



my
by
Healthy
World

**OBRIGADO
PARA
ESCOLHIMENTO**

drink6

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

ESTE GUIA LHE AJUDARÁ
COM SEU PACK

SLIM

Um plano equilibrado
com sumos, pratos e
sopas - veja os
resultados!



CONGRATULA-SE

para o **My Healthy World Club**, onde todas as suas compras ganham pontos que você pode resgatar por descontos e presentes.

A PRIMEIRA COISA QUE VOCÊ PRECISA SABER



Mantenha seu produtos na **geladeira**.



Agitar cada suco antes beba-o.



Sopas e pratos, **abrir ou furar** a tampa antes de aquecer no microondas.



Nosso produtos retêm todos os seus **nutrientes**.



Nosso produtos podem ser **congelado**.

Lembre-se de que estes são **PRODUTOS FRESCOS**, e sua data de validade é relativamente curta.
a data de validade é relativamente curta
(normalmente 15 dias)

O QUE FAZER ANTES, DURANTE E DEPOIS DE SEU PLANO

UM DIA ANTES

Recomendamos 3 coisas para obter os **melhores resultados**



Elimine a carne de sua dieta



Tente comer somente frutas e legumes



Beba muita água!
Tente não beber álcool, tabaco, café...

COMECE SEU PLANO



Você não precisa comer mais nada, o plano lhe dá todas as calorias que você precisa, basta lembrar de levar os produtos no pedido e nos horários indicados.



É importante beber muita água e se você quiser chá verde ou chás de ervas.

Tente evitar o café!



Dia 1



07:00-09:00H

Laranja, Cenoura e Manga

10:00-012:00H

Ananás, Pomme e menta

13:00-15:00H

Abacate e Espinafres

16:00-18:00H

Sementes de manga, espinafre e chia

19:00-21:00H

Limão e Cayenne

22:00-23:00H

Ananás, morango e aveia

Dia 2



07:00-09:00H

Laranja, Cenoura e Manga

10:00-012:00H

Ananás, Pomme e menta

13:00-15:00H

Creme

16:00-18:00H

Sementes de manga, espinafre e chia

19:00-21:00H

Limão e Cayenne

22:00-23:00H

Creme

Dia 3



07:00-09:00H

Laranja, Cenoura e Manga

10:00-012:00H

Ananás, Pomme e menta

13:00-15:00H

Prato preparado

16:00-18:00H

Sementes de manga, espinafre e chia

19:00-21:00H

Limão e Cayenne

22:00-23:00H

Prato preparado



Os produtos podem variar dependendo da estação do ano

Incluimos diferentes pratos e cremes dependendo dos dias do seu pedido! Se para o próximo pedido você preferir outros pratos ou cremes, ou se você não quiser que incluamos nenhum deles, por favor nos informe nos comentários de seu pedido.

APÓS SEU PLANO



Pouco a pouco, volte à sua dieta habitual e aproveite a oportunidade para desistir das coisas que não concordam com você.



Tente manter hábitos saudáveis, comendo legumes e frutas.



Exercite-se!



PARABÉNS POR INICIAR SEU PLANO SLIM!

Você deu o primeiro passo para uma dieta saudável, portanto não pare agora, continue a manter conosco um estilo de vida saudável. Podemos ajudá-lo com o resto de nossos produtos para trazer **energia** e **vitalidade** ao seu corpo de uma forma **100% natural** e sem esforço.

OBRIGADO

Não poderíamos ser a marca líder sem a ajuda de nossos nutricionistas, médicos, profissionais da alimentação e chefs.

Juntos, criamos produtos que melhoram a vida das pessoas.

**OBRIGADO POR CONFIAREM EM NÓS PARA UMA
ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL**



+34 911 863 336 | info@drink6.com

WWW.DRINK6DETOX.PT