



**Ministero dell'Istruzione**  
**Ufficio Scolastico Regionale per la Lombardia**  
Ufficio X Ambito Territoriale di Milano  
Via Soderini 24– 20146 Milano - Codice Ipa: m\_pi

Ai Dirigenti Istituti Comprensivi  
Statali e Paritarie  
Milano e Città Metropolitana

Ai Dirigenti Scolastici  
degli Istituti aderenti  
alla Rete delle Scuole che Promuovono Salute

A tutti i docenti referenti  
Promozione Salute

Oggetto: **Proposte associazione "FARE X BENE" - presentazione progetto Lovvati**

Attraverso il progetto "LOVVATI", l'Associazione FARE X BENE intende prevenire, educare e sensibilizzare gli alunni e le alunne, nonché gli adulti di riferimento, su quelli che possono essere definiti come i quattro passi fondamentali per il proprio e altrui ben-essere: accettazione di sé; stare bene con gli altri e con l'ambiente che ci circonda (fisico e online); una sana e corretta alimentazione e il benessere fisico/muoversi tutti i giorni.

Il progetto LOVVATI parte da questi temi fondamentali e prevede, **per le classi di quarta e quinta elementare e prima media alle quali si rivolge**, incontri in plenaria di due ore con esperti, in modalità multidisciplinare: psicologi (accettazione del sé e di chi è altro da me, alimentazione e autostima: il peso dello sguardo altrui, pregiudizi e apparenze, educazione alimentare e sviluppo identitario); nutrizionisti (cosa mangio, corretta alimentazione, disturbi alimentari, saper leggere e comprendere le etichette), esperti digital (prevenzione e uso sicuro, corretto e consapevole dei social e del web: bullismo e cyberbullismo: body shaming, fat shaming) e docenti di motoria (scacciare la pigrizia e muoversi tutti i giorni, la propriocettività, esercitazioni pratiche e schede di lavoro domiciliare).

A questo seguiranno altri incontri sempre di due ore con le singole classi, per un totale di 8 ore, per far lavorare alunni e docenti, partendo da materiali e kit ricevuti, contribuendo così, a loro volta, a creare materiali didattici di supporto. Sono previsti, inoltre, anche incontri con gli adulti di riferimento, genitori e docenti e personale ATA, insieme a tutti gli esperti coinvolti nel progetto.

Per ulteriori informazioni e per partecipare al progetto con la propria scuola si rimanda al sito: <https://lovvati.it/>

**IL DIRIGENTE DELL'UFFICIO X  
AMBITO TERRITORIALE MILANO  
Yuri COPPI**

*Firmato digitalmente ai sensi del Codice  
dell'Amministrazione digitale e norme ad esso connesse*

*Allegato:*

Responsabile del Procedimento: Yuri Coppi

Referente: LS

mail: [laura.stampini@posta.istruzione.it](mailto:laura.stampini@posta.istruzione.it)