



Servizio di Assistenza Psicologica Benessere Senza Rischio SAP – BSR
Responsabile Prof. Alessio Vieno

ASSERTIVAMENTE: DIRE DI NO SENZA SENTIRSI IN COLPA

Partecipa per:

- **Conoscere te stesso, il tuo valore e i tuoi limiti, anche nella relazione con l'altro**
- **Migliorare le tue capacità relazionali**
- **Gestire i timori e le difficoltà interpersonali che puoi incontrare quotidianamente**
- **Incrementare il senso di autoefficacia e autostima**



1° edizione:

**Lunedì 10, 17, 24, 31 Marzo e 7 Aprile
2025 dalle 17:00 alle 19:00 in PRESENZA**

Link Form:

<https://forms.gle/BQ1XQwU468ieoNfM7>



**Per iscriverti compila il Form Google!
Iniziativa riservata agli studenti
dell'Università di Padova
COSA ASPETTI? I POSTI SONO
LIMITATI!**

Per info e contatti:

Tel: 049 827 8494 Mail: sap.bsr.scup@unipd.it