



## ISTITUTO COMPRESIVO A. GRAMSCI

Via Europa snc - 07045 OSSI (SS) C.F. 92071210907 – Cod. Univoco UF9PB - Tel. 079/9341167

e-mail: [ssic813003@istruzione.it](mailto:ssic813003@istruzione.it) pec: [ssic813003@pec.istruzione.it](mailto:ssic813003@pec.istruzione.it) sito web: [www.icantoniogramsciossi.edu.it](http://www.icantoniogramsciossi.edu.it)

Ossi, 5 febbraio 2024

A tutto il personale

**Docente e ATA**

Alla DSGA

ATTI

Circ. n. 152

### **Oggetto: Partecipazione ai Laboratori di Benessere Scolastico**

Con la presente, desideriamo informarvi di un'opportunità per promuovere il benessere all'interno della nostra comunità scolastica. Siamo lieti di annunciare l'organizzazione di due laboratori dedicati al benessere, aperti a tutti i membri del corpo docente e ATA interessati.

I laboratori saranno **a numero chiuso**, con un massimo di 15 partecipanti ciascuno. Si prega di tenere presente che le iscrizioni verranno considerate in ordine di arrivo e verrà data precedenza a coloro che si iscriveranno per primi.

I due laboratori disponibili sono:

1. **\*Laboratorio di Yoga\*** Condotta dalla nostra docente esperta, l'insegnante Adele Canu, il laboratorio di yoga offre un'occasione per praticare yoga e apprendere tecniche di rilassamento e respirazione, al fine di migliorare il benessere fisico e mentale.

**Date: 4 marzo e 17 aprile 2024 ore 17:00 presso i locali della primaria di Piazza Matteotti.**

2. **\*Laboratorio di Attività Fisica Adattata\*** Tenuto dal nostro docente di educazione fisica, l'insegnante, Carlo Poggioli, il laboratorio di attività fisica adattata offre un'opportunità per partecipare a una serie di attività pensate per soddisfare le esigenze di tutti, indipendentemente dal livello di abilità personale.

**Date: 18 marzo e 15 aprile 2024 ore 17:00 presso i locali della primaria di Piazza Matteotti.**

### **N.B. Porta con te un tappetino**

La partecipazione a questi laboratori è libera e facoltativa, e i partecipanti possono iscriversi ad entrambi i laboratori scegliendo una sola data tra le due disponibili. I gruppi saranno formati da un massimo di 15 partecipanti per garantire un'esperienza efficace e personalizzata.

Per aderire, vi chiediamo gentilmente di compilare il modulo di adesione Google allegato a questa circolare indicando a quale laboratorio desiderate partecipare e selezionare le date disponibili.

Link al modulo di adesione: <https://forms.gle/dp9W43kGX4V3jV11A>



## ISTITUTO COMPRENSIVO A. GRAMSCI

Via Europa snc - 07045 OSSI (SS) C.F. 92071210907 – Cod. Univoco UF9PB - Tel. 079/9341167

e-mail: [ssic813003@istruzione.it](mailto:ssic813003@istruzione.it) pec: [ssic813003@pec.istruzione.it](mailto:ssic813003@pec.istruzione.it) sito web: [www.icantoniogramsciossi.edu.it](http://www.icantoniogramsciossi.edu.it)

Vi invitiamo a cogliere questa opportunità per dedicare del tempo al vostro benessere personale e contribuire a creare un ambiente scolastico più sano e armonioso.

Per ulteriori informazioni o chiarimenti, non esitate a contattarci.

ANNA MARIA MACCIOCU

SARA PULINO

*Funzioni Strumentali*

*Benessere Scolastico*

LA DIRIGENTE SCOLASTICA

Prof.ssa Marcella Fiori

Firma autografa sostituita a mezzo stampa