

Follow Me
TO BE HEALTHY!



#400GCHALLENGE

HA LLEGADO EL MOMENTO DE CELEBRAR
¡AL ESTILO FRANCÉS!

El 14 de julio, Francia celebra su fiesta nacional: el Día de la Bastilla. Es un día festivo, que suele utilizarse como excusa para disfrutar del clima veraniego y de un buen picnic: ¡una buena oportunidad para cumplir con el #400g Challenge!

Y, para celebrarlo, ¿qué tal si preparamos una receta de frutas sana y tricolor: bleu, blanc, rouge et délicieux?

LAS FRUTAS Y VERDURAS AZULES SON DIFÍCILES DE ENCONTRAR: ¡NOS QUEDAMOS CON LOS ARÁNDANOS PARA NUESTRO PRIMER COLOR! SON UNA FUENTE DE VITAMINA K1, LA CUAL MEJORA LA COAGULACIÓN DE LA SANGRE.¹

ARÁNDANOS



EL COCO

es rico en fibra y
¡le dará un toque especial a esta ensalada!

FRESAS

HAY MUCHAS OPCIONES PARA EL COLOR ROJO: PUEDES OPTAR POR LAS FRESAS QUE SON RICAS EN FOLATOS Y NOS AYUDAN A REDUCIR LA FATIGA.²

ENJOY
IT'S FROM
EUROPE

THE EUROPEAN UNION SUPPORTS
CAMPAIGNS THAT PROMOTE
A HEALTHY LIFESTYLE.



CAMPAÑA FINANCIADA
CON AYUDA DE
LA UNIÓN EUROPEA

¹ https://www.aprifel.com/fr/fiche-nutritionnelle/myrtille/?tab=allegations_nutritionnelles
² https://www.aprifel.com/fr/fiche-nutritionnelle/fraise/?tab=allegations_nutritionnelles

El contenido de esta campaña de promoción representa únicamente las opiniones del autor y es de su exclusiva responsabilidad. La Comisión Europea y la Agencia Ejecutiva de Consumidores, Salud, Agricultura y Alimentación (CHAFAEA) no aceptan ninguna responsabilidad por el uso que pueda hacerse de la información que contiene.