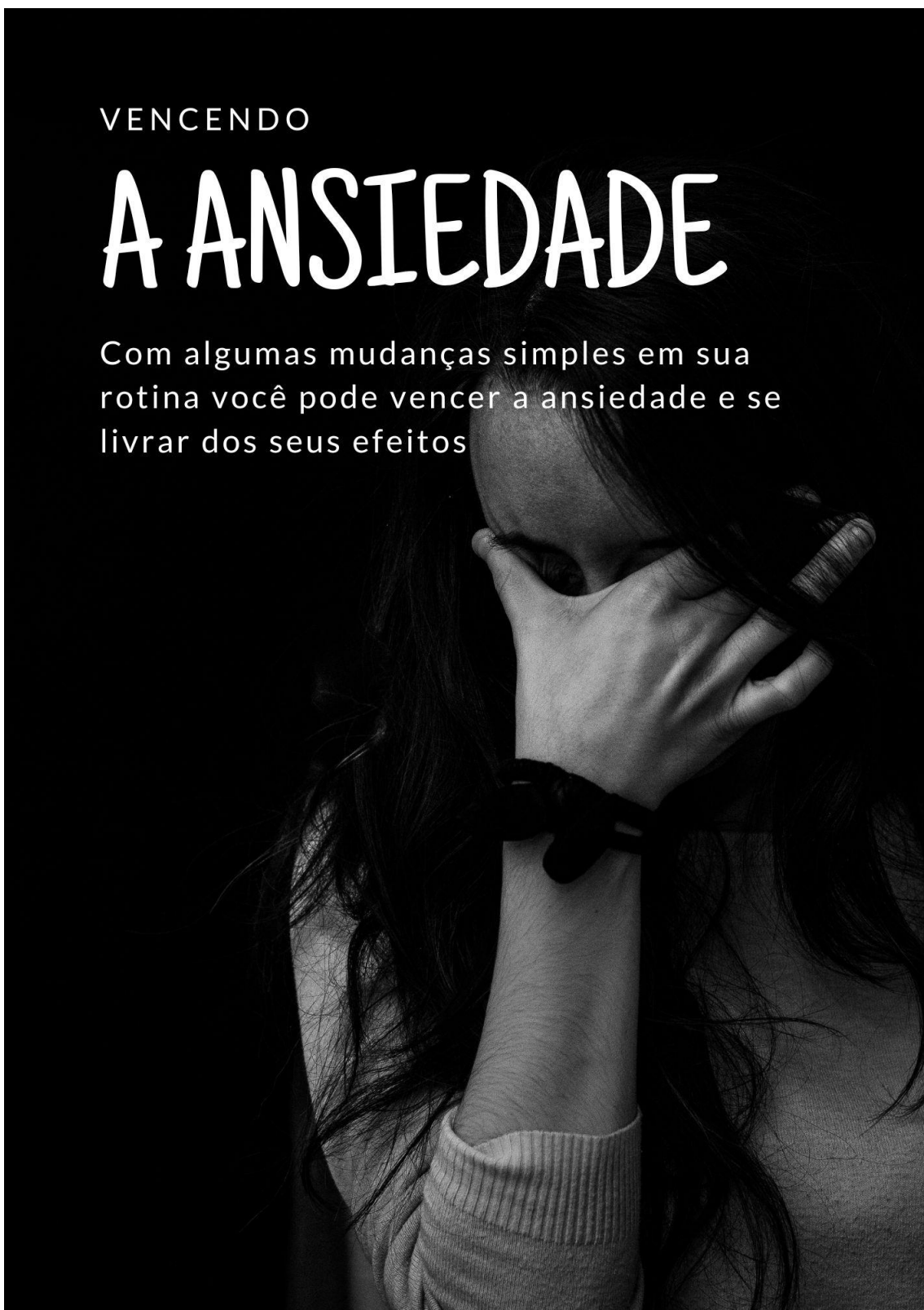


VENCENDO

# A ANSIEDADE

Com algumas mudanças simples em sua rotina você pode vencer a ansiedade e se livrar dos seus efeitos



## **Aviso Legal**

Este e-book foi escrito apenas para fins informativos. Todos os esforços foram feitos para tornar este e-book o mais completo e preciso possível.

No entanto, pode haver erros na tipografia ou no conteúdo. Além disso, este e-book fornece informações apenas até a data de publicação. Portanto,

este e-book deve ser usado como um guia e não como a fonte final. O objetivo deste e-book é educar. O autor e a editora não garantem que as informações contidas neste e-book sejam totalmente completas e não serão responsáveis por quaisquer erros ou omissões. O autor e o editor não têm responsabilidade ou responsabilidade para com qualquer pessoa ou entidade com relação a qualquer perda ou dano causado ou alegadamente causado direta ou indiretamente por este e-book.