



Centro  
di Ateneo  
Servizi  
Clinici  
Università  
Psicologici

**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 6, 13, 20, 27 Ottobre e 3 Novembre dalle 17:00 alle 19.00 - in PRESENZA**

**FORM:**  
<https://forms.gle/VnrGvQiMy71gK97t6>



**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**