

# Como aprender amar a si próprio

Está sentindo falta do contato físico? Vamos aprender a não depender dos outros pra isso. Falo de amar a si mesmo – não no sentido auto estima mas naquele do apreço por você mesmo/a de verdade.

---

## Maturidade não é palavrão – e dura muuuuuuito!!

Não adianta negar: amadurecemos desde muito cedo. Sim, sei que pessoas de 30 anos são jovens. Porém são jovens maduros – e não adolescentes velhos concorda?

---

## Manual do botox

Algumas dizem que jamais farão, acham o resultado artificial. Já outras, não vivem sem. Adivinharam : estou falando sobre o botox!

---

# **SOU MAIS A HEBE**

É preciso envelhecer como antiguidade e não como tranqueira