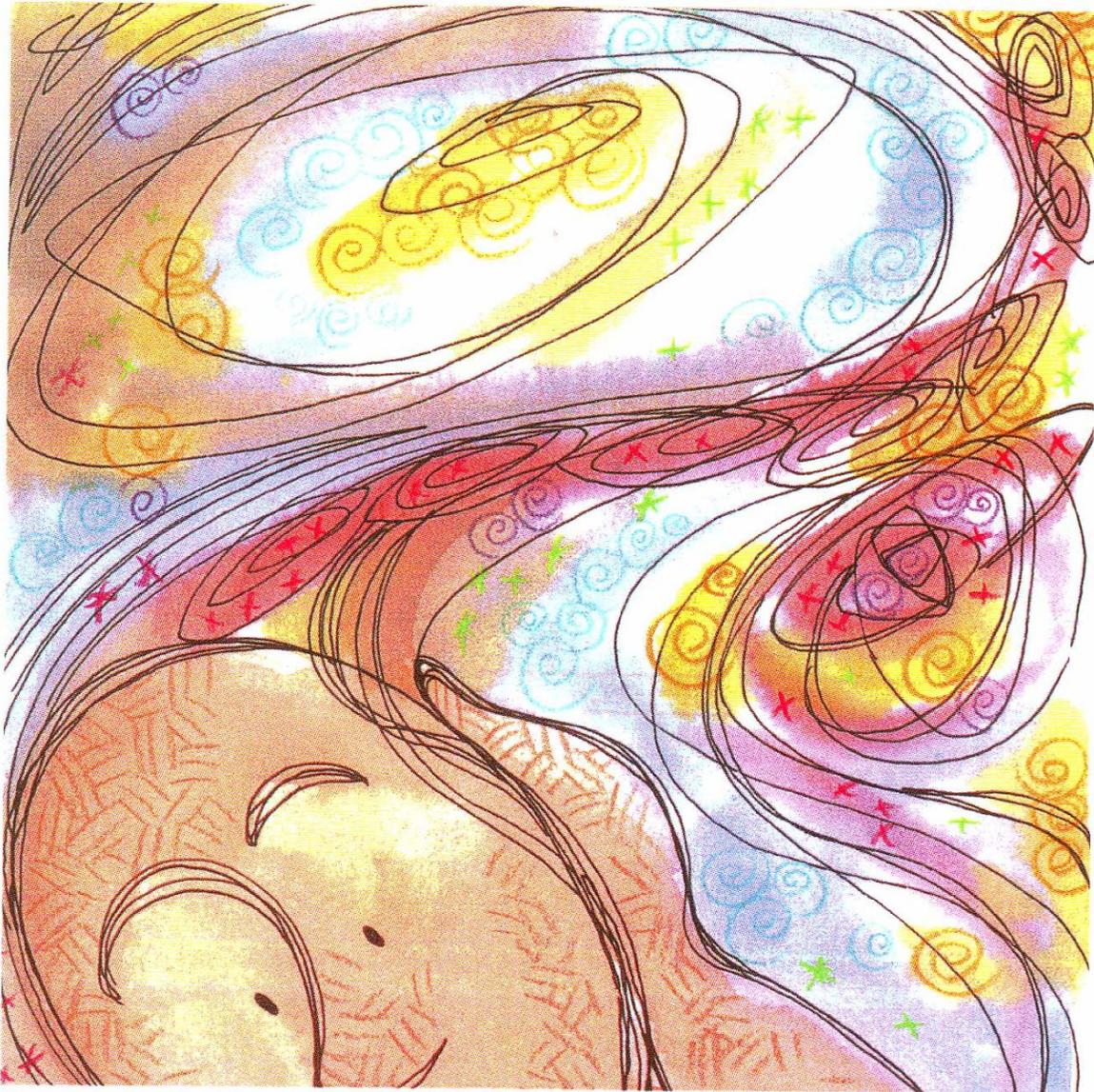


CONCEIÇÃO TRUCOM



# MENTE E CÉREBRO PODEROSOS

Um Guia Prático para a sua  
Saúde Psíquica e Emocional

COM TESTES E EXERCÍCIOS CEREBRAIS

Cultrix

# Resumo de Mente e Cérebro Poderosos

O cérebro pode ser nutrido, exercitado, tonificado e fortalecido por meio de “exercícios cerebrais” que previnem, ampliam e resgatam a nossa capacidade mental, deixando a nossa mente mais lúcida e alerta.

A proposta deste livro é educar para a prática desses exercícios e dinâmicas no dia a dia, de modo programado, atento e frequente, para hidratar, tonificar e turbinar o funcionamento do cérebro, e promover hábitos saudáveis que servirão em nossa vida como um eficiente tratamento medicinal e preventivo.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)