



Istituto Comprensivo Statale
"Armando Diaz"
Meda (MB)

07 Ottobre 2026

Circolare numero 37

Progetto Benessere dello Studente: incontro con lo specialista di mindfulness, Alessio Bolzoni

Circolare n. 37 del 07/10/2026

A TUTTI I GENITORI

AI DOCENTI COINVOLTI

AGLI ALUNNI DELLE CLASSI QUINTE

delle Scuole Primarie "A. Diaz" e "Polo"

OGGETTO: Progetto Benessere dello Studente: incontro con lo specialista di mindfulness, Alessio Bolzoni.

Si comunica che, nell'ambito del Progetto **"Benessere dello studente"**, a partire dalla metà di ottobre, gli alunni delle **classi QUINTE** delle scuole Primarie seguiranno **tre incontri** per classe con lo specialista in neuroscienze e tecniche di mindfulness, Alessio Bolzoni.

Ciascun incontro avrà una durata di un'ora per sezione, con cadenza settimanale, e verterà sul tema **"Imparare a riconoscere le emozioni attraverso le neuroscienze e la mindfulness"**. Nello specifico, gli argomenti trattati saranno: conoscere il cervello, i nostri sensi e il nostro corpo, riconoscere le emozioni.

Le date e gli orari degli incontri saranno comunicati ad ogni classe dai rispettivi docenti.

Si ringrazia per la consueta collaborazione.

Il Dirigente Scolastico Dott.ssa Valeria Cereda Firma apposta, ai sensi dell'art. 3 comma 2 D. L.vo n. 39/93