



Istituto Istruzione Superiore
Renato Cartesio
Olevano Romano

05 Aprile 2024

Circolare numero 172-2023/24

Circolare n. 172

Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca **ISTITUTO D'ISTRUZIONE SUPERIORE "R. CARTESIO"**

Via San Martino Annunziata, 21 – 00035 Olevano Romano C.F. 93008750585 C.M. RMIS02800X email:
rmis02800x@istruzione.it pec: rmis02800x@pec.istruzione.it SCUOLE ASSOCIATE LICEO
SCIENTIFICO "R. CARTESIO" OLEVANO ROMANO TEL 06.121126140 FAX 069562350 I.T.I.S. "G.
BOOLE" via P. NENNI s.n.c. GENAZZANO TEL. 06. 121126480 Fax 069578714

Olevano Romano, 05/04/2024

Circolare n. 172

Ai Docenti Agli studenti Al personale ATA Al DSGA

Oggetto: MINDFULNESS A SCUOLA

La nostra scuola sta organizzando il primo percorso di Mindfulness per studenti. Nei prossimi giorni alcune studentesse gireranno per le classi per raccogliere le adesioni al corso che avrà inizio orientativamente mercoledì 10 aprile 2024 dalle 14,40 alle 17. Per chi fosse curioso potrà comunque partecipare alla prima sessione. Il corso prevede 8 incontri di circa due ore e mezza ciascuno + Intensivo di 6 ore Si svolgerà presso i locali della scuola. ? Il programma ha carattere esperienziale ? I partecipanti acquisiscono un metodo per migliorare il proprio livello di consapevolezza e, gestire meglio le situazioni stressanti e le emozioni ? è un percorso psico-educativo e formativo (non terapia) Molti studi scientifici ne evidenziano i benefici derivanti dalla coltivazione della consapevolezza a livello psicologico, fisico e relazionale. Il corso sarà tenuto dall'Insegnante Pedagogista ed Istruttrice Mindfulness Laura Marcelli accompagnata da colleghe interessate al percorso. Ai genitori, studenti e docenti che vogliano avere dei chiarimenti è possibile contattare direttamente l'insegnante alla mail: marcellilaura@iiscartesio.edu.it oppure al numero 3938123012.

Il

Dirigente scolastico

Prof.

Gianfranco Trombetta

Firma autografa omessa ai

sensi dell'art. 3 del D. Lgs. n. 39/1993