

FRESHMART®

[...es para todos]

Disfruta nuestros

PRODUCTOS NATURALES,
ORGÁNICOS Y MUCHO MÁS...



Una alternativa natural a tu alcance **Pág. 3**

Abraza tu bella naturaleza **Pág. 4**

Lácteos y no lácteos
Productos Congelados **Pág. 6**

Prepárate para un 2016 lleno de salud **Pág. 7**

Aguadilla

Plaza Victoria
(787) 882-7800

Caguas

Urb. Caguax
(787) 905-7800

Carolina

Commercial Park
(787) 762-7800

Condado

Ave. Ashford
(787) 999-7800

Hato Rey

201 Federico Costa
(787) 282-9107

Guaynabo

Garden Hills Plaza
(787) 622-7800

No dejes que el catarro dañe tus fiestas

Protégete con
H-Control®

- ✓ combate catarros
- ✓ fortalece el sistema inmune
- ✓ anti-viral y anti-bacterial
- ✓ 100% Natural



Organic Health Labs®
Loving you, loving the earth!

Disponible en Freshmart • www.organichealthlabs.com • (787) 492-0692 • OHL - Latino

Ofertas especiales para ti...

FRESHMART®

[...es para todos]



Ofertas especiales hasta el 31 de enero del 2016.
Ciertas restricciones aplican. Descuentos no aplican con otras ofertas.

www.freshmartpr.com | Visítanos en Facebook

Aguadilla
Plaza Victoria
(787) 882-7800

Caguas
Urb. Caguas
(787) 905-7800

Carolina
Commercial Park
(787) 762-7800

Condado
Ave. Ashford
(787) 999-7800

Hato Rey
201 Federico Coats
(787) 282-9107

Guaynabo
Garden Hills Plaza
(787) 622-7800

Una alternativa natural a tu alcance

En esta edición te presentamos los diferentes departamentos de nuestra tienda para que conozcas más detalles sobre nuestros productos y que los hace diferentes en el mercado. En Freshmart deseamos que puedas hacer una compra completa y super nutritiva, sintiéndote bien orientado, por eso nuestro personal está listo para aclarar tus dudas o informarte sobre los diferentes ingredientes y sus beneficios. De esa manera, podrás elegir sabiamente los productos que te ofrecemos de acuerdo a tus necesidades y las de tu familia.



Hoy en día, es imprescindible tener una vida sana a través de la alimentación. Por eso, en Freshmart hacemos una selección minuciosa de los productos que te ofrecemos teniendo como objetivo principal tu bienestar. Para lograrlo tomamos en cuenta la selección de los ingredientes y su valor nutricional. En nuestras góndolas y pasillos encontrarás productos integrales, libres de colorantes y sabores artificiales, sin aditivos ni preservativos químicos. También encontrarás la variedad más extensa de productos libres de gluten y transgénicos (Non Gmos). Tenemos un área de carnes y proteínas orgánicas, grass fed , libres de antibióticos y hormonas.

Existen excelentes razones para mejorar tu alimentación y la de tu familia, por eso abrimos nuestras puertas cada día, para que vivas una experiencia única y la satisfacción de escoger una vida saludable. En Freshmart cuentas con nuestro apoyo ,por eso te ofrecemos; atención personalizada, información educativa a través de nuestro programa radial, Freshmart [es para todos] por Radio Isla 1320 y una página Facebook llena de temas variados e información valiosa. En todas las tiendas te ofrecemos las clases de cocina vegetariana y las charlas saludables educativas gratis.

En Freshmart nuestro compromiso es contigo. Visita Freshmart y descubre la variedad de productos para todos en la familia.

En esta Navidad y el Año Nuevo les deseamos mucha salud, armonía y les exhortamos a cuidar su salud para vivir mejor cada día.

Tu Familia de Freshmart

Grocery



En Freshmart un recorrido por los diferentes departamentos demuestra la gran variedad de productos que te ofrecemos, es el departamento de "Grocery" con sus provisiones, el que complementa a los demás, siendo el eje central de nuestra tienda. Al recorrer sus góndolas con sus coloridos, variados productos y hermosos empaques eco amigables, podrás apreciar porque somos tan asertivos en la selección y la razón primordial es que tomamos en cuenta tus necesidades y sobre todo tu bienestar para proveerte productos de excelente calidad que benefician tu salud.

