

HABITE seu corpo

Na mente, equilíbrio

Meditar 10 minutos pode mudar seu dia.

Ocupe bem cada
cômodo e deixe o
comodismo do
lado de fora

No quarto, seu espaço

Relaxar também
é se divertir do
seu jeito.

Na sala, superação

Troque a inércia
do sofá pelo
movimento no
tapete.

Na cozinha, alegria

Cozinhe mais
vezes para
ter uma vida
mais gostosa.

Saiba como morar melhor em si. Acesse dorconsultoria.com.br/habite-seu-corpo e vire a chave para a sua saúde.

DOR