

# Connessi / Disconnnessi

*Tecnologie, relazioni e benessere nell'università*

## Calendario primo incontro

### **Milano NUOVE DATE**

- 16 giugno – ore 15:00–17:00, Aula NI.111 (Via Nirone)

### **Brescia NUOVE DATE**

30 giugno ore 15:00 – 17:00

### **Piacenza NUOVE DATE**

- 17 giugno – ore 14:00–16:00, Aula A28

### **Roma NUOVE DATE**

- 23 giugno – ore 13:00–15:00



**Date incontri successivi:** Milano, 23 giugno (9:30 - 12:30); 1 luglio (16-19) - Piacenza, 24 giugno e 1 luglio (10 – 13) Brescia e Roma date da definire.

## Chi

**Maria Giulia Olivari**, psicologa e psicoterapeuta, ha conseguito il dottorato di ricerca in psicologia ed è collaboratrice del Centro di Ricerca sulle Dinamiche Evolutive e Educative dell'Università Cattolica del Sacro Cuore. È docente a contratto presso la Facoltà di Psicologia.

**Barbara Bertani**, psicologa del lavoro e psicoterapeuta, esperta di psicologia dei gruppi. Coordinatrice del Servizio di Psicologia del Lavoro

## Cosa

Le tecnologie possono essere sia un'opportunità che un ostacolo nelle relazioni universitarie. Un uso eccessivo degli schermi può favorire l'isolamento, mentre gli strumenti digitali possono anche aiutare a mantenere legami, condividere risorse e superare le distanze. La sfida è trovare un equilibrio: usare la tecnologia come ponte, non come muro. Vuoi capire meglio come le tecnologie influenzano il tuo modo di relazionarti?

## Scopri la forza del gruppo e della consapevolezza digitale

## *Informazioni pratiche*

**Modalità:** in presenza

**Durata:** 1 incontro introduttivo di 2 ore e incontri successivi facoltativi per chi desidera proseguire il percorso

**Partecipazione gratuita.** Le iscrizioni resteranno aperte fino al raggiungimento del numero massimo di partecipanti.

## *Iscriviti qui*

 L'attivazione del laboratorio è subordinata al raggiungimento di un numero minimo di iscrizioni.