EN NUESTRO DEPARTAMENTO DE GROCERY ENCONTRARÁS:

- Endulzantes naturales de alta calidad y bajo índice glicémico tales como stevia, agave, azúcar de néctar de coco, miel, exquisitos maples, turbinados y mucho más.
- Variedad de galletas, flat breads libres de colorantes y sabores artificiales, hechos de harinas sin gluten, no refinadas e integrales.
- Meriendas para niños, ricos juguitos porta-pack a base de sábila, y 100% naturales, jugos y extracto de frutas de alto poder antioxidante (zanahorias, cranberry, blueberry, black currant). Agua de coco, agua alcalina, sodas sin caféina y libres de sirop de maíz (high corn syrup).
- Nutritivas mantecillas de nueces (almendras, mani, tahini, flax; entre otras), jaleas y mermeladas hechas de puré de frutas verdaderas.
- Leche de almendras, tofú, hemp, avena orgánica de vaca en polvo, de coco, leches orgánicas condensadas y de crema de coco.
- Para tus desayunos te ofrecemos; cereales fríos y calientes altos en fibras, ricos en Omega. Avenas, harinas, harinas para pancakes y waffles libres de gluten y diversos sabores. Alimentos y cereales para infantes.
- Harinas para repostería orgánicas, no blanqueadas y libres de gluten, brownies, galletas chocolate chips, muffins y mucho más.
- Arroces variados (Basmati, Jazmin, Arborio, grano corto integral; entre otros) y sabrosas pastas hechas de alcachofas, tapioca, brown rice y habichuelas,

en su mayoría libres de gluten y de gran valor nutricional.

- Salsas y pastas de tomate, deliciosas salsas para pastas orgánicas de sabor italiano tradicional y de ingredientes no tradicionales.

- Granos, legumbres, lentejas, habichuelas USDA Organics.

- Panes de calabaza, ñame, coco, guayaba y tapioca. Muchos de ellos confeccionados por manos puertorriqueñas.

- Variedad de aceites de oliva prensados en frío, vinagres balsámicos y sabrosos aderezos.

- Sopas, consomés orgánicos, condimentos y adobos de hierbas naturales libres de glutamato de sodio (msg).

- Snacks saludables para tus fiestas. Los mismos horneados, libres de grasas trans, libres de gluten, sin aditivos ni colorantes artificiales. Altos en fibra, libres de colesterol, de bajo índice glicémico y bajos en sal.

- Productos de limpieza, seguros y efectivos para el hogar sin químicos ni contaminantes. Con aromas suaves derivados de plantas y flores naturales.

- Comida y productos de cuidado natural para tus mascotas, las cuales podran beneficiarse naturalmente!

ALGUNAS DE LAS LÍNEAS QUE TRABAJAMOS EN FRESHMART:



Abraza por Odette González Santiago tu Bella Naturaleza



4

Nos urge un momento de detenernos, de repensar...
¿Qué transportamos en nuestra piel?

¿Qué atraviesa nuestros poros? Al día, las mujeres utilizan en promedio 12 productos y los hombres 6 que contienen un surtido de ingredientes químicos cuestionables, entre estos algunos de los cuales se ha demostrado un efecto en la alteración hormonal y en el aumento del riesgo de cáncer.

Realicemos el ejercicio de examinar, y si es necesario, reemplazar con alternativas seguras y de fuentes naturales. Redefiniendo así el cuidado personal. Debemos apostar a tener la capacidad de mantener nuestra higiene, sin dejar de defender una vida sana y en armonía con el desarrollo sostenible.

¡Toma nota de las herramientas que adelanta compartimos para ti!

Ingredientes que debes evitar:

Parabeno (Paraben)

Parabeno antimicrobiano de bajo costo de producción. Estudios indican que induce el crecimiento de ciertas células de cáncer de mama y es un interruptor endocrino debido a su capacidad de imitar al estrógeno. Se ha estudiado algunos daños en espermatozoides y alteraciones a las hormonas tiroideas en seres humanos.

