

VIVERE IL DIGITALE: RISCHI, SFIDE E OPPORTUNITÀ PER IL BENESSERE

Programma del Seminario

14:15 - Saluti Istituzionali e Introduzione

Prof.ssa Michela Rimondini, Università di Verona
Prof.ssa Valeria Donisi, Università di Verona

14:30 - Utilizzo problematico dei Social Media: risultati e prospettive dal progetto SMART

Prof.ssa Elisa Delvecchio, Università di Perugia
Prof. Agostino Brugnera, Università di Bergamo
Prof.ssa Valeria Donisi, Università di Verona

15:15 - Benessere digitale tra mente, corpo e relazioni

Modera: Prof.ssa Cinzia Perlini, Università di Verona

Prof.ssa Laura Salerno, Università di Palermo

Relazioni interpersonali e strumenti digitali: esclusione, inclusione e nuove forme di ostracismo digitale

Dott.ssa Arianna Muscolino, Università di Palermo

Digital stress e technostress: iperconnessione e benessere nell'era digitale

Dott.ssa Valentina Cavedon, Università di Verona

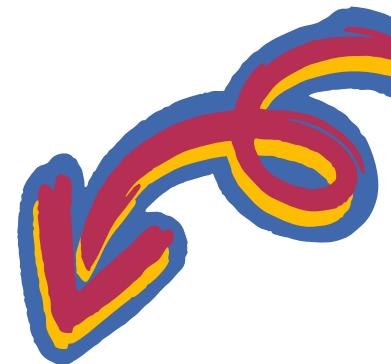
Riconnettersi al movimento: attività fisica nell'era digitale

16:15 - 17:00 - Dialogo tra esperte: verso una cultura del benessere digitale nei contesti universitari

Prof.ssa Claudia Mazzeschi, Università di Perugia

Prof.ssa Lidia Del Piccolo, Università di Verona

Modera e chiude i lavori: Prof.ssa Michela Rimondini,
Università di Verona



9 febbraio 2026

14:15 - 17:00

**Università di
Verona
Aula SPA
Silos di Ponente
Via Cantarane 24**

Per iscriversi
gratuitamente al
seminario:



**SMART
PROJECT**

Per informazioni: valeria.donisi@univr.it