

OSSERVA



Osserva intorno a te e trova qualcosa di bello che prima non avevi notato!

RINGRAZIA



Pensa ad una persona a cui vuoi dire grazie! Cosa ti ha donato?

RICORDA



Ricorda un momento felice vissuto con qualcuno e scrivilo.

ASCOLTA



Ascolta attentamente qualcuno che parla. Mostra che ci sei!

GUARDA MEGLIO



Guarda una situazione in modo diverso: cosa puoi scoprire di buono?

FIDATI



Fidati di qualcuno che ti accompagna nel cammino. Perché ti fidi di lui?

SPERA



Scrivi una cosa che aspetti con fiducia e ti fa sperare!

RALLENTA



Fermati un attimo, respira piano e goditi il silenzio.

UN GESTO



Fai un piccolo gesto gentile per qualcuno oggi.



**CARTA
ATTESA**

**CARTA
ATTESA**

**CARTA
ATTESA**

**CARTA
ATTESA**

**CARTA
ATTESA**

**CARTA
ATTESA**

**CARTA
ATTESA**

**CARTA
ATTESA**

**CARTA
ATTESA**