Ftalato (Phtalate)

Aunque prohibido en los cosméticos en la Unión Europea, es un ingrediente muy frecuente en los productos estadounidenses. Su exposición se ha asociado con efectos perjudiciales para la salud reproductiva y del desarrollo, así como un mayor riesgo de cáncer.

Lauril Sulfato Sódico (SLS - Sodium Laureth Sulfate)

El exceso de exposición al SLS se ha relacionado con daños en los ojos, depresión, dificultad para respirar, diarrea e irritación severa de la piel.

Propylene Glycol / PEG's

Producto derivado del petróleo. Su función es potenciar (ayudar) la entrada de los ingredientes activos (ejemplo: aluminio) a nuestro cuerpo. Esto puede permitir que ingredientes nocivos sean absorbidos más fácilmente a través de la piel. Puede causar reacciones alérgicas.

Coal Tar Synthetic Dyes / FD&C Colors Agents

Es una mezcla de varias sustancias químicas derivadas del petróleo y es un carcinógeno humano. Puede también estar contaminado con metales pesados. Algunos colores no están aprobados como aditivos a los alimentos, pero se utilizan en los cosméticos.

Triclosan

Antimicrobiano vinculado a trastornos hormonales por su rol aun controversial como interruptor endocrino. Contribuyente al desarrollo de ciertas cepas de bacterias resistentes a los antibióticos. Evidencia reciente sugiere carcinogenicidad hepática.

Echale un ojo también a: talc, mineral oil, tolueno y formaldehyde.

Aclarar la duda: Desodorantes y el aluminio

Las sales de aluminio, como el cloruro de aluminio, circonio de aluminio, clorhidrato de aluminio e hidroxibromuro de aluminio, son el ingrediente activo de la mayoría de los anti-perspirantes.

- Estos forman un bloqueo temporal dentro del conducto de sudor que detiene el flujo del sudor a la superficie de la piel. Se ha documentado que estos compuestos pueden contribuir al desarrollo de cáncer de mama debido a que imitan la actividad del estrógeno.
- En el caso de la piedra de alumbre, conocida en los desodorantes tipo "crystal", observamos una forma natural de aluminio formada por moléculas demasiado grandes para ser absorbidas por la piel. Y en lugar de obstruir los poros, como los anti-perspirantes, ayudan a inhibir el crecimiento de bacterias que causan el olor en el sudor.

Terminos importantes:

- Hipo-alérgico:** significa que utiliza ingredientes que tienen pocas probabilidades de causar una respuesta alérgica, en comparación con los productos o cosméticos regulares. Personas con la piel hipersensible, condiciones e incluso aquellos con piel "normal" puede favorecerle utilizar productos con esta característica.
- No-comadogénico:** un producto de cuidado de la piel o cosmético que no obstruye los poros.
- Libre de crueldad (Cruelty free):** Significa que son contruidos o desarrollados mediante métodos que no implican la experimentación con y/o en animales.
- Bio-degradable:** es el producto o sustancia que puede descomponerse en los elementos químicos que lo conforman, debido a la acción de agentes biológicos, como plantas, animales, microorganismos y hongos, bajo condiciones ambientales naturales.
- Certified B corporation:** Son productos fabricados por compañías que se enfocan en cumplir con estándares de desempeño social y ambiental, la responsabilidad y la transparencia. Trabajando bajo la filosofía empresarial de alentar a todas las empresas de que no se comite para ser el mejor del mundo, sino para ser lo mejor para el mundo. *Productos Non-gmo, orgánicos y ecológicos son

Nuestras Recomendaciones

1 Tónico: Everclean by Home health
Después de tu limpiador, aplícalo para refrescar y vigorizar tu piel o Utilízalo como base antes del humectante. Evita enrojecimiento, irritación o estrés en la piel. Everclean es una línea hipoalérgica, no comedogénica (no obstruye los poros) y libre de fragancia, ideal para pieles sensibles.

2 Labios: Organic Lip balm by Kiss my Face

Suaviza, humecta, protege y ayuda a sanar y prevenir labios agrietados y secos de forma natural. Realizado con aceite de girasol, aceite de coco, aceite de rosa mosqueta, sábilas, manteca de karité (shea butter), vitaminas y aceites esenciales que protegen y nutren tus labios.

