

Semi di benessere:

iniziative di promozione della qualità della vita
nella comunità universitaria

La mostra di calligrafie in biblioteca del maestro Zen Thich Nhat Hanh fa parte di un progetto più ampio, StudentWell, inserito, a sua volta, nel progetto europeo EUniWell. Lo scopo è migliorare la qualità della vita degli studenti durante la loro esperienza universitaria. Sono previsti quattro interventi per e con gli studenti in quattro università europee.

All'Università di Firenze, dal 13 ottobre al 25 novembre, saranno organizzati due cicli di sette incontri - uno a distanza, l'altro in presenza - basati sugli insegnamenti Zen. Lavorando sul corpo, il rilassamento e l'ascolto profondo, sarà possibile per i partecipanti migliorare la concentrazione e trasformare il loro stato interiore.



Peace
in oneself
Peace
in the
World

SPAZIO RIGENERANTE

Al termine degli incontri di StudentWell sarà attivato uno spazio rigenerante, con incontri a partecipazione libera, aperti anche ai docenti e al personale tecnico amministrativo, per lavorare sulla qualità della vita nella comunità universitaria

Informazioni e iscrizioni:
StudentWell@gmail.com

