

# FAZ-TE À VIDA HOMO FLIX



**Levanta-te do sofá  
e volta à tua verdadeira natureza humana.**  
Pratica atividade física e faz uma alimentação saudável.  
**Cuida do teu coração.**

Com o apoio de:



Fundação  
Portuguesa de  
Cardiologia

# FAZ-TE À VIDA H MO GAMER

**Larga o joystick  
e volta à tua verdadeira natureza humana.  
Controla o teu peso e evita o stress excessivo.  
Cuida do teu coração.**

Com o apoio de:



Fundação  
Portuguesa de  
Cardiologia

# faz-te à vida homo streamer

**Fecha as apps  
e liga-te à tua verdadeira natureza humana.  
Controla o colesterol e a pressão arterial.  
Cuida do teu coração.**

Com o apoio de:



Fundação  
Portuguesa de  
Cardiologia