

Sábado	<i>Projetados para Algo Melhor</i>
Domingo	<i>Alimentação para a Vida</i>
Segunda	<i>Há Esperança para Além da Depressão</i>
Terça	<i>Liberte-se</i>
Quarta	<i>Relacionamentos Saudáveis</i>
Quinta	<i>Em Forma para a Vida</i>
Sexta	<i>Descanso para a Nossa Inquietação</i>
Sábado (Manhã)	<i>O Poder Curador da Fé</i>
Sábado (Noite)	<i>Saúde ao Máximo</i>

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins or other markings on the paper.