

vi-C@NNETTERSI

Lo Sportello, con **accesso su prenotazione**, si trova in via Marchesi 37/A (sede Centro per le Famiglie) a Parma.
Per prenotare **un appuntamento**, occorre scrivere all'indirizzo e-mail **sportellogaming@ausl.pr.it**.
Lo sportello sarà attivo il venerdì pomeriggio dalle 14 alle 18.



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Parma



Comune di Parma



vi-C@NNETTERSI

SPORTELLO DIPENDENZE TECNOLOGICHE

Lo sportello del Distretto di Parma per prevenire le dipendenze tecnologiche

Servizio Ausl di Parma in collaborazione con il Centro per le Famiglie del Comune di Parma

INFO
www.ausl.pr.it
f @auslparma
Azienda Usl di Parma

ZZUPER!



MISTO
Carta da fonti gestite
in maniera responsabile
FSC® C130220

**Campagna di sensibilizzazione
contro il gioco d'azzardo.**

Progetto finanziato dalla Regione Emilia-Romagna.
www.comune.parma.it/parma.salute

Dipendenze TECNOLOGICHE

Sei sempre on line? Non riesci a fare a meno del tuo pc, tablet o smartphone? I video giochi sono la prima cosa a cui pensi quando ti svegli e l'ultima quando ti addormenti? Questi comportamenti potrebbero essere collegati a **una nuova forma di dipendenza, chiamata dipendenza tecnologica**. Ne soffrono sempre più persone, soprattutto giovani e giovanissimi e, come per tutte le dipendenze, per uscirne potresti aver bisogno d'aiuto.

Riconosci i campanelli d'allarme

Ecco una serie di **comportamenti che possono essere associati a una forma di dipendenza tecnologica**:

- Molte ore trascorsa in rete
- Ansia e stress se scollegati
- Connessioni notturne prolungate
- Problemi con il sonno
- Attività fisica ridotta
- Scarsa partecipazione alla vita familiare e sociale
- Irritabilità o rabbia
- Isolamento
- Disinteresse per attività non collegate alla rete
- Ripercussioni sulle attività lavorative e di coppia

ri-C@NNETTERSI
SPORTELLO DIPENDENZE TECNOLOGICHE

lo sportello per prevenire e curare le dipendenze tecnologiche

Per tutti i residenti del Distretto di Parma è attivo lo **sportello "ri-C@NNETTERSI"** gestito da personale qualificato e coordinato dal SerDp di Parma. **Possano rivolgersi** al servizio i **ragazzi/e ma anche i genitori, amici, insegnanti** che desiderano avere una consulenza o semplici consigli pratici per aiutare chi presenta questo problema.

Obiettivo:
prevenire la
dipendenza o
affrontarla con
l'aiuto di esperti

♥ 157

