

# Promozione di 30 minuti di attività fisica quotidiana per il benessere mentale e fisico di tutti, verso l'Olympic Day il 23 giugno 2023

*By Redazione Usrfvg*

*5 giugno 2023*

Il Ministero dell'Istruzione e del Merito - Direzione Generale per lo studente, l'inclusione e l'orientamento scolastico – e la Fondazione Milano Cortina 2026, in attuazione del Protocollo d'Intesa da loro sottoscritto, promuovono una **serie di iniziative legate all'attività fisica** partendo da due importanti appuntamenti, ossia il **4 giugno "Giornata nazionale dello sport"** e il **23 giugno "l'International Olympic Day"**.

In occasione di quest'ultima il Comitato Olimpico Internazionale lancerà la **campagna internazionale "Let's Move"**, un invito generale a mettersi in movimento.

L'adesione del tutto volontaria alla campagna potrà essere effettuata, a partire dal 1° giugno, tramite il sito Olympics.com e ai canali social delle Olimpiadi, dove si potranno acquisire elementi illustrativi sulla corretta modalità nel mantenere uno stile di vita attivo, a partire da 30 minuti al giorno di attività sportiva, nel percorso verso l'Olympic Day e oltre.

In allegato il file Let'sMoveSchoolsToolkitITA, il kit in italiano con tutte le indicazioni.

- [Nota USR FVG prot. 7115 \(file pdf 226 kb\)](#)
- [Allegato "Let'sMoveSchoolsToolkit" \(file pdf 2.755 kb\)](#)