3 Maquillaje: Gabriel Cosmetics

¡Una visión de la belleza natural que no contraponen la defensa de una vida sana! Hechos de ingredientes derivados de fuentes naturales. Libres de conservantes sintéticos como los parabenos y realizados en cambio con conservantes naturales como el extracto de semilla de uva. Sin productos químicos sintéticos, derivados de animales o probados en animales. Libres de colores artificiales, falatos, aceite mineral, lanolin, aceites hidrogenados, glicol propileno, tolueno y formaldehído.

4 Shampoo & conditioner: Hemp + Argan Oil Nourishing by Nature Gate

Revitaliza y nutre el cabello con una mezcla de botánicos. Realizado con aceite de argán, rico en vitamina E y ácidos grasos esenciales para hidratar y resaltar el brillo natural del cabello. También beneficioso para tratar las puntas abiertas de colores artificiales, falatos, aceite mineral, lanolin, aceites hidrogenados, glicol propileno, tolueno y formaldehído.

FRESHMART®
...es para todos

1 Limpiador del rostro: Citrus Kombucha by Andalou Fruit Stem Science

Complejo de células madres frutales, cítricos de Kombucha, probióticos, amino y corteza de saúco aclaradora. Sentirás una espuma suavizante con bases de sábilas para evitar el exceso de grasa y la falta de brillo, manteniendo una barrera de humedad saludable para la piel limpia y clara.

2 Reconstruye: Vitality Facial Serum Vit C renewal by Avalon Organics

Diseñado para mejorar la textura de la piel contra la hiperpigmentación, la flacidez y las líneas, los signos más visibles de estrés inducido por los rayos UV. Con una combinación única rica en antioxidantes: vitamina C, bioflavonoides de limón y té blanco que ayudan en la renovación, la protección celular y promueven la producción de colágeno y elastina.

3 Humectante: Coconut Milk & Mango by Pure Life

Coco y mango, un dúo con la habilidad increíble de suavizar y reponer los aceites naturales. ¡Como resultado: una piel saludable!



4 Jabón para el cuerpo: Peppermint by Dr. Bronners

Con aroma de aceite de menta orgánico para refrescar la piel, despejar los senos nasales y mantener una mente activa. Concentrado, biodegradable, versátil y eficaz. Elaborado con ingredientes de comercio justo y orgánicos certificados y envasado en una botella reciclada. ¡Todo en uno!

5 Higiene bucal: Natural Mint Tea tree oil toothpaste by Dessert Essence

Ayuda a combatir la placa de forma natural con una profunda limpieza a tus dientes y encías sin abrasivos. Esta fórmula efectiva y refrescante cuenta con bicarbonato de sodio y las propiedades antisépticas naturales del aceite de tea tree (melaleuca).

Algunos ingredientes beneficiosos

1. Preservativos naturales: vitamina E, aceite de árbol de melaleuca (tea tree), neem, glicerina, ácido ascórbico (vitamina C) y potasio sorbate. **2. Reconstructores, antioxidantes y "anti-aging":** pycnogenol, ester C, enzymes, hyaluronic acid, peptides, CoQ10, DMAE, resveratrol, rose hip oil (manchas en la piel). **3. Exfoliador y textura:** sea salt, glycolic acid, salicylic acid, witch hazel. **4. Acné:** tea tree, green tea, sulfur, colloidal silver. **5. Primeros auxilios:** calendula, colloidal silver, sábilas.

Lácteos / No Lácteos



Bienvenidos a nuestro departamento de Lácteos / No lácteos, donde encontrarás una variedad increíble de productos super nutritivos; desde líneas exquisitas de yogurt y kefir ricos en pro-bióticos que ayudan a mantener tu sistema digestivo sano, hasta huevos orgánicos, mantequillas "Grass- Fed", jamones, prosciutto y quesos libres de hormonas y antibióticos.

