

```
<!DOCTYPE html>
<html lang="pt-BR">
<head>
  <meta charset="UTF-8">
  <meta name="viewport" content="width=device-width,
initial-scale=1.0">
  <title>NutriBem - Promovendo Saúde e Bem-Estar</title>
  <link rel="stylesheet" href="styles.css">
</head>
<body>
  <header>
    <h1>NutriBem</h1>
    <p>Promovendo Saúde e Bem-Estar</p>
  </header>

  <section id="sobre">
    <h2>Sobre a NutriBem</h2>
    <p>A NutriBem é dedicada a promover a saúde e bem-estar através
de um acompanhamento nutricional personalizado. Com uma abordagem
holística, nossa missão é ajudar você a alcançar seus objetivos de saúde
e viver uma vida mais equilibrada.</p>
  </section>

  <section id="servicos">
    <h2>Serviços Oferecidos</h2>
    <ul>
      <li>Consultoria Nutricional Personalizada</li>
      <li>Planos Alimentares Específicos</li>
      <li>Acompanhamento para Emagrecimento</li>
      <li>Nutrição Esportiva</li>
      <li>Reeducação Alimentar</li>
    </ul>
  </section>

  <section id="vantagens">
    <h2>Vantagens e Benefícios</h2>
    <p>Na NutriBem, você recebe atendimento individualizado,
acompanhamento contínuo para melhores resultados e planos alimentares
adaptados ao seu estilo de vida. Resultados comprovados por clientes
satisfeitos!</p>
  </section>

  <section id="contato">
    <h2>Entre em Contato</h2>
    <p>Agende sua consulta e comece sua jornada rumo à saúde!</p>
  </section>
</body>
</html>
```

```

    <form action="#" method="post">
      <label for="nome">Nome:</label>
      <input type="text" id="nome" name="nome" required>

      <label for="email">Email:</label>
      <input type="email" id="email" name="email" required>

      <label for="mensagem">Mensagem:</label>
      <textarea id="mensagem" name="mensagem" required></textarea>

      <button type="submit">Enviar</button>
    </form>
  </section>

  <footer>
    <p>(c) 2024 NutriBem</p>
    <p>Rua da Saúde, 123 - Centro, Cidade | (XX) XXXX-XXXX |
contato@nutribem.com</p>
    <p>Siga-nos nas redes sociais:
      <a href="#">Instagram</a> |
      <a href="#">Facebook</a>
    </p>
  </footer>
</body>
</html>

```

```

body {
  font-family: Arial, sans-serif;
  margin: 0;
  padding: 0;
  line-height: 1.6;
}

header {
  background-color: #4CAF50;
  color: white;
  text-align: center;
  padding: 20px;
}

section {
  padding: 20px;
}

```

```
}

h2 {
  color: #333;
}

ul {
  list-style-type: none;
  padding: 0;
}

li {
  background: #f4f4f4;
  margin: 5px 0;
  padding: 10px;
  border: 1px solid #ddd;
}

form {
  display: flex;
  flex-direction: column;
}

form label, form input, form textarea, form button {
  margin-bottom: 10px;
}

form input, form textarea {
  padding: 10px;
  border: 1px solid #ddd;
}

form button {
  padding: 10px;
  background-color: #4CAF50;
  color: white;
  border: none;
  cursor: pointer;
}

footer {
  background-color: #333;
  color: white;
  text-align: center;
  padding: 10px;
}
```

```
@media (max-width: 600px) {  
  header, section, footer {  
    padding: 10px;  
  }  
}
```