



HAPPY PEOPLE

THE NEW COLLECTION

SS 2024

Per essere felici..

HAPPY PEOPLE

Bastano cinque minuti di lentezza al giorno!
La calma e la tranquillità stimolano il cervello
a focalizzare le energie in modo efficace per costruire una vita
più serena e HAPPY!

THE NEW COLLECTION
SS 2024



h 8:00



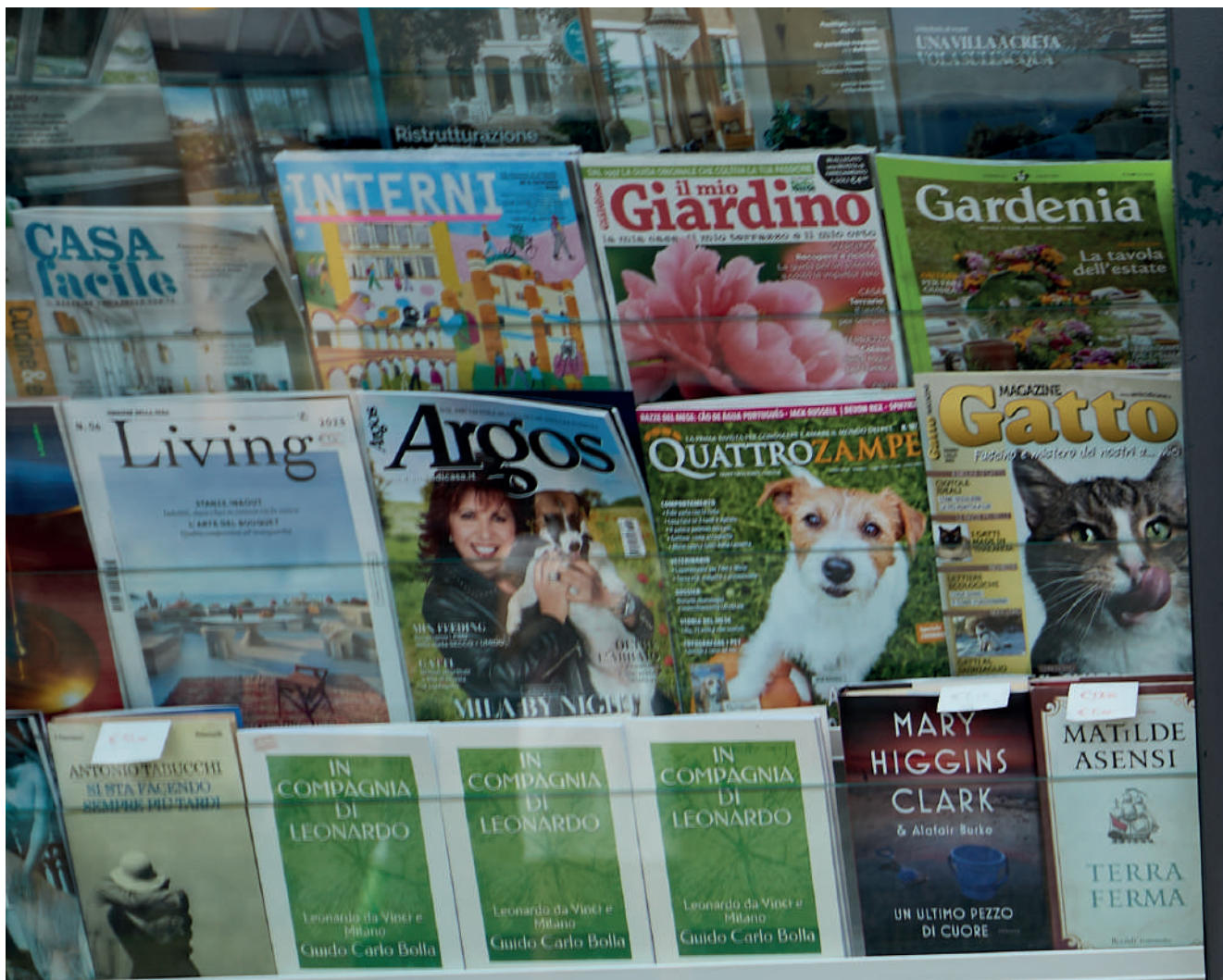
1. Svegliarsi con calma







2. Meditare per qualche istante







3. Pianificare gli impegni della giornata







H 8:30

4. Trovare pensieri POSITIVI

La nuova tendenza:

SLOW LIFE

Nel mondo frenetico di oggi, c'è una nuova
tendenza: la slow life!

Ma non pensare a una vita noiosa
e immobile. La slow life è come una danza
lenta sulla melodia della vita.

Puoi gustarti il tuo caffè mattutino senza
fretta e goderti l'abbraccio del sole.

Puoi leggere un libro senza dover sfogliare
le pagine come se fossi in una gara
di velocità.

Puoi persino passare del tempo a guardare le
nuvole e immaginare che siano popcorn
nel cielo!

La slow life è divertente e rilassante, senza
dubbio la velocità non è tutto!





H 9:00

Fare attività fisica..RIDENDO!







h 9:00



**La vera ricchezza si trova nella semplicità,
nel saper apprezzare le piccole cose
e nel vivere il presente.**







H 10:00





**Rallenta il ritmo frenetico della vita e gusta
ogni colazione con consapevolezza
e sorridi!**

La nuova tendenza:

SLOW LIVING









**Ecco cinque regole che
possono aiutarti a vivere una vita più
equilibrata e felice:**

1.Semplicità e minimalismo: focalizzati su ciò che è davvero importante per te.

Elimina ciò che non ti serve e cerca di semplificare la tua vita.

2.Praticare la consapevolezza:

Vivere il momento permette di goderti appieno le esperienze e di ridurre lo stress.

3.Ritmi naturali: Cerca di allinearti con i ritmi naturali della vita. Rallenta il tuo passo e cerca di apprezzare la bellezza del mondo intorno a te.

4.Cura di sé: Prenditi cura del tuo corpo, della tua mente e del tuo spirito. Concediti momenti di relax e riposo, e impara a dire di no quando necessario per proteggere il tuo benessere.

5.Relazioni significative: Coltiva relazioni autentiche e positive con le persone che ti circondano. Le relazioni sane e appaganti sono fondamentali per una vita lenta e felice.



h 11:00



La gioia è armonia tra le persone che tutti sentono nel cuore, e ci fa sentire la bellezza di essere insieme.







Relazioni da coltivare:

AMORE







h 11:00



**L'amore si manifesta attraverso gesti di
gentilezza e gratitudine verso gli altri e verso
noi stessi. Godere appieno dell'amore e della
bellezza che ci circondano.**

Distribuito da: I.T.C. srl.
Italian Textile Company
Via Quarto, 44
21010 Ferno (VA)
ITALY