

Servizio di Assistenza Psicologica Benessere Senza Rischio SAP - BSR
Responsabili Prof. Claudia Marino e Alessio Vieno

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/8KbL9ScwDJTewYNF7>

Dove 📍 Via Belzoni 162

Quando 🕒

8 maggio dalle 15 alle 17
15 maggio dalle 15 alle 17
22 maggio dalle 15 alle 17
12 giugno dalle 15 alle 17

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 🗣️