



A PARTIR DU 12 DECEMBRE 2016, VOTRE DIETETICIENNE VOUS PROPOSE UN FORFAIT DECOUVERTE DE LA PRISE EN CHARGE BIO-PSYCHO-SENSORIELLE.

Se sentir mieux sans faire régime ? Et pourquoi pas ?

Je vous propose un suivi diététique et une prise en charge un peu différente !

Perdre du poids vite fait bien fait, c'est facile mais comment maintenir cette perte de poids dans le temps ?

Partez à la découverte de la prise en charge.

Je crée ce suivi pour toutes les personnes qui en ont marre des régimes et qui aimeraient essayer autre chose tout en étant encadrées par un professionnel de la santé.

Ce suivi comprend 5 consultations diététiques :

1^{ère} consultation (1h) : un bilan complet de vos habitudes de vie, de votre alimentation et de votre comportement alimentaire

2^{ème} consultation (45min) : Apprendre à décrypter votre propre comportement alimentaire

3^{ème} consultation (45min) : Redécouvrir vos sensations alimentaires de faim et de satiété

4^{ème} consultation (45min) : Dégustation en pleine conscience

5^{ème} consultation (45min) : Apprendre à gérer vos compulsions et/ou vos envies de manger émotionnelles.

Ces premières consultations vous aideront beaucoup dans une démarche pour atteindre votre poids d'équilibre.

Ces 5 étapes ne sont que le prélude et sont nécessaires pour comprendre la méthode BPS.

SI VOUS DÉSIREZ PLUS D'INFORMATIONS SUR CETTE MÉTHODE, N'HÉSITEZ PAS À ME CONTACTER !

**MES
COORDONNEES :**
GSM : 0473664393
E-MAIL :
INFO@THATSMYDIET.BE

**FORFAIT
DÉCOUVERTE
DE 5
CONSULTATIONS
= 190 EUROS**

VIRIDIANA GRILLO
That's my diet

Rue Rasson, 42
1030 Schaerbeek

www.thatsmydiet.be

<https://www.facebook.com/thatsmydietbxl/>