

**ISTITUTO D'ISTRUZIONE SUPERIORE
"M. AMARI - P. MERCURI"**

Via Romana, 11/13 00043 Ciampino (RM) www.iis-amarimercuri.edu.it
Codice Meccanografico RMIS09600E C.F. 90075190588 Codice Univoco UF32XS Ambito 15
Mail: rmis09600e@istruzione.it Pec: rmis09600e@pec.istruzione.it
Sede Ciampino: Tel. 06121127765 Sede Marino: Tel. 06121125671/5

Circ. n. 311

Ciampino, 19/02/2025

**Ai Docenti
Alle Famiglie
Agli Studenti
Al DSGA
Al Personale ATA
SITO WEB
ALBO CIAMPINO – MARINO**

Oggetto: Progetto la cura di sé come stile di vita

Si comunica che, le classi quarte dell'Istituto parteciperanno al progetto "La cura di sé come stile di vita", approvato dal collegio dei Collegio Docenti.

Il progetto prevede un incontro per ciascuna Classe, della durata totale di quattro ore, con l'associazione "Pagaie rosa". Obiettivo dell'incontro è rendere prioritaria la cura di sé attraverso l'adozione di abitudini, comportamenti e scelte consapevoli che promuovano il benessere fisico, mentale ed emotivo a lungo termine.

Una parte della mattina sarà dedicata alla pratica della disciplina del Dragon Boat sul lago di Castel Gandolfo; un'altra parte al dialogo e al confronto con alcune volontarie dell'associazione "Pagaie rosa" e con degli ospiti, quali medico dello sport, atleti, nutrizionista.

Le Classi si daranno appuntamento con i docenti accompagnatori alla stazione di Pantanella, per prendere il treno direzione Albano. Una volta scesi a Castel Gandolfo, si proseguirà a piedi fino al Saroli Club, sul lungo lago. L'incontro è previsto dalle ore 9.30 alle ore 13.30.

Al termine dello stesso, la Classi faranno ritorno alla stazione di Pantanella. Si consiglia di venire in abbigliamento sportivo, di indossare abiti non troppo pesanti e una giacca a vento. Munirsi di cambio di vestiario e scarpe. Gli studenti potranno utilizzare gli spogliatoi del Saroli Club.

I docenti accompagnatori saranno gli insegnanti di Scienze Motorie della Classe, più altri in servizio quel giorno, individuati dalla Vicepresidenza.

Per ciascuno studente è previsto un contributo di 5 euro, da consegnare al docente di Scienze Motorie, insieme all'autorizzazione, e al modulo di scarico di responsabilità, in allegato alla presente circolare.

Termine di scadenza per la consegna: venerdì 28 febbraio 2025.

Per ulteriori chiarimenti rivolgersi alla docente referente, Prof.ssa Caracci Alice.

Di seguito il calendario degli incontri:

Giovedì 6 marzo: 4AC, 4BLC, 4ELC

Giovedì 13 marzo: 4AG, 4CLC, 4DLC

Giovedì 20 marzo: 4BLM, 4CP, 4 ALC

Giovedì 27 marzo: 4ALM, 4CLM

**Il Dirigente Scolastico
Fortunata Solvino**

(Documento prodotto e conservato in originale
Firmato digitalmente ai sensi dell'art.20del CAD e normativa successive)