

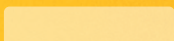
.bom dia.
ALEGRIA



LIPTON YELLOW LABEL

Falar de Lipton Yellow Label é falar de Sir Thomas Lipton, o aventureiro escocês, que um dia criou a saqueta de chá e a comercializou em todas as suas mercearias. A partir das melhores folhas de chá, colhidas à mão na Índia e no Quênia, nasceu Lipton Yellow Label, um chá preto, com um aroma fresco, leve e delicado para beber quente ou frio.

.bom dia.
ALEGRIA



LIPTON EARL GREY

Earl Grey é um dos chás aromatizados mais conhecidos no mundo. É também um dos mais populares devido ao seu sabor cítrico, proveniente do óleo da bergamota, uma espécie de laranja típica da região da Calábria, em Itália. Lipton adicionou a esta combinação o aroma ligeiramente apimentado das pétalas de calêndula.

.bom dia.
ALEGRIA



LIPTON ENGLISH BREAKFAST

Saboreie este chá preto num começo de dia muito *british* ou simplesmente para lhe dar mais energia.

**MÃOS À
OBRA**



LIPTON GREEN TEA ORIENT

Do Oriente chega-nos a suavidade do chá verde combinada com dois dos sabores asiáticos mais marcantes, o anis e a canela. Se já é amante de chá verde, experimente esta apurada e surpreendente combinação de sabores e aromas que o fará embarcar nesta deliciosa viagem.



LIPTON FOREST FRUITS

Lipton juntou o melhor de dois mundos: os benefícios do chá preto com os aromas dos frutos silvestres.

O chá preto tem inúmeros benefícios e os frutos silvestres são muito procurados pelos seus componentes nutricionais e sabor irresistível. Junte a vitalidade e o encanto da primavera, ao provar este chá!



LIPTON CIDREIRA

Sabia que a cidreira é um arbusto muito comum, que pode crescer até 2 metros de altura? Lipton leva até si o melhor desta planta: óleos essenciais extraídos da infusão em água quente que atenuam os efeitos de um eventual exagero culinário.



LIPTON CAMOMILA

Há muito tempo que por todo o mundo se conhecem inúmeras utilizações da camomila. As suas propriedades calmantes e digestivas, tornaram o seu consumo em infusões muito popular. Aceite a nossa proposta e relaxe de naturalmente com uma infusão de Lipton Camomila.



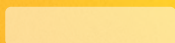
LIPTON LÚCIA-LIMA

Lippia Citriodora é o nome verdadeiro da Lúcia-Lima, uma planta que quando colocada em contacto com água a ferver liberta óleos essenciais que o ajudarão a digerir uma refeição "traíçoeira" ou a enfrentar um chefe mal-humorado. Com certeza que vai recordar primeiro o seu efeito digestivo e calmante, do que o seu nome científico.



LIPTON MENTA

Tão popular que nem precisa de ser apresentada, a menta é utilizada para inúmeros fins, sendo planta de eleição em variados países e regiões. O único desafio é a sua preparação. A nossa exclusiva proposta apresenta generosos pedaços de menta. Assim, o aroma e sabor natural a menta são garantidos, para um efeito refrescante para o corpo e a alma.



LIPTON TÍLIA

A tilia é produzida a partir de uma árvore, e não de um arbusto. Das suas folhas em contacto com a água quente são extraídos os princípios ativos que o ajudarão a enfrentar aqueles dias em que mundo está virado contra si. Relaxe e deixe que os efeitos calmantes da tilia atuem.

MOMENTOS LIPTON



. bom dia. ALLEGRIA

LIPTON CHÁ PRETO PARA COMEÇAR O DIA DA MELHOR FORMA!

- Um novo estudo, intitulado “A combinação de L-Teanina e Cafeína melhora a performance cognitiva e aumenta o estado de alerta” e publicado na revista Nutritional Neuroscience, mostra que o consumo de chá preto logo nas primeiras horas da manhã melhora a atividade mental, o que o torna perfeito para o pequeno-almoço.

