



I RICOSTRUTTORI  
COMO

L'Associazione "I Ricostruttori" organizza

## Presentazione del libro



*Non solo aria*

UN LIBRO DA RESPIRARE

Seguirà laboratorio esperienziale aperto a tutti

**Sabato 25 Marzo dalle ore 16 alle 18**

CONDUCONO GLI AUTORI SANTO PAPPALARDO E PAOLA BRUNI

In un'epoca caratterizzata da continue ansie e stress,  
un modo per rilassarci risiede  
in una pratica quotidiana: respirare

Museo Centro Civico Albate (Cascina Massée)  
Via S. Antonino n.4 INFO 3406712992  
[como@iricostruttori.org](mailto:como@iricostruttori.org) [www.iricostruttori.org/como](http://www.iricostruttori.org/como)