Para complacer el paladar vegetariano o para personas que no pueden ingerir lácteos también podrán deleitarse con deliciosos quesos hechos de arroz o almendra y el sabroso miso, que aporta un gusto exótico a las comidas. El versátil tofu no puede faltar y sus diversas variedades para que puedas confeccionar salsas y ricos postres y para tus comidas recuerda los sustitutos de carnes ó proteína vegetariana a escoger.

En nuestro departamento además encontrarás "dressings" y salsas con sabores únicos, "dips" de aguacate, espinacas, alcachofas, lentejas, habichuelas blancas y el tan imprescindible humus. En fin disfruta de tan extraordinaria oferta mientras disfrutas cocinar y comer en casa.

Algunas de las líneas que trabajamos en Freshmart:



www.freshmartpr.com | Visítanos en Facebook



En Freshmart nuestros congelados son diferentes. Son ricos en nutrientes y sin calorías vacías. De calidad, porque no contienen glutamato de sodio (msg), ni son productos genéticamente modificados (hacemos un esfuerzo mayor y todo lo que está en nuestras manos para que así sea). Además ofrecemos productos libres de grasas "trans", colorantes, preservativos y sabores artificiales. Aquí encontrarás:

CARNES

En este departamento encontrarás burgers, hot dogs, salchichas italianas, carnes de búfalo, pollo y pavo que provienen de granjas que llevan prácticas sustentables donde a los animales no se le suministran antibióticos ni hormonas, son criados al aire libre, pastan y son tratados con sensibilidad.



PANES

Encontrarás una variedad increíble de panes libres de gluten y panes germinados, ricos en alimentos vivos, enzimas, proteínas y granos los cuales son de rápida asimilación en tu organismo. Tendrás la variedad y las alternativas que tu familia necesita; pan de sándwich, variedad de buns, pita y mucho más. Además un surtido de wraps y tortillas.



COMIDAS CONGELADAS / BURGERS / NUGGETS

En Freshmart sabemos que no hay comida más sana que la hecha en casa, pero si quieres algo rápido y no tienes tiempo para cocinar; nuestras lasañas, pasta bowls, nuggets, burgers y pizzas son la mejor alternativa. Nuestros nuggets son empanados con harinas libres de gluten, sin alérgenos, no blanqueadas y/o integrales y nuestros burgers son orgánicos, free range de pavo, pollo, búfalo y salmón.



VEGETALES Y FRUTAS CONGELADAS

Nuestros vegetales y frutas son orgánicos, libres de químicos y de marcas respetables, líderes en la industria orgánica. Acompaña tu "juicing" con kale, espinaca, brócoli, blueberries, fresas y revitaliza tu cuerpo cada día con la variedad de excelencia al alcance de tu mano.



ALTERNATIVAS VEGETARIANAS QUE ENCANTAN A TODOS...

Deliciosas alternativas vegetarianas están disponibles y se han convertido ya en las favoritas de todos; hamburguesas hechas de almendras, de setas portobello, habichuelas adzuki, y hasta de lentejas con un valor nutricional excepcional. Además, nuggets, sustitutos de carnes, pasteles, tacones, alcapurrias vegetarianas y el tan versátil pan de yuca.

POSTRES

Mantecados deliciosos con ingredientes reales y combinaciones exóticas; como el "ice cream sandwich" de tofu, un postre que sorprende a todos por su rico sabor. Helados hechos de "cashews" y al fin! donitas saludables, ideales para las loncheras de nuestros niños. Te ofrecemos una variedad de postres confeccionados sin trigo, libres de gluten, super deliciosos y mejor aún, sin grasas trans.





PREPÁRATE PARA UN 2016 LLENO DE SALUD

Rocío E. Lopez, MD
Holistic Health Coach
 787-743-8583
www.medwellnessclinic.com

Estamos a punto del comienzo de un año nuevo y con este viene una edición fresca de resoluciones de Año Nuevo que cada uno de nosotros realiza. Vemos una avalancha de matrículas en los gimnasios, personas mejorando sus hábitos de alimentación, personas dejando de fumar, etc.

Pero es muy frecuente que con el paso de los meses de este nuevo año, la mayoría de nosotros fallamos a nuestros propósitos y resoluciones, en algún momento nos perdemos del camino, pero esto no tiene que volver a suceder todos los años, hoy puede ser tu momento de cambiar y lograr tus metas, tus propósitos y resoluciones y así llegar al final del 2016 con la satisfacción de haber logrado tus metas y propósitos.

