



## APRENDA A ESCOLHER O SUTIÃ

---

Sabia que mais de 80 por cento das mulheres usam o sutiã de tamanho errado e que isso pode provocar dores nas costas, lesões nos ombros e diminuir a auto-confiança e o seu bem-estar? Mas agora já não há razões para continuar a errar. Chegou a Portugal o serviço de *bra fitting*, Dama de Copas, que lhe dará todos os conselhos sobre como escolher o sutiã certo. O aconselhamento pode ser feito *on-line* ou em *workshops* gratuitos com seis a dez participantes, a realizar no Chiado (Lisboa). Para mais informações, visite o blogue [www.damadecopas.pt](http://www.damadecopas.pt) ou contacte o 964 794 250.

### **SABIA QUE...**

**Cerca de 80%  
das mulheres  
utiliza o tamanho  
errado de sutiã**