

POR DENTRO
& POR FUERA

JUMBO+

FEBRERO '19



disfrutá

Nada mejor que pasar tus vacaciones distendida,
en armonía y disfrutando cada instante.



BIENESTAR

CLAVES PARA EMPEZAR A COMER SALUDABLE.

Los verdaderos cambios no se logran con recetas mágicas ni de un día para el otro. Una vez tomada la decisión hay que seguir varios pasos, hacer esfuerzos, ser constantes para lograr resultados que perduren y nos hagan sentir bien.

PERSEVERANCIA.

Lo importante es hacerlo de forma progresiva y sostenida. En una primera instancia será difícil y quizás el desconocimiento sobre estrategias de implementación lo hagan peor aún. Pero con la práctica y la consulta a profesionales, la repetición de este nuevo hábito va a lograr que nuestro cerebro se vaya readaptando y, luego de un tiempo, nuestra nueva buena conducta saldrá de forma automática.



conducta

Nuestro cuerpo necesita de una buena conducta alimenticia y tiempo para lograr los objetivos que deseamos.

CREAR HÁBITOS.

- Volver a ubicar la alimentación en el lugar para el que fue creada, como un medio para subsistir.
- Dedicar tiempo al acto de comer, respetar los tiempos de comida es un hábito que nos sumará bienestar.
- Estar atentos al momento de comer, sin hacer otras actividades, lejos de momentos estresantes y pantallas encendidas.
- Es importante respetar las horas de sueño para lograr un correcto descanso.

Cada paso nos ayuda a sentirnos más seguros e identificados en el camino a una correcta alimentación. Va a costar, pero sobre la base de la constancia y repetición el cerebro lo va a asimilar. En el mundo de la salud la perseverancia siempre da sus frutos.

HACELA SIMPLE



Un blog para vos

30% DTO.

CREMAS DENTALES
COLGATE
NATURALES.



JUMBO+

6920354822223/193.

Vigencia al 01/02/19 al 28/02/19 inclusive o hasta agotar stock. Válido para todos los locales Jumbo o Disco del país que posean estos productos a la venta. Para hacer efectivo el descuento presentá este cupón junto a tu tarjeta de puntos Jumbo Más. El mismo podrá ser usado por el Socio Jumbo Más a quien fue enviado. Las fotos son de carácter ilustrativo. Sólo para consumo familiar (máximo 5 unidades). No incluye productos acordados con el gobierno. No acumulable con otras promociones ni pesoscheck. El cupón no será devuelto luego de su redención.

POR DENTRO
& POR FUERA

30% DTO.

TODA LA LÍNEA
KOTEX.



JUMBO+

Vigencia al 01/02/19 al 28/02/19 inclusive o hasta agotar stock. Válido para todos los locales Jumbo o Disco del país que posean estos productos a la venta. Para hacer efectivo el descuento presentá este cupón junto a tu tarjeta de puntos Jumbo Más. El mismo podrá ser usado por el Socio Jumbo Más a quien fue enviado. Las fotos son de carácter ilustrativo. Sólo para consumo familiar (máximo 5 unidades). No incluye productos acordados con el gobierno. No acumulable con otras promociones ni pesoscheck. El cupón no será devuelto luego de su redención.



25% DTO.

PALMOLIVE
JAZMÍN Y CACAO.



JUMBO+

789102409304/39236/35696, 7509546070261.

Vigencia al 01/02/19 al 28/02/19 inclusive o hasta agotar stock. Válido para todos los locales Jumbo o Disco del país que posean estos productos a la venta. Para hacer efectivo el descuento presentá este cupón junto a tu tarjeta de puntos Jumbo Más. El mismo podrá ser usado por el Socio Jumbo Más a quien fue enviado. Las fotos son de carácter ilustrativo. Sólo para consumo familiar (máximo 5 unidades). No incluye productos acordados con el gobierno. No acumulable con otras promociones ni pesoscheck. El cupón no será devuelto luego de su redención.

POR DENTRO
& POR FUERA

25% DTO.

LECHE SVELTY
MOVE+ 400 G.



JUMBO+

7613035375093.

Vigencia al 01/02/19 al 28/02/19 inclusive o hasta agotar stock. Válido para todos los locales Jumbo o Disco del país que posean estos productos a la venta. Para hacer efectivo el descuento presentá este cupón junto a tu tarjeta de puntos Jumbo Más. El mismo podrá ser usado por el Socio Jumbo Más a quien fue enviado. Las fotos son de carácter ilustrativo. Sólo para consumo familiar (máximo 5 unidades). No incluye productos acordados con el gobierno. No acumulable con otras promociones ni pesoscheck. El cupón no será devuelto luego de su redención.

