



## **Stylefulness®: come diventare consapevoli del proprio stile e trasformarlo in uno strumento di felicità.**

**Stylefulness®** è un'idea e un percorso di stile, consapevolezza e benessere ideato da **Tania Mazzoleni**, una vita nello scouting di bellezza e talento e un presente di ricerca per scoprire l'immagine e le *daily routine* di stile più giuste per ciascuno. L'obiettivo è identificare insieme un **nuovo punto di equilibrio** fra la **testa**, dove nasce il desiderio di cambiamento, il **cuore**, sorgente della consapevolezza, lo **spirito**, con le idee e i valori, e il **corpo**, che porta agli sguardi il nostro essere. In una vita in continua trasformazione, il baricentro va ridefinito ogni giorno: **il percorso di Stylefulness® identifica un metodo per far assomigliare la propria essenza a ciò che si mostra e sentirsi meglio, più sicure, pronte a confrontarsi su nuovi terreni e ad affrontare nuove sfide.**

La **Stylefulness®** è una **modalità di riflessione su sé stessi** che ha come obiettivo **liberare i talenti di ciascuno** attraverso un percorso di coaching. Passo dopo passo, ci si scopre capaci di superare le idee limitanti stratificate nel tempo e di (ri)costruire un'autentica autostima, l'energia per vivere al meglio ogni giornata. L'**immagine** e lo **stile** sono uno **strumento** e uno **specchio per raccontarsi al mondo** e, per questo, gli elementi primi che li compongono, come gli **abiti** o il **make up**, sono a loro volta strumenti preziosi per acquisire una vera **Stylefulness®**. Per metterli a punto uno a uno, Tania Mazzoleni ha definito **specifici percorsi** che ciascuno può scegliere per lavorare sugli aspetti più cruciali in base alla propria sensibilità.

Si può partire dal proprio **armadio**, capace di diventare, a volte, un vero e proprio *altro* con cui è difficile confrontarsi. Per affrontarlo, bisogna armarsi di ironia, riconoscere le cause della sua infelicità e curarlo insieme. Si può anche partire dalla **body confidence**, imparando a conoscere e guardare il proprio corpo con occhi nuovi attraverso **esercizi di meditazione** e piccole esperienze fondamentali, come imparare a scegliere le parole giuste per descriverlo. Questi e molti altri percorsi, componibili con **pacchetti personalizzati per ogni budget ed esigenza**, sono declinazioni della **Stylefulness®** e convergono tutti verso lo stesso obiettivo: **raggiungere una nuova consapevolezza, strada decisiva per trovare la propria forma di felicità.**

<https://www.taniamazzoleni.it/>