★ Desafio Valente ★



Quantos mandamentos você consegue cumprir nesta semana? Marque um **X** em cada dia que você conseguir!

Mandamento	Seg	Ter	Qua	Qui	Sex	Sáb	Dom
1. Alegria							
2. Boa postura							
3. Exercício							
4. Segurança							
5. Comer bem							
6. Sol na medida							
7. Dormir cedo							
8. Respeito							
9. Eu me cuido							
10. Sou verde							