

# MASTERCLASS SOBRE ESTILO DE VIDA SLOW

## Listado de recursos de apoyo



### LECTURAS RECOMENDADAS

- Honoré, Carl. *Elogio de la lentitud*. Editorial RBA Libros, S.A., 2017.
- Honoré, Carl. *Aprende a desacelerar en 30 días (cuaderno de ejercicios)*. Editorial RBA Libros, 2022.
- Rodríguez, Alejandra. *Slow Life: guía práctica para un auténtico cambio de vida*. Editorial Arcopress, 2017.

### OTROS RECURSOS RECOMENDADOS

- Entrevista de Alicia González a Carl Honoré sobre cómo vencer el virus de la prisa gracias al estilo de vida slow (puedes acceder a la entrevista [aquí](#))
- Entrevista de Alicia González a Alejandra Rodríguez sobre la filosofía slow como herramienta de transformación (puedes acceder a la entrevista [aquí](#))
- Congreso Online Movimiento Slow, organizado por Alicia González (puedes acceder a todos los contenidos del congreso inscribiéndote [en este enlace](#))
- Charla BBVA Aprendemos Juntos de Carl Honoré sobre estilo de vida slow y los beneficios de la lentitud (puedes escucharla [aquí](#))

