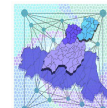




SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Parma
Azienda Ospedaliero - Universitaria di Parma

ASP
AZIENDA PUBBLICA DI SERVIZI ALLA PERSONA
DISTRETTO DI FIDENZA



REGIONE EMILIA ROMAGNA - PROVINCIA DI PARMA
UFFICIO DI PIANO
DISTRETTO DI FIDENZA
Piazza G. Garibaldi 25, 43026 Fidenza (PR) - Tel. 0524/517403; 517376
ufficiodipiano@comune.fidenza.pr.it

RESTART 2.0



Lo Sportello, con **accesso su prenotazione**, si trova in via Don Enrico Tincati n. 5, presso l'Ospedale di Vaio di Fidenza. Per prenotare **un appuntamento**, occorre chiamare o inviare un Whatsapp al numero **331 3614673** 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 on line? Non riesci a fare a meno del tuo pc, tablet o smartphone? I video giochi o i social media 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 trascorse in rete
- Ansia, stress e irritabilità quando si è sconnessi
- Connessioni notturne prolungate
- Alterazione del sonno
- Attività fisica ridotta
- Scarsa partecipazione alla vita familiare e sociale
- Isolamento
- Disinteresse per attività non collegate alla rete
- Ripercussioni sulle attività scolastiche o lavorative
- Ripercussioni sulle relazioni interpersonali

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

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

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



MISTO
Carta | A sostegno della gestione forestale responsabile
FSC® C130220

RESTART 2.0

lo sportello per prevenire e curare le dipendenze tecnologiche

Per tutti i residenti del Distretto di Fidenza è attivo lo **sportello "ReStart 2.0"** gestito da personale qualificato e coordinato dal SerDp di Fidenza. **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.