



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 vi invitano a partecipare a tutti i Webinar organizzati per voi!

### I GIOVEDÌ DEL BENESSERE!

- **Imparare ad imparare. Insieme per un metodo di studio** [28 novembre 2024, 16-18] Dott.ssa *Claudia Cotti*
- **Emozionarci: gestire e regolare le emozioni** [5 dicembre 2024, 16-18] Dott.ssa *Paola Ziliani*
- **Resilienza e riuscita universitaria** [9 gennaio 2025, 16-18] Dott. *Mariano Musci*
- **Benessere nelle relazioni: star meglio con gli altri per star bene con sé** [6 febbraio 2025, 16-18] Dott.ssa *Arianna Gatti*
- **Che ansia l'ansia!** [13 marzo 2025, 16-17] Dott.ssa *Maria Angela Pala*
- **Valori e scelte** [10 aprile 2025, 16-18] Dott.ssa *Vanessa Artoni*
- **L'O.R.A. del benessere: Ottimismo, Resilienza e Autostima guardando al futuro** [15 maggio 2025, 16-18] Dott. *Paolo Riseri*



[counseling@unipr.it](mailto:counseling@unipr.it)

Iscrizioni entro **5 giorni** prima dell'evento, compilando il modulo:  
<https://forms.office.com/e/ZcPw4ig6vM> o inquadrando il q-code



Ministero  
dell'Università  
e della Ricerca



UNIVERSITÀ  
DI PARMA