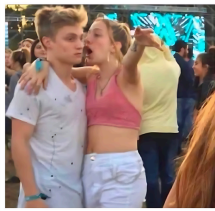


**Servizio di Assistenza Psicologica Benessere Senza Rischio SAP – BSR**  
**Responsabili Prof.ssa Claudia Marino**

# **Benessere off-online: prevenzione come soluzione!**

noi che cerchiamo  
di convincerti a  
partecipare



**Partecipa a questo gruppo se: ?**

- hai la sensazione di non poter fare a meno di controllare **COSTANTEMENTE** il tuo smartphone 📱
- se i pensieri su ciò che fai e vedi sui social media continuano a **OSSESSIONARTI** 💬
- se **NON RIESCI** a diminuire il tempo che passi a giocare ai videogiochi 🎮

*al punto che la tua vita universitaria ne sta risentendo 😞😞*

**link per l'iscrizione:**

**<https://forms.gle/wfmx26vu2n2ZybFz9>**

**Quando:**

**mercoledì 12, 19, 26 novembre  
e 10 dicembre dalle ore 17.15  
alle 19.15 - in presenza**

**con questo gruppo potrai ✨**

- riacquisire potere sul tuo smartphone in modo da controllarlo e non viceversa 📱
- acquisire competenze per navigare al meglio in rete e offline 🌐
- condividere con altre persone difficoltà e strategie tipiche dei comportamenti online 🗣️