

# **A vida de Nora**

No centro urbano, em um pequeno apartamento, vivia uma jovem, Nora. Após concluir a graduação em filosofia, começou a trabalhar em uma loja de instrumentos musicais.

Depois de um período difícil para a loja, Nora perdeu o emprego, com a situação, a tristeza manifestou-se com mais intensidade. Mas com a ajuda de um especialista, a jovem, conseguiu superar a situação com muita persistência e a própria força interior para dar continuidade em sua vida com qualidade de vida.

Após buscar ajuda, Nora, precisou tomar a decisão de enfrentar e mudar a própria realidade. Através de melhores hábitos, o retorno da prática de esportes que realizava durante a infância, natação, musculação e corrida.



Assim, ela conseguiu viver a vida com mais felicidade e bem-estar. Ao aprender a buscar as suas auto realizações e não reprimir os arrependimentos. Além de, compreender que apesar das escolhas, ela não poderia alterar as consequências e circunstâncias naturais da vida.

Com a motivação de ajudar outras pessoas que passavam pela mesma situação, Nora, escreveu um livro contando um pouco de sua história e compartilhou alternativas que poderiam melhorar a vida de outros.

