

# PROPUESTAS VERANIEGAS DE DANONE

## Pautas para una buena alimentación:

1. Realizar de 4 a 5 comidas diarias
2. Variar en la selección de alimentos, recetas y menús.
3. Ajustar la cantidad de las raciones a las necesidades de cada persona.
4. Beber agua durante todo el día.
5. Limitar el consumo de alimentos grasos de origen animal, dulces, refrescos y bebidas alcohólicas.



Con la llegada del buen tiempo el ritmo de vida cambia:

- ↑ actividades al aire libre
  - Nos movemos más
- +
- ↑ temperatura
  - ↑ grado de humedad

↑ GASTO HÍDRICO

# PROPUESTAS VERANIEGAS DE DANONE

**DANONE** fabrica productos lácticos líquidos que, en verano, además de nutrirnos, ¡nos hidratan!

*¡Y bien fríos, gustan a toda la familia!*



**DANONE**

alimenta sonrisas

En DANONE se realizan estudios con el objetivo de probar los efectos de los ingredientes de los productos.



Condis *life* et cuida?