



Il Servizio di Counseling Psicologico di Ateneo (SCPA) promuove il benessere psicofisico della popolazione studentesca, includendo azioni di prevenzione e supporto. Sono previsti convegni, workshop, webinar per studentesse e studenti. È previsto anche un programma di formazione per il personale docente e amministrativo (PTA), finalizzato a migliorare il riconoscimento dei segnali di disagio.

Lo staff di PRISMA e il SCPA invita tutto il Personale Tecnico Amministrativo ai Webinar pensati per migliorare la qualità di vita sul luogo di lavoro

I MERCOLEDÌ DEL BENESSERE!

-  **La comunicazione efficace: come interagire serenamente ed efficacemente con gli altri** [19 marzo 2025] Dott.ssa *Silvia Zoni*
-  **Gestione dello stress: istruzioni per l'uso** [9 aprile] Dott.ssa *Silvia Zoni*
-  **Connessi o disconnessi? Come portare avanti un atto consapevole per migliorare il proprio stile di vita** [14 maggio 2025] Dott.ssa *Claudia Cotti*
-  **Bilanciare lavoro e vita quotidiana: possibilità o scelta?** [11 giugno 2025] Dott. *Mariano Musci*

Orario dei webinar: 17.30 -19.00



counseling@unipr.it

Iscrizioni entro 5 giorni prima dell'evento, compilando il modulo:
<https://forms.office.com/e/wPPH1Q6HHu> o inquadrando il qr-code



Ministero
dell'Università
e della Ricerca



PRO-BEN



UNIVERSITÀ
DI PARMA