

Você ama o que faz e faz o que ama?

DOMINGO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO

FRASE DA SEMANA

.....
.....
.....
.....

MEUS CAPITAIS

- Trabalhar
- Alimentação saudável
- Atividade física
- Sono de qualidade
- Relações familiares
- Relações amorosas
- Conversar com amigos
- Lazer
- Estudar ou ler
- Fazer algo só meu
-
-
-

APRENDIZADOS DA SEMANA

SEJA SEU
PRÓPRIO
INCENTIVO

.....
.....
.....
.....
.....

"A importância do equilíbrio dos capitais no dia-a-dia é fundamental para a longevidade. Nossa vida é um banco, se você não poupa hoje, ficará sem capitais no futuro. Os capitais são conhecimento, finanças, relações familiares, amorosas, amizades, saúde do corpo, saúde da mente. Distribua sua ocupação em todas estas áreas, para usufruir hoje e lá na frente na sua vida." **Giselle Lukashevich**

Cecília Bettero 


 **GISELLE LUKASHEVICH**
@gisellelukashevich