Evita caer en los siguientes patrones pues ellos te alejarán de cumplir tus metas y resoluciones:

1. Elaboras una lista muy larga de cambios para realizar todos al mismo tiempo
2. Solo apoyas tus cambios en "fuerza de voluntad"
3. Haces reglas muy restrictivas o privativas
4. Te exiges cambios muy dramáticos en tiempos muy cortos
5. Mantienes tus propósitos privados o secretos, no los compartes con nadie más

A continuación las siguientes recomendaciones te permitirán vivir un 2016 lleno de salud y realista en las metas que te propongas lograr a lo largo del nuevo año:

1. Toma tu tiempo para escribir tus metas y resoluciones, si son importantes para ti, no esperes hasta 2 horas antes del inicio del nuevo año para sentarte a escribirlas. La planificación de los cambios en tus hábitos viejos necesita tiempo y calma. Tómate un par de días o hasta una semana para elaborar un buen plan de cambio.
2. Se realista, no es fuerza de voluntad lo que te mantendrá adelante, sino vivir los cambios positivos que provoca en tu cuerpo la realización de tus metas, en vez de decir "no volveré a comer pan", es mejor decir "reduciré mi consumo de pan y lo sustituiré con papas y viandas", así es más real y con el tiempo lograrás dejar ese viejo hábito y la transición a sustituirlo por un hábito más saludable será más suave, efectiva y duradera.
3. Date el espacio de descansos o indulgencias o premios por hacer las cosas bien: restringir tu consumo del pan

durante toda la semana, te puede dar la ventana de comerte un pedazo pequeño el fin de semana sin afectar tu propósito, esto mantendrá tus antojos controlados y no te hará ver tus cambios tan punitivos y restrictivos que decidas abandonarlos.

4. Comienza en pequeño y simple. No te propongas perder 40 libras en 1 mes, mejor proponte perder 5 libras en 1 mes. Metas cortas y pequeñas son más fáciles de cumplir a diferencia de las metas grandes y restrictivas.
5. Haz un círculo de apoyo que te ayude a mantener en alto la motivación y el camino para lograr tus metas, acepta que todos tenemos días de brillar como el sol y días grises y nublados, y son estos días cuando más apoyo necesitamos alrededor de nosotros para mantenernos en la ruta, no dejes tus resoluciones en secreto, un grupo de apoyo tiene más probabilidad de éxito que un individuo solo.

APOYA TU SALUD... *Naturalmente*

FRESHMART[®]

[...es para todos]

<p>Nasoya Extra Firm Tofu</p> <p>\$2.75</p> <p>Orgánico 1.8 oz.</p> <p>REG. \$3.19 AHORRA .46¢</p>	<p>Field Day Apple Juice</p> <p>\$10.99</p> <p>Orgánico 128 oz.</p> <p>REG. \$17.99 AHORRA \$7.00</p>	<p>Light Tapioca Loaf Bread</p> <p>Emer-G 8 oz.</p> <p>\$3.49</p> <p>REG. \$4.19 AHORRA .70¢</p>	<p>Unbleached All Purpose Flour</p> <p>5 Libras</p> <p>\$6.99</p> <p>REG. \$8.39 AHORRA \$1.40</p>	<p>H-Control Heal & Protect</p> <p>60 Caps</p> <p>\$29.99</p> <p>REG. \$34.99 AHORRA \$5.00</p>	<p>PLANETARY HERBALS</p> <p>Toda la línea Planetary Herbs</p> <p>40% Descuento</p> <p>REG. \$3.99 - \$45.99</p>
<p>Nature's Path Corn Flakes</p> <p>\$4.99</p> <p>Variedad 10.6 oz.</p> <p>REG. \$5.89 AHORRA .90¢</p>	<p>Cheese Puffs</p> <p>\$2.99</p> <p>Variedad 5 - 7 oz.</p> <p>REG. \$3.59 AHORRA .60¢</p>	<p>Coconut Milk</p> <p>Variedad 32 oz.</p> <p>\$2.49</p> <p>REG. \$3.19 AHORRA .70¢</p>	<p>Bob's Red Mills Oats</p> <p>Variedad 32 oz.</p> <p>\$6.99</p> <p>REG. \$8.49 AHORRA \$1.50</p>	<p>Source Naturals</p> <p>Toda la línea</p> <p>40% Descuento</p> <p>REG. \$5.49 - \$89.99</p>	<p>CADIA</p> <p>Toda la línea</p> <p>15% Descuento</p> <p>Cartas restrictivas aplican</p> <p>Válidos hasta el 31 de enero 2016</p>

