

Dicas para a quarentena!

É normal ficarmos confusos com o que fazer no tempo livre. Nos manter informados da situação atual é importante, no entanto, é essencial para nossa saúde mental ocupar a cabeça com outros temas também. Confira abaixo algumas formas de usar o seu tempo livre de forma produtiva!

ATIVIDADE FÍSICA

Aulas variadas para manter a rotina fitness em casa com a SmartFit.

[Clique aqui](#)

EDUCAÇÃO

FGV oferece cursos gratuitos em diversas áreas do conhecimento.

[Clique aqui](#)

FINANÇAS PESSOAIS

100% gratuita, a série "Na Real" aborda os mais diversos temas de educação financeira com a curadoria e a didática dos professores da escola de finanças e negócios Saint Paul.

[Clique aqui](#)

IDIOMAS

Duolingo é uma plataforma de ensino de idiomas 100% gratuita. As lições são curtas e eficazes e focam em objetivos da vida real – por exemplo, fazer pedidos em um restaurante.

[Clique aqui](#)

Atenciosamente,

Diretoria Executiva PRhospers.