



ISTITUTO COMPRENSIVO LASTRA A SIGNA



50055 Lastra a Signa Tel: Alunni 0553270137/02
 Affari generali 0553270151/39 Ufficio del Personale
 0553270141/42/43/01 Fax 0553270138
 email:fiic86900V@istruzione.it pec: fiic86900v@pec.istruzione.it
 Sito Web: [http:// www.iclastraasigna.edu.it](http://www.iclastraasigna.edu.it)



La segnatura di protocollo è allegata in separato file

Alle Scuole della Rete SPS
 All'Ufficio Scolastico Regionale per la Toscana
 Ufficio III
 c/a dott. Daniele Leporatti
 Alla Regione Toscana
 c/a dott.ssa Laura Aramini

Oggetto: Formazione per l'a.s. 2024-2025 nell'ambito delle azioni previste dalla rete SPS

Con la presente si ricorda che è stata pianificata una formazione regionale dedicata al tema individuato per l'anno in corso: "Salute, Alimentazione e Movimento per il Benessere Scolastico". La formazione è riconosciuta dal CODICE SOFIA 97135 e ha l'obiettivo di approfondire le tematiche chiave legate alla promozione del benessere scolastico, fornendo strumenti pratici e conoscenze specialistiche utili per il personale scolastico coinvolto.

Di seguito si riporta il calendario degli incontri formativi:

Titolo	Contenuti	Docente/i	Data	Ora
Alimentazione in un'ottica di genere https://bit.ly/formazioneSPSalimentazione	- La Promozione della salute in un'ottica di genere	Gianna Ciampi, Annalisa Grillo (UFC Promozione della Salute)	16 gennaio 2025	h. 17:00-19:00
	- Differenze di genere: un approccio personalizzato all'alimentazione	Rita Barbara Marianelli, Carlotta Benvenuti, Ylenia Milli, Rebecca Zagni (SOSD Dietetica Professionale-ATC)		

Mindful Eating: un approccio consapevole al cibo https://bit.ly/formazioneSPSMindful	<ul style="list-style-type: none"> - Promozione della Salute e alimentazione consapevole - Mindful eating: un nuovo approccio all'alimentazione 	Gianna Ciampi, Annalisa Grillo (UFC Promozione della Salute) Elena Mugnaini (SOSD Dietetica Professionale-ATC)	27 febbraio 2025	h. 17:00-19:00
Quante Piramidi https://bit.ly/FormazioneSPSPiramidi	<ul style="list-style-type: none"> - Conoscere tutte le piramidi disponibili per promuovere il benessere, la multiculturalità, la relazione e la sostenibilità 	Dott.ssa Gloria Turi	12 marzo 2025	h. 17:00-19:00
Salute ed Attività fisica nei giovani https://bit.ly/formazioneSPSattivita fisica	<ul style="list-style-type: none"> - Effetti sulla salute dell'attività fisica regolare 	Dott. Carmine Di Muro	03 aprile 25	h. 17:00-19:00
Attività fisica e salute mentale https://bit.ly/formazioneSPSsalutementale	<ul style="list-style-type: none"> - Focus sulla prevenzione e trattamento dell'uso di sostanze nei giovani - Esplorazione del ruolo dell'attività fisica nella salute mentale tra adolescenti e giovani adulti - Presentazione di studi sull'impatto positivo dell'esercizio fisico sulla gestione dello stress, dell'ansia e della depressione 	Dott. Pietro Carmellini	12 maggio 25	h. 17:00-19:00

L'avvio della formazione concordata con USR e Regione Toscana sarà preceduto da saluti istituzionali della dott.ssa Giovanna Bianco e dal Coordinatore regionale Daniele Leporatti.

Il Dirigente Scolastico
 Dott.ssa Eleonora Marchionni
 Documento firmato digitalmente ai sensi del D.Lgs. 82/2005 s.m.i.