

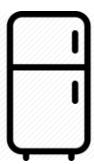
Obrigada por escolher a Drink6!

Mantenha o seu corpo cheio de **energia e vitalidade** com produtos saudáveis e **deliciosos**.

Este guia irá ajudá-la(o) com o seu **Pack Slim**.

Bem-vindo ao nosso Healthy World!

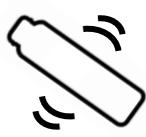
A primeira coisa que deve saber



Mantenha os seus produtos no frigorífico



Sopas, cremes e pratos preparados, perfurar a parte superior da embalagem e aquecer no micro-ondas



Agite bem o sumo antes de consumir



Os nossos produtos conservam todos os seus ingredientes

Não se esqueça de tomar os produtos seguindo a ordem e horários indicados

	07:00 - 09:00	10:00 - 12:00	13:00 - 15:00	16:00 - 18:00	19:00 - 21:00	22:00 - 23:00
Dia 1	Sumo Laranja, Cenoura e Manga	Sumo Ananás, Maçã e Hortelã	Sumo Abacate e Espinafres	Sumo Manga, Espinafres e Sementes de Chia	Sumo Limão e Pimenta Caiena	Sumo Ananás, Morango e Aveia
Dia 2	Sumo Laranja, Cenoura e Manga	Sumo Ananás, Maçã e Hortelã	Creme	Sumo Manga, Espinafres e Sementes de Chia	Sumo Limão e Pimenta Caiena	Creme
Dia 3	Sumo Laranja, Cenoura e Manga	Sumo Ananás, Maçã e Hortelã	Prato preparado	Sumo Manga, Espinafres e Sementes de Chia	Sumo Limão e Pimenta Caiena	Prato preparado

Esporadicamente, dependendo da estação e do stock disponível, alguns produtos podem variar.

RECOMENDAÇÕES

NO DIA ANTES...

Elimine a carne da sua alimentação.
Tente comer só **fruta e legumes** e beber muita **água**.
Evite o consumo de: álcool, tabaco, café...

ENQUANTO TOMAR O PLANO

Não necessita comer mais nada, o plano **proporciona-lhe todas as** calorias para um dia completo.
É importante **beber muita água**.
E, se quiser, chá verde ou infusões.
Tente **evitar o café**.

E DEPOIS...

Aproveite para deixar de consumir aquilo que **não lhe convém**.
Continue a **beber líquidos** e mantenha uma dieta **saudável**.
Continue a comer legumes e fruta.

Agradecimentos

Não conseguiríamos ser la marca líder sem a **ajuda dos nossos nutricionistas, médicos, profissionais de alimentação e chefs**.

Juntos criamos produtos que **melhoram a vida das pessoas** e lhes proporcionam vitalidade.

Obrigada por confiar em nós para ter uma alimentação saudável.



Whatsapp: (+34) 607726135

info@drink6.com

