

Boas Festas e que venha 2016!



*Está chegando a hora.*

*Aquele momento mágico em que as esperanças se renovam.*

*Em 2016, ame muito.*

*Dê carinho a todos que você gosta e descubra novas paixões.*

*Mas, acima de tudo, cuide do seu coração.*

*Passe mais momentos com a sua família.*

*Ela é a coisa mais importante da sua vida. Mas não esqueça de exercitar também a harmonia com seu próprio corpo.*

*Comemore. Junte os amigos e celebre tudo que der vontade.*

*Faz um bem danado. Mas reserve aquele tempinho para ficar sozinho e bater aquele papo com você mesmo.*

*Permita-se um pouco mais e aproveite os sabores da vida.*

*Mas lembre-se que, sim, sua alimentação diz muito sobre você.*

*Faça planos, sonhe sem limites.*

*Mas cuide sempre do seu sono para estar bem e realizar tudo o que você planejou.*

*Tudo de bom que está reservado para você neste ano novo depende de uma vida saudável. E é isso que a Unimed-Rio mais deseja para você: um 2016 cheio de saúde!*

CUIDAR DE VOCÊ. ESSE É O PLANO.

