



4 agosto 2019

## Le cene meditative di Mame Ostrichina

A cena per scoprire la magia che si cela in ogni piatto, allentare la morsa dello stress e acquisire consapevolezza di sé: è la promessa delle cene meditative proposte da Mame Ostrichina a Napoli, non un ristorante tout court, ma uno spazio dove il cibo è inteso come esperienza di gusto. Si parte con due appuntamenti estivi, il 12 e il 26 agosto, e si proseguirà per tutto l'autunno. Il format prevede un menu fisso di quattro portate, in cui ogni piatto viene raccontato da Monica Neri, ideatrice di Mame Ostrichina e commentato da Fatehbir Singh, maestro di Kundalini Yoga, la disciplina che aiuta a eliminare lo stress e fortificare il corpo e lo spirito. Si cena in silenzio, combinando respirazione, movimento e meditazione, rigorosamente senza alcolici, per liberare il vero potenziale che è in ogni essere umano. Info: 081-18165838.

**CORRIERE DEL MEZZOGIORNO**  
Gruppo RCS  
Tiratura: 20.000 copie



rassegna stampa a cura di

**dipunto•studio**  
uffici stampa | pr | eventi