



## Proben Moebius

*Azioni di prevenzione primaria finalizzate al benessere delle studentesse e degli studenti*

### Workshop

*Strategie per la promozione del benessere*

# IL PERDONO

Intervengono:

**Cristina Cabras**, Università degli Studi di Cagliari

**Enrico Euli**, Università degli Studi di Cagliari

**Camillo Regalia**, Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano

**Pietro Pietrini**, Scuola IMT Alti Studi Lucca

**Gennaro Pica**, Università degli Studi Camerino

**Çağla Girgin Buyukbayraktar**, Selçuk University

**Piergiacomo Zanetti**, Pontificia Facoltà Teologica di Cagliari

**Stefano Cossu**, Università degli Studi di Cagliari

**Francesca Cortesi**, Università degli Studi di Cagliari

**Antioco Floris**, Università degli Studi di Cagliari

Coordinamento e Question Time gestito dalle e dai rappresentanti delle studentesse e degli studenti



**UNICA**

UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI  
DI CAGLIARI

Dipartimento di  
Pedagogia,  
Psicologia, Filosofia



**21 marzo  
2025**



**Ore  
10:00 - 19:00**



**Aula Magna  
Motzo**

**Facoltà di Studi  
Umanistici**

Riconoscimento di  
CFU nell'ambito  
dei corsi di studio

**REGISTRATI**

<https://forms.gle/uc7A2bc8YbDs6nmq5>





## WEBINAR DI EDUCAZIONE ALIMENTARE

*Strategie alimentari per promuovere  
salute e qualità della vita:*

### ***Nutri il tuo Benessere***

Un appuntamento aperto a studenti e studentesse, docenti e a chiunque voglia approfondire l'importanza dell'alimentazione per il benessere fisico e mentale.

Durante l'incontro esploreremo strategie semplici e consapevoli per migliorare le abitudini alimentari quotidiane, con un focus su salute, energia e prevenzione.

**Evento aperto a tutti e tutte**



UNICA

UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI  
DI CAGLIARI



**3 Aprile  
2025**



**Ore  
18:00 - 19:00**



**Teams**

Scannerizza il  
QRCODE per entrare  
nel webinar, o salva  
il seguente link:  
[https://bit.ly/Teams-  
Nutri-il-tuo-Benessere](https://bit.ly/Teams-Nutri-il-tuo-Benessere)





## WEBINAR DI EDUCAZIONE ALIMENTARE

*Strategie alimentari per promuovere salute e qualità della vita:*

### ***Nutri il tuo Benessere***

Un appuntamento aperto a studenti e studentesse, docenti e a chiunque voglia approfondire l'importanza dell'alimentazione per il benessere fisico e mentale.

Durante l'incontro esploreremo strategie semplici e consapevoli per migliorare le abitudini alimentari quotidiane, con un focus su salute, energia e prevenzione.

**Evento aperto a tutti e tutte**

Relatrice: **Dott.ssa Sara Cannas.**



**UNICA**

UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI  
DI CAGLIARI



**29 Aprile  
2025**



**Ore  
18:00 - 19:15**



**Teams**

Scannerizza il  
QRCODE per entrare  
nel webinar, o salva  
il seguente link:  
[https://bit.ly/WEBINAR-  
EDUCAZIONE-  
ALIMENTARE](https://bit.ly/WEBINAR-EDUCAZIONE-ALIMENTARE)





## HYBRID INTERNATIONAL WORKSHOP Proben Moebius

*Primary prevention aimed at the well-being of  
academic students*

### **How are you?**

***The many faces of well-being in academic  
students***

#### Meet the Speakers

- **Prof Cristina Cabras**, Department of Pedagogy, Psychology, Philosophy, University of Cagliari. *Well-being in the university environment. Insights from international research*
- **Prof Szu-Ting Chen**, Graduate Institute of Philosophy National Tsing Hua University, Hsinchu. *A Philosophical Interpretation of Well-Being from a Cross-Cultural Perspective.*
- **Prof Natalia Lukianova and Prof Tatiana Konykhova**, School of Social Sciences at Tomsk Polytechnic University. *The concept of well-being in Russian religious philosophy*
- **Prof Mirian Agus** Department of Pedagogy, Psychology, Philosophy, University of Cagliari. *Hope in Young Adults: Relationships with Life Satisfaction, Personality, Emotions, and Stress. Insights from Italy, Russia, and Taiwan.*

Discussant **Prof Kai-Yuan Cheng**, Institute of Philosophy of Mind and Cognition, National Yang-Ming Chiao-Tung University, Taipei

**Register yourself**  
<https://forms.office.com/e/38YtNUseGE>



**UNICA**

UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI  
DI CAGLIARI



**April 28th  
2025**



**Time**

Taipei 3pm  
Hsinchu 3pm

Tomsk 2pm

Cagliari 9am



**In person**  
Institute of  
Philosophy of  
Mind and  
Cognition,  
National Yang-  
Ming Chiao-  
Tung University,  
Taipei



**In remote at  
link**  
<https://bit.ly/Howareyou-teams>





## Workshop Proben Moebius

Azioni di prevenzione primaria finalizzate al benessere delle studentesse e degli studenti

# Consapevoli Inter Connessioni

Presentazione del Programma **CIC** - UniCa  
*Uso consapevole dello smartphone e delle tecnologie digitali*

### Intervengono

**Cristina Cabras** (Università degli Studi di Cagliari)

**Carlo Atzeni** (Università degli Studi di Cagliari)

**Carla Mereu** (Università degli Studi di Cagliari)

**Stefania Cataudella** (Università degli Studi di Cagliari)

**Gianluca Marcialis** (Università degli Studi di Cagliari)

**Giorgio Sangiorgi** (Università degli Studi di Cagliari)

**Pietronilla Penna** (Università degli Studi di Cagliari)

Coordinamento e Question Time gestito dalle e dai rappresentanti delle studentesse e degli studenti



**UNICA**

UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI  
DI CAGLIARI



**16 aprile  
2025**



**Ore  
13:30 - 19:30**



**Aula 4B  
(Dipartimento  
di Pedagogia,  
Psicologia,  
Filosofia )**

**Facoltà di Studi  
Umanistici**

Riconoscimento di  
CFU nell'ambito  
dei corsi di studio

**REGISTRATI**



[https://forms.gle/FZ9  
BNtaAu1BsSV586](https://forms.gle/FZ9BNtaAu1BsSV586)