

 10

Mudança de atitude definitiva

Como estudo complementar, entre no link para ler um artigo sobre o poder do hábito:

<http://www.resenhavirtual.com.br/blog/o-poder-habito-charles-duhigg> (<http://www.resenhavirtual.com.br/blog/o-poder-habito-charles-duhigg>).

Temos também um curso sobre o assunto se te interessar!