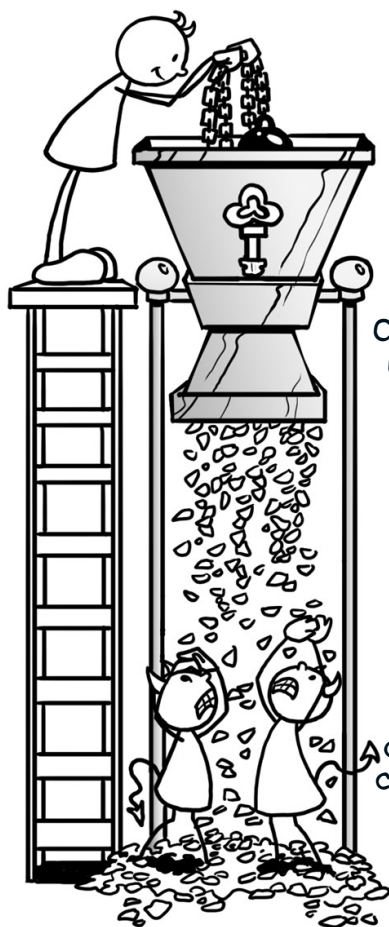




Não deixe que maus hábitos arrastem vocês para baixo.



Com perseverança e autodisciplina, e um pouco de ajuda, você conseguirá esfaquear as cadeias de qualquer mau hábito e transformá-lo em confete. Do mesmo jeito, pode substituir os maus hábitos com bons hábitos duradouros, que não podem ser facilmente quebrados.

