

# Connessi/Disconnessi

## *Tecnologie, relazioni e benessere nell'università*

Un laboratorio per scoprire e sviluppare le tue risorse interiori, riconoscere i tuoi punti di forza e imparare ad applicarli nella vita di tutti i giorni.

Dalla consapevolezza alla valorizzazione: per affrontare studio, relazioni e sfide personali con maggiore autenticità, energia e fiducia in te stesso

### Informazioni pratiche

**Modalità:** in presenza

**Durata:** 8 ore complessive, articolate in 3 incontri

**Dove:** da definire

**Quando:** 17/02 dalle 16:00 alle 19:00; 25/02 dalle 14:00 alle 17:00; 03/03 dalle 12:30 alle 14:30

**Partecipazione:** gratuita a numero chiuso *(il corso sarà attivato al raggiungimento di un numero minimo di partecipanti)*

### Iscriviti al laboratorio

 [Modulo di iscrizione](#)