

# DIA 5

DATA:

## AFIRMAÇÃO

EU DECIDO.

## CITAÇÃO

“QUANDO VOCÊ SENTIR VONTADE DE DESISTIR ... PENSE POR QUE VOCÊ COMEÇOU.” - DESCONHECIDO

## EXERCÍCIO ESCRITO

COMO POSSO INCORPORAR MÍDIA E LITERATURA SAUDÁVEIS EM MINHA VIDA DIÁRIA?

EXISTEM FONTES NEGATIVAS / IMPRODUTIVAS QUE DEVO ELIMINAR DA MINHA VIDA?