



undiadeabril.com

Tu Rutina de Suplementación Premium

Para que vivas con salud plena y disfrutes de cada día con fuerza y serenidad

Somos Dormir Lovers porque favorece estos objetivos...



Perimenopausia
y menopausia



Tener un sueño
reparador
y profundo

Para motivarte, te animamos a apuntar aquí tu objetivo. ¡Vamos juntas a por él!



Transforma tu bienestar con constancia y consciencia

MES 1

MES 2



*¡Recuerda
hacer pedido!*

Suplemento	Componentes	Cuándo	Cuánto	Recordatorio útil
	DORMIR Magnesio (Albion®) Melatonina (Melotime™) Pasiflora y Vitamina B6	30 – 60 min. antes de dormir	1 cápsula al día Contenido: 60 cápsulas (2 meses / bote)	Puedes tomarlo con tu infusión y recuerda evitar pantallas antes de dormir. Ayuda a que tu cuerpo y mente descansen profundamente

Consulta con un profesional de la salud si tienes alguna condición médica o tomas medicamentos antes de comenzar a tomar cualquier suplemento.

Recuerda también...

-  **Hidratarte** bien durante el día
-  **Muévete** lo que puedas, prioriza tus entrenamientos.
-  Mantén una **alimentación variada y equilibrada**
-  Prioriza el **descanso profundo**
-  **Coloca esta hoja en un lugar visible:**
cocina, baño o zona de suplementos

¡Síguenos en redes!

@un_diadeabril

Dra. Jiménez
@doctorajimenez

Patri Psicóloga
@patri_psicologa