DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE

Via de' Ralli n. 3 – 34128 – TRIESTE
dip@asugi.sanita.fvg.it

Responsabile del procedimento
dott. ssa Roberta Fedele

Referente per quanto comunicato
Ass. san. Jacopo Ciulla – 0403997534
promozione.salute@asugi.sanita.fvg.it

Rif. Nota _____ **di data** _____

Ai Dirigenti Scolastici
degli Istituti Comprensivi e delle
scuole secondarie di 2° grado,
delle scuole primarie paritarie e delle
scuole secondarie di 1° e 2° grado
paritarie del territorio giuliano ed
isontino
LORO SEDI

OGGETTO: Progetto MOM – Meditazione Orientata alla Mindfulness: apertura iscrizioni seconda edizione (area isontina e giuliana)

Gentili Dirigenti Scolastici,

ad integrazione delle proposte progettuali di promozione della salute rivolte alle scuole (nota dd. 01/09/2026) relativamente al Progetto MOM – Meditazione Orientata alla Mindfulness, viste le adesioni pervenute, è stato avviato nel mese di ottobre un primo corso di formazione dedicato alle scuole dell'area giuliana (fino a un massimo di 35 partecipanti).

Al fine di favorire la partecipazione degli insegnanti delle scuole dell'area isontina, rinnoviamo l'apertura delle iscrizioni per l'avvio di una seconda edizione del corso, rivolta ai docenti delle scuole di ogni ordine e grado.

L'obiettivo del progetto è favorire il benessere psicofisico degli insegnanti, migliorando la gestione dello stress e la regolazione delle emozioni, così da sviluppare una maggiore accettazione verso sé stessi e gli altri.

Il percorso formativo è articolato in 8 incontri settimanali della durata di 2 ore ciascuno (per un impegno complessivo di circa due mesi). Si rammenta che la frequenza è obbligatoria e che sono ammesse al massimo 4 ore di assenza.

La presentazione del percorso di introduzione al Progetto MOM si terrà martedì 2 febbraio 2027, dalle ore 15:30 alle 16:30, in modalità videoconferenza (VDC). L'incontro è rivolto a tutti gli iscritti (il link per il collegamento verrà inviato successivamente).

Gli incontri in presenza si terranno nelle seguenti date:

martedì 16 febbraio dalle 17.00 alle 19.00
martedì 23 febbraio dalle 17.00 alle 19.00
martedì 2 marzo dalle 17.00 alle 19.00
martedì 9 marzo dalle 17.00 alle 19.00
martedì 16 marzo dalle 17.00 alle 19.00
martedì 23 marzo dalle 17.00 alle 19.00
giovedì 1 aprile dalle 17.00 alle 19.00
martedì 6 aprile dalle 17.00 alle 19.00

Verrà data priorità all'attivazione del corso nell'area isontina. Si precisa tuttavia che, qualora non venisse raggiunto il numero minimo di partecipanti necessario per l'avvio in tale sede (minimo 30 iscritti, massimo 35), il percorso formativo verrà regolarmente attivato nell'area giuliana.

Gli interessati sono pregati di formalizzare la propria iscrizione entro e non oltre lunedì 14 dicembre 2026 tramite la compilazione del modulo google:

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeGMYW-8Doe_Qi400n9K2UKQlHG5rg_06GiyHW-5VuSfvCsfA/viewform?usp=publish-editor

Le richieste verranno accolte in ordine cronologico di arrivo fino al raggiungimento del numero massimo di iscritti previsto.

Si ricorda che la partecipazione ai progetti regionali richiede l'iscrizione annuale obbligatoria del proprio istituto scolastico alla Rete di scuole che promuovono salute (SPS) che ha l'obiettivo di agire sui determinanti di salute per favorire la salute e il benessere di tutta la popolazione scolastica, attraverso un metodo sistematico, partecipativo e orientato all'azione:
https://www.regione.fvg.it/rafvg/cms/RAFVG/salute-sociale/promozione-saluteprevenzione/FOGLIA11/

Per qualsiasi ulteriore chiarimento, è possibile scrivere ai seguenti indirizzi email di riferimento:

promozione.salute@asugi.sanita.fvg.it per i docenti dell'area Giuliana

promozione.salute.isontina@asugi.sanita.fvg.it per i docenti dell'area Isontina

Distinti saluti

La Referente Aziendale Promozione Salute
Dipartimento di Prevenzione - ASUGI
- dott. ssa Roberta Fedele –
- firmato digitalmente -

ROBERTA
FEDELE
23.11.2026
13:11:32
GMT+02:00