Ofertas especiales hasta el 31 de enero del 2016.
 Ciertas restricciones aplican. Descuentos no aplican con otras ofertas.
www.freshmartpr.com | Visítanos en Facebook

Aguadilla
 Plaza Victoria
 (787) 882.7800

Caguas
 Urb. Capaces
 (787) 905.7800

Carolina
 Commercial Park
 (787) 762.7800

Condado
 Ave. Ashford
 (787) 999.7800

Hato Rey
 201 Federico Coite
 (787) 282.9107

Guaynabo
 Garden Hills Plaza
 (787) 262.7800

Vitaminas y Suplementos

El bienestar se logra si miramos el cuerpo de manera integral, holística. El cuerpo es un todo, en donde los sistemas, cada órgano, sus tejidos y las células trabajan en conjunto para llevar a cabo eficazmente todas las funciones de nuestro organismo. La sana alimentación, la actividad física y la suplementación adecuada son herramientas esenciales para mejorar nuestro estado de salud y prevenir enfermedades, alcanzando así una vida óptima. Sentirse joven y con energía sin importar la edad son los resultados de elegir una vida saludable todos los días.



incluyen combinados de plantas y nutrientes diseñados para que trabajen sinérgicamente con tu cuerpo. De esta forma, apoyan el funcionamiento y el fortalecimiento de los propios mecanismos de recuperación que al igual que la naturaleza posee el cuerpo.

OFRECEMOS:

- Prestigiosas marcas
- Nutrientes de origen vegetal "plant base"
- Productos orgánicos (USDA organics)
- Formulaciones libres de alérgenos comunes
- Formulaciones libres de colorantes, preservativos, hormonas y sintéticos

En Freshmart sabemos que el poder restaurador se obtiene de la naturaleza misma. De manera que, nuestras vitaminas y suplementos son seleccionados cuidadosamente, resguardando la calidad y la pureza de su fuente de origen. Nuestras formulaciones



Algunas de nuestras marcas:



Ofertas especiales para ti...

FRESHMART®

[...es para todos]



Chlorofresh Liquid Chlorophyll
16 oz.
\$9.99
REG. \$12.49 | AHORRA \$2.50

Wellness Formula
90 Tablets
\$14.39
REG. \$23.99 | AHORRA \$9.60

HEMA-PLEX
Nature's Plus
30 Tablets
\$9.95
REG. \$12.45 | AHORRA \$2.50

Pure Collagen Liquid
32 oz.
\$26.39
REG. \$32.99 | AHORRA \$6.60

Coconut Oil
Pure Extra Virgin
16 oz.
\$10.99
REG. \$15.99 | AHORRA \$5.00

Blood, Liver, Lymph Cleanse & Detox
60 Caps
\$21.99
REG. \$23.99 | AHORRA \$2.00

Super Multi Vitamin
with Herbs & Energizers
120 Tablets
\$10.25
REG. \$12.79 | AHORRA \$2.54

Vegan Smart Nutritional Shake
22 oz.
\$27.99
REG. \$34.99 | AHORRA \$7.00

Ofertas especiales hasta el 31 de enero de 2016.
Ciertas restricciones aplican. Descuentos no aplican con otras ofertas.

www.freshmartpr.com | Visítanos en Facebook

Aguadilla
Plaza Victoria
(787) 882-7800

Caguas
Urb. Caguax
(787) 905-7800

Carolina
Commercial Park
(787) 762-7800

Condado
Ave. Ashford
(787) 999-7800

Hato Rey
201 Federico Costa
(787) 282-9107

Guaynabo
Garden Hills Plaza
(787) 622-7800