45 - 16.45
2	Venerdì 16 ottobre	13.45 - 16.45
3	Venerdì 23 ottobre	13.45 - 16.45
4	Venerdì 30 ottobre	13.45 - 16.45
5	Venerdì 6 novembre	13.45 - 16.45
6	Venerdì 13 novembre	13.45 - 16.45
7	Venerdì 20 novembre	13.45 - 16.45
8	Venerdì 27 novembre	13.45 - 16.45
9	Venerdì 4 dicembre	13.45 - 16.45
10	Venerdì 11 dicembre	13.45 - 16.45

Qualora la famiglia fosse interessata a far partecipare il proprio figlio al percorso proposto, la invitiamo a compilare **in ogni sua parte** il modulo **Allegato A** e a consegnarlo al docente coordinatore di classe entro e non oltre **martedì 6/10/2026.**

ALLEGATO A

Il/I sottoscritto/i _____, _____, genitori dell'alunno/a _____ nato/a il _____ a _____, iscritto/a per l'a.s. **2026/2027** alla classe _____ della Scuola Secondaria di I grado, sulla base dell'informativa fornita in merito alle modalità organizzative adottate per la realizzazione dei percorsi **"PN 21-27 FSE+ PIANO ESTATE" .**

DICHIARA

DI AVER LETTO L'INFORMATIVA FORNITA E DI CONDIVIDERLA
ED ACCETTARLA IN OGNI SUA PARTE

AUTORIZZA

Il/la proprio/a figlio/a a frequentare l'attività didattico-formativa **"*MINDFULNESS*".**

L'autorizzazione è rivolta agli studenti di classe prima, seconda e terza.

Verranno selezionati almeno 20 alunni.

DICHIARA

INOLTRE

1. Di impegnarsi a far frequentare le lezioni con assiduità nei giorni individuati dal calendario delle attività sopra indicato;

IN RELAZIONE ALLA MODALITA' DI USCITA **(BARRARE UNA SOLA OPZIONE)**

- **o** Sarà prelevato/a da uno dei genitori al **cancello principale della scuola**;
- **o** Che l'alunno/a, nei giorni in cui si terrà il corso, al termine delle lezioni non sarà prelevato/a da nessuno e percorrerà da solo/a il tratto scuola-casa.
- **o** Che al termine delle lezioni pomeridiane l'alunno/a in maniera autonoma usufruirà del trasporto tramite bus per la destinazione di: _____ (indicare Bubbiano o Calvignasco)
- **o** Sarà prelevato/a da persona delegata..... ..... **al cancello principale della scuola** (Allegare DELEGA)

Consapevoli del ri-trasferimento di responsabilità sulla vigilanza e la custodia del/della minore dalla scuola alla famiglia per il percorso in autonomia da scuola a casa, i sottoscritti sollevano l'amministrazione scolastica da ogni responsabilità per qualsiasi incidente/evento che possa verificarsi a seguito di quanto dichiarato.

2. In merito alla eventuale **produzione e pubblicazione di materiale audio-visivo** ed eventuali prodotti elaborati durante le attività formative, sul sito internet e/o comunque alla loro diffusione nell'ambito della realizzazione di azioni programmate dall'Istituto stesso

- **SI** autorizza all'utilizzo e pubblicazione del materiale prodotto
- **NON SI** si autorizza all'utilizzo e pubblicazione del materiale prodotto

FIRMA DEI GENITORI _____ _____

IL DIRIGENTE SCOLASTICO

Dott.ssa Leonilda Adduci

Firma autografa omessa ai sensi del Codice dell'Amministrazione Digitale e per gli usi ad esso connessi