



ISTITUTO COMPRESIVO A. GRAMSCI

Via Europa snc - 07045 OSSI (SS) C.F. 92071210907 – Cod. Univoco UF9PB - Tel. 079/9341167
e-mail: ssic813003@istruzione.it pec: ssic813003@pec.istruzione.it sito web: 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 COMPRESIVO A. GRAMSCI

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

e-mail: ssic813003@istruzione.it pec: ssic813003@pec.istruzione.it sito web: 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