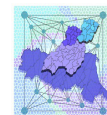


SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Parma



REGIONE EMILIA ROMAGNA - PROVINCIA DI PARMA
UFFICIO DI PIANO
DISTRETTO DI FIDENZA
Piazza G. Garibaldi 25, 43036 Fidenza (PR) - Tel. 0524/517403; 517376
ufficiodipiano@comune.fidenza.pr.it

reSTART



Lo Sportello, con **accesso su prenotazione**, si trova in via Berenini 153 (nella sede del SerDP) di Fidenza. Per prenotare **un appuntamento**, occorre chiamare il numero di telefono **339 6860334** il lunedì e giovedì dalle 13.30 alle 16.30 o scrivere all'indirizzo e-mail **sportellorestart@ausl.pr.it**.

In certi casi, possono essere programmate anche **visite domiciliari**, sia con i ragazzi direttamente coinvolti sia con i loro familiari.

Lo sportello del Distretto di Fidenza 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

reSTART

lo sportello per prevenire e curare le dipendenze tecnologiche

Per tutti i residenti del Distretto di Fidenza è attivo lo **sportello "ReStart"** gestito da personale qualificato e coordinato dal SerDp di Fidenza. **Possano 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.



MISTO
Carta da fonti gestite
in maniera responsabile
FSC® C130220

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

Servizio di Ausl Parma,
in collaborazione con
l'Ufficio di Piano e Centro
per le famiglie | ASP
Distretto di Fidenza