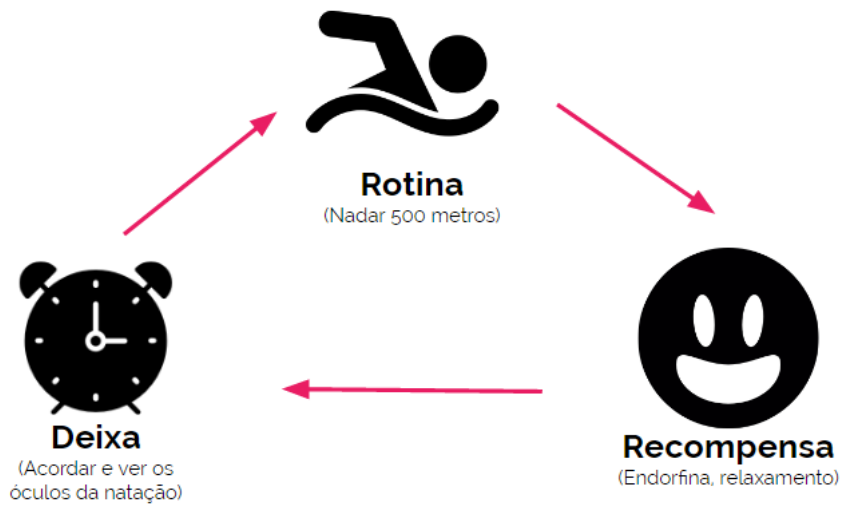


Seu Loop do hábito

Nesta aula vimos que o Lucas criou um Loop do Hábito para ajudá-lo a frequentar as aulas de natação:



Pensando nisso, crie um Loop do Hábito para te ajudar a criar ou melhorar um hábito.