



#MYPLANET

Vida sustentável by the Navigator Company

Uma atitude green para uma vida cool.

YOGA



Viver de forma equilibrada e saudável é um desafio todos os dias! A pensar nisso, a The Navigator Company lança o **#MYPLANET**, uma iniciativa que tem como objetivo mostrar a um público adulto urbano, hábitos de vida saudável. O projecto arranca **dia 24 de Fevereiro, das 9h30 às 13 horas, no Jardim da Estrela.**

OFICINA DE ARTES



Aulas de Yoga, oferta de livros para ler, oficina de Artes, Comida saudável e meditação são algumas das iniciativas que vão estar disponíveis durante a manhã. A acrescentar que a The Navigator Company vai promover também uma campanha para adoção de plantas e que têm como objetivo sensibilizar o público para a necessidade de cuidar da natureza em particular da nossa floresta.

ADOÇÃO DE PLANTAS



Viva em harmonia, cuide de si. Cuide da Natureza!

Local: Jardim da Estrela
Quando: Sábado, 24 de Fevereiro
Horário: 9h30 às 13h00



 [Instagram.com/myplanet.pt](https://www.instagram.com/myplanet.pt)

TODOS OS MESES!

• Livros • Yoga • Oficina de Artes • Adoção de Plantas • Comida saudável • Meditação


THE
NAVIGATOR
COMPANY