

Sei preoccupato  
per un esame?

Hai difficoltà a  
concentrarti sullo studio?

Hai paura di fallire?

Sei bloccato dall'ansia?

Vieni agli incontri degli **Ansiosi Anonimi**:  
potrai incontrare e confrontarti con ragazze  
e ragazzi come te, con problemi simili. Con  
la mediazione di un esperto, potrai acquisire  
strategie per gestire l'ansia in modo positivo



**UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI  
DI UDINE**

hic sunt futura

Ogni primo mercoledì  
del mese, ore 13-14  
da ottobre a giugno  
Palazzo di Toppo  
Wassermann,  
via Gemona 92, Udine

**Vieni quando vuoi,  
vieni quando puoi!  
Non serve iscrizione,  
non serve prenotazione...  
basta l'ansia!**





## Help!

Il gruppo dell'Università  
degli Studi di Udine (Official!)



## Il blog di agiata-mente

[www.agiatamente.blogspot.it](http://www.agiatamente.blogspot.it)



## E.U.F. k.a.

I laboratori sulle life-skills



## Consulenza psicologica

[psicologo@uniud.it](mailto:psicologo@uniud.it)



**UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI  
DI UDINE**

**hic sunt futura**

## Agiatamente

Prevenzione del disagio  
e promozione del benessere  
in ambito universitario

## Area Servizi agli Studenti

via Gemona 92, Udine  
tel. 0432 556215  
[studenti@uniud.it](mailto:studenti@uniud.it)

