

Prendre soin de sa santé dès la rentrée



Parce que les vacances sont souvent synonymes de laisser aller et de plaisir en tout genre, la rentrée est donc l'occasion de prendre de bonnes résolutions. Il est cependant important de le faire correctement sans mettre en danger sa santé.

Anaëlle Lepage, diététicienne diplômée, vous aide à atteindre votre poids de forme en mangeant de tout, sans privations et en vous faisant plaisir. Un programme, sous forme de suivi, s'adressant à tous en fonction du mode de vie et des goûts de chacun.

Ce rééquilibrage alimentaire est accompagné d'explications

claires et précises afin de réapprendre à être à l'écoute de son corps et de lui apporter tout ce dont il a besoin.

Une alimentation qui permet donc à toute la famille de consommer la même chose et de retrouver le plaisir de manger sain, simple et équilibré sans frustrations.

Le 1^{er} entretien est gratuit.

SAVOIR PLUS

Anaëlle Lepage

2 ter, rue de Mondereau
Sens - Tél. 06 25 04 05 63
www.maigrir2000.com