



Mindfulness e punti di forza del carattere: due alleati per stare bene e riuscire all'Università

**Percorso per migliorare la consapevolezza di sé e riuscire
nello studio universitario**

Quanto sei presente nelle cose che fai?

Quali sono le tue migliori qualità e come le usi per raggiungere i tuoi obiettivi?

Hai mai pensato di partecipare ad un gruppo che ti aiuti a conoscerti meglio e
sviluppare il tuo potenziale nello studio?

8 INCONTRI ONLINE

**PRIMA DI INIZIARE
COLLOQUIO
INDIVIDUALE**

QUANDO

**16/23/30 OTTOBRE
2024**

06/13/20/27

NOVEMBRE 2024

04 DICEMBRE 2024

DALLE 17.30 ALLE 19.00

PER CHI

**TUTTI GLI
STUDENTI/SSE
ISCRITTI
ALL'UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI DI
PADOVA**

GRATUITO CON ISCRIZIONE OBBLIGATORIA (POSTI LIMITATI)

PER ISCRIVERSI:

[HTTPS://FORMS.GLE/ B7BNOSU31BSVAMJH8](https://forms.gle/B7BNOSU31BSVAMJH8)

PER MAGGIORI INFORMAZIONI:

WWW.SCUP.UNIPD.IT

SAP.AS.SCUP@UNIPD.IT

INFO.SAP.AS.SCUP@GMAIL.COM