



**DEFINA A SUA META,  
NÃO O SEU LIMITE**



nithianogueira • Segundo



nithianogueira Busque transformar tudo aquilo que é importante em metas. Inicie com pequenas metas, assim é possível garantir um começo e chegar onde deseja. Metas são impostas para definir suas estratégias e objetivos.

Acima de tudo, são fatores importantes para que você realize seus sonhos!

Lembre-se, não imponha limites, siga o ritmo do seu corpo e mente, eles são os seus guias. Mesmo que pareça difícil, nunca desista. Quando algo sair da curva, tente detectar o erro e mude. .

.  
. .  
. .  
. .



11 curtidas

11 DE AGOSTO



Adicione um comentário...

Publicar

# Palco Virtual IC

Programação  
on-line e ao vivo

10 a 14 de novembro



itaucultural • Seguindo



itaucultural As programações on-line não param!

De 10 a 14 de novembro, acontece o "Dança agora: movendo tempos e trajetórias".

Durante cinco dias, o evento conta com apresentações de artistas de todas as regiões do país, além de conversas e aulas.

Clique no link na bio e reserve seus ingressos.

4 sem



dearprudence\_ @anderson.mrcs @claudineisevegnani



249 curtidas

29 DE OUTUBRO



Adicione um comentário...

Publicar



OCUPAÇÃO

# SUELI CARNEIRO

## “Geledés como referência”

O site Géledes se tornou referência de espaço sobre produções e divulgações de conteúdos voltados para a luta feminista e antirracista.



itaucultural • Seguindo



Uma grande conquista na história de Sueli Carneiro foi a criação do Geledés – Instituto da Mulher Negra, um espaço solidário para ativistas.

O Geledés virou um espaço para acolher mulheres negras e debater assuntos que são tabu. O instituto aborda, ainda, o acesso à informação jurídica para a população, buscando combater a violência racial, sexual e doméstica, com o programa “Promotoras legais populares” (PLPs).

Confira a “Ocupação” de Sueli no Itaú Cultural, que está imperdível. São os últimos dias para aproveitar!

@casasuelicarneiro @carneiro956

4.com



413 curtidas

27 DE OUTUBRO



Adicione um comentário...

Publicar



## ÁGUA MICELAR NO SKINCARE



marimunizderma • Seguindo



marimunizderma Você tem o costume de inserir a água micelar em sua rotina de skincare?

A água micelar pode ser utilizada em qualquer horário do dia, sendo o tipo de produto ideal para remover até mesmo resíduos externos do ambiente, como maquiagem, impurezas da poluição do ar, além de impurezas relacionadas às funções naturais da pele, como sebo, suor, descamação, etc.

E você, já sabia dos benefícios deste produto? 🙋



1.372 visualizações


4 DE OUTUBRO



Adicione um comentário...

Publicar





ALGUÉM PARA SE ORGULHAR  
ALGUÉM PARA SE AGRADECER  
ALGUÉM PARA SE AMAR  
**FELIZ DIA DOS PAIS**



ONCO  
YWATA  
ONCOLOGIA CLÍNICA



oncoywata • Seguindo



**oncoywata** "Pai é um homem comum dando o melhor de si para cumprir a tarefa de um super-herói".

Nessa data especial, nós da Clínica Onco Ywata parabenizamos à todos os pais que com seu cuidado, coragem e proteção, são sinônimos de inspiração, amor e esperança!

Parabéns a todos que desempenham com amor e responsabilidade este grande papel.

Feliz Dia dos Pais!

#diadospais

16 sem



16 curtidas

8 DE AGOSTO



Adicione um comentário...

Publicar



## Tipos de decotes e os seus efeitos

Deslize para o lado



polytechbrasil • Seguindo



**polytechbrasil** Existem uma enorme variedade de decotes que têm o poder de valorizar, alongar e até afinar a silhueta! Entender um pouquinho sobre esse assunto pode ser imprescindível na hora de montar uma produção!

No entanto, o mais importante é que cada mulher conheça sua silhueta e peculiaridades, tal como pontos fortes e fracos. Pensando nisso, nós listamos algumas sugestões de decotes e os efeitos que podem ser conquistados em quem usa.

👉 Arraste para o lado e anote as dicas para arrasar nos próximos looks!



19 curtidas

14 DE SETEMBRO



Adicione um comentário...

Publicar



msi\_hospitalar • Seguindo



**msi hospitalar** Hoje é o Dia Internacional do Farmacêutico, um profissional multidisciplinar e que atende em diversas frentes com empenho, conhecimento e dedicação!

"Ser farmacêutico é valorizar a vida, cuidar da saúde do próximo e fazer da profissão um meio de disseminar orientação, informação de qualidade e bem-estar".

Nós da MSI Hospitalar parabenizamos a todos os farmacêuticos que trabalham com dedicação realizando um serviço essencial para a sociedade! 🍌

#diainternacionaldofarmaceutico



19 curtidas

25 DE SETEMBRO



Adicione um comentário...

Publicar

## CURIOSIDADES SOBRE OS MOTORES ELÉTRICOS

STAUM.MAQ



staummaq • Seguindo



O motor elétrico é bastante usado nas indústrias, sem eles as máquinas não funcionariam. Além de terem outras diversas funcionalidades.

Veja algumas curiosidades sobre esse equipamento:

- Sua eficiência depende de cálculos precisos;
- O motor de corrente alternada proporciona ótimo desempenho.

Saiba mais sobre esses motores em [www.staumaqq.com.br](http://www.staumaqq.com.br).

#motoreselétricos #industrias



98 curtidas

16 DE JULHO



Adicione um comentário...

Publicar