

**STRESSATI, INFELICI,
TRISTI O «DEPRESSI»
LA «MINDFULNESS» ATTRAVERSO
LA «MINDLESSNESS» DEL BUDDHISMO ZEN**

**TULLIO
GIRALDI**

ubik | **TERGESTEO
TRIESTE**

Galleria Tergesteo - Piazza della Borsa 15 | T 040 762947



**Stressati, infelici, tristi o «depressi»
La «mindfulness» attraverso la
«mindlessness» del Buddhismo Zen**

Tullio Giraldi

Con l'introduzione di
Giorgio Raspa e Luigi Grassi



**VENERDÌ
27 marzo
ORE 18:00**