



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



Comune di Parma



-C@NNETTERS!

SPORTELLO DIPENDENZE TECNOLOGICHE

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.

Lo sportello del Distretto di Parma per prevenire le dipendenze tecnologiche

Dipendenze TECNOLOGICHE

Sei sempre online? 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

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

-C@NNETTERS!

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@NNETTERS!"** gestito da personale qualificato e coordinato dal SerDp di Parma. **Possono rivolgersi** al servizio **ragazzi/e ma anche i genitori, amici, insegnanti** che desiderano avere una consulenza o semplici consigli pratici per aiutare chi presenta questo problema.

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

Campagna di sensibilizzazione contro il gioco d'azzardo.
Progetto finanziato dalla Regione Emilia-Romagna.
www.comune.parma.it/parma.salute



MISTO
Carta da fonti gestite in maniera responsabile
FSC® C130220