



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

# **TIENI IL TEMPO: IMPARA A GESTIRE IL TUO TEMPO IN MODO EFFICACE**



**Partecipa per:**

- **Aumentare la consapevolezza degli ostacoli che interferiscono con il raggiungimento dei tuoi obiettivi**
- **Aumentare la capacità di conciliare i propri impegni**
- **Imparare strategie per la gestione del tempo**

**1° Edizione - Giovedì 23, 30 ottobre e 6 novembre dalle 12.30 alle 14.00**  
**- In presenza**

**FORM:**  
<https://forms.gle/3TAKcFwK7ugtqXny6>

**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](mailto:sap.bsr.scup@unipd.it)**