

*Hai mai avuto la sensazione che le giornate non bastino mai?  
Ti capita di accumulare studio, sentirti sopraffatto o faticare a concentrarti?  
Questo percorso è pensato proprio per te!*

# GESTIONE DEL TEMPO DI STUDIO E BENESSERE

Attività di tutorato e formazione rivolta agli studenti che desiderano migliorare l'organizzazione dello studio, ridurre lo stress e trovare un equilibrio tra impegni universitari e benessere personale.

Di cosa mi occupo:

- METODO DI STUDIO E ORGANIZZAZIONE DEL TEMPO
- FOCUS SU OBIETTIVI REALISTICI PER OGNI SESSIONE DI ESAMI
- UTILIZZO DELLE RISORSE CHE L'UNIVERSITÀ METTE A DISPOSIZIONE
- MOTIVAZIONE E BENESSERE

PER ORGANIZZARE GLI INCONTRI SCRIVI A:

Vittoria Pietropaolo

Studentessa tutor POT del Dipartimento di Giurisprudenza

[v.pietropaolo@student.unisi.it](mailto:v.pietropaolo@student.unisi.it)

Gli incontri si terranno nella Stanza 38, 2° piano del Presidio Mattioli oppure, se lo preferisci, nella seguente stanza virtuale: <https://meet.google.com/iyr-wosr-qso>

## SCRIVI SUBITO, LE ORE A DISPOSIZIONE SONO 12 FINO AD ESAURIMENTO!

**Seguici su Instagram alla pagina**

<https://www.instagram.com/tutor.giurisprudenza.unisi/>

**Vedi il calendario aggiornato dei ricevimenti ai seguenti link**

<https://www.unisi.it/tutor-pot-pls> - <https://www.unisi.it/tutor-general>