

O janeiro Branco alerta para a importância de começar esse novo ciclo de forma mais saudável e tranquila.

Cuidar das emoções deve ser o primeiro objetivo para o ano que se inicia, já que todas as outras conquistas dependem de estabilidade psicológica.

Um efetivo controle emocional é a chave para alcançar uma vida plena e cheia de realizações.



