

## Obrigada por confiar em mim para nutrir sua vida.

Cada consulta, cada ajuste, cada conversa e cada passo que você deu esse ano fizeram parte dessa gincana da vida que a gente vive, com dias ótimos, dias bagunçados, recomeços e muita construção.

Cuidar de você ao longo de 2025 **foi especial**. Obrigada por me permitir entrar na sua rotina, na sua história, nos seus desafios e objetivos. Obrigada por topar evoluir, mesmo quando parecia mais difícil, e por seguir acreditando no processo.

Preparei um presente com muito carinho para fechar o ano com a energia que eu desejo que 2026 traga para nós: **saúde, força, leveza e novas conquistas**.

Que no próximo ano a gente siga junto nessa jornada ajustando rotas, celebrando vitórias e nutrindo não só o corpo, mas a vida como um todo.

Com carinho, da sua nutricionista,  
**Fernanda Seiffer**