



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:**

**FORM: <https://forms.gle/1K4SmstrJrJpqb29>**

**Quando**

**2° Edizione: 14, 21, 28 maggio e  
11 giugno dalle 17:00 alle 19:00**

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 🗣️



Contattaci a [sap.bsr.scup@unipd.it](mailto:sap.bsr.scup@unipd.it) per maggiori informazioni!

tel:049 827 8494