- Outro estudo refere que o consumo de chá tem a capacidade de melhorar o estado de humor e de mantê-lo positivo ao longo do dia, otimizando estados psicológicos e a performance no trabalho.

- Se precisa de uma boa dose de energia para enfrentar o seu dia, o chá preto é a opção certa que ajuda a despertar os seus sentidos e a sentir-se com mais ânimo e espírito positivo.



MÃOS À OBRA

LIPTON CHÁ VERDE PARA AS PAUSAS DURANTE O DIA.

- Um pausa no trabalho ajuda a mente a relaxar e contribui para o aumento dos níveis de concentração. E nada melhor de um chá verde para tornar esta pausa ainda mais saborosa e revigorante.
- Caso resista à tentação de lhe adicionar algo mais, como açúcar ou leite, o chá tem zero calorias!
- Para ajudar a manter a hidratação, especialistas de saúde do Instituto de Medicina determinaram que a ingestão adequada de líquidos para as mulheres é de aproximadamente 9 copos (2,2 litros) todos os dias e para os homens é de aproximadamente 13 copos (3 litros) por dia¹.
- Visto que o chá sem adição de açúcar ou leite é 99,5 por cento de água, pode contar para a ingestão de líquidos durante o dia - além de saber bem!
- Mito: É uma ideia comum de que o chá, ou outras bebidas que contêm cafeína, têm um efeito diurético, o que significa que causa uma maior frequência de micção, diminuindo o nível de hidratação do seu corpo.
- Facto: No entanto, pesquisas mostram que os níveis de cafeína, quando consumidas regularmente em quantidades de chá, não levam à desidratação²³⁴.



CHÁ DAS Cinco

CHÁS E INFUSÕES DE SABORES PARA UM LANCHE ESPECIAL E DELICIOSO.

- Quem diria que algo tão simples e natural como o chá poderia ter um sabor tão extraordinário e ter tantas propriedades benéficas?
E com tanta variedade de sabores, o difícil vai ser encontrar o seu favorito!

- Fica a nossa dica: se prefere sabores intensos experimente chá preto; se quiser sabores mais frutados, então chás com sabores são ideais; e para quem gosta de sabores mais suaves pode sempre optar pelo chá verde.



¹ Relatório do Conselho Consultivo dos Parâmetros Alimentares sobre os parâmetros alimentares dos Americanos em 2010, Sódio, Potássio, Água. Os Parâmetros Alimentares para os Americanos, Departamento de Saúde e Serviços Humanos dos Estados Unidos da América; 2010: D6-30

² Gardner EJ, Ruxton CHS, Leeds, AR. Revisão. O chá preto – útil ou prejudicial? Uma revisão das evidências. Eur J Clin Nutr. 2007; 61:3-18.

³ Popkin BM, Armstrong LE, Bray GM, Caballero B, Frei B, Willett WC. Um novo sistema de orientação proposta relativamente sobre o consumo nos Estados Unidos da América. Am J Clin Nutr. 2006;83:529-542

⁴ Maughan RJ, Griffin J. A ingestão de cafeína e o seu equilíbrio. J Hum Nutr Diet. 2003;16:411-420



VOU

RELAXAR

INFUSÕES RELAXANTES E DIGESTIVAS PARA RECUPERAR DE DIAS EM CHEIO!

- Existem algumas variedades de ervas e plantas que têm propriedades relaxantes e que podem ajudar naquelas alturas em que vivemos momentos de stress ou ansiedade.
- Após um longo e exaustivo dia de trabalho, nada melhor do que uma chávena da sua infusão de ervas favorita para descomprimir e sentir-se mais relaxado.
- Algumas variedades de ervas e plantas calmantes contribuem para regularizar distúrbios leves do aparelho digestivo ou para recuperar de refeições mais fartas e condimentadas.
- As infusões relaxantes e digestivas constituem uma excelente alternativa para ingerir líquidos, de forma natural e saborosa.

