

Tutori di Resilienza

Crescere e rafforzare le proprie risorse all'università

Percorso formativo pensato per supportare le studentesse e gli studenti nell'individuazione e valorizzazione delle proprie risorse personali, nella gestione delle sfide quotidiane e nella promozione della resilienza, in sé e negli altri. Il programma utilizza l'approccio P.E.A.R.L.S., basato su sei principi chiave, e propone attività orientate alla consapevolezza di sé, alla crescita personale e allo sviluppo di competenze relazionali finalizzate al sostegno reciproco.

Informazioni pratiche

Modalità: in presenza

Durata: 8 ore complessive, articolate in 3 incontri

Dove: Sede San Francesco Aula SF 011

Quando: 16/4, 23/04/26 dalle 15:30 alle 18:30; 07/05/26 dalle 15:30 alle 17:30

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

 **Iscriviti al laboratorio**

 [Modulo di iscrizione](#)