

# L'elogio della lentezza

## Giornata di meditazione di consapevolezza al Casale dei Cedri Resort Roma

Ci sono luoghi che meglio di altri riescono a far convivere il passato e il presente creando una benefica sensazione di irrealtà. Spesso, per riuscire in questo intento, gli spazi devono aver conservato la loro originaria natura. **Casale dei Cedri Resort** ha rispettato nel tempo la sua identità di signorile dimora di campagna volta all'ospitalità. Al di là del cancello la vita cittadina corre frenetica ed ammaliante, dentro tutto scorre in tranquillità. I tre ettari di parco, il romantico giardino all'italiana, le tre sole suite, dotate di ogni moderno comfort, lo rendono un luogo suggestivo, a pochi passi da San Pietro, dove godere di ritmi più leggeri in sintonia con il proprio sentire. Questo scenario, rispettando ed enfatizzando la sua identità, accoglie tra le molteplici attività, una giornata di meditazione di consapevolezza, per imparare a vivere il presente e riappropriarsi della "gentilezza amorevole" verso noi stessi e il mondo circostante. L'intensivo programma, condotto dalla dott.ssa Bianca Pescatori, psicoterapeuta e socia fondatrice del **Centro Italiano Studi Mindfulness** ([www.centromindfulness.net](http://www.centromindfulness.net)), è previsto per il 24 Aprile 2010 dalle 9.30 alle 18.00, intervallato da un piacevole pranzo biologico.

La quota di partecipazione è di euro 25,00 e comprende le spese per l'uso della sede "Casale dei Cedri", il pranzo e le bevande calde nelle pause. L'offerta per l'istruttore è a contributo libero.

### Per iscrizioni e informazioni:

+39 06.6385675

### Ufficio stampa Casale dei Cedri Resort

+39 06.6385675

+39 334 3480636

Una selezione di immagini può essere scaricata da [ftp.casaledeicedri.it](ftp://casaledeicedri.it)

Username: [resort](#)

Password : [photogallery](#)