

Bonjour,

**Naturhouse Limoges Garibaldi** est un centre de diététique basé sur le **rééquilibrage alimentaire**.  
**Caroline** ou **Manon**, diététiciennes, vous reçoit en **entretien individuel** pour répondre à vos questions.  
Vous établirez **ensemble** un plan alimentaire **adapté à votre attente**.

### 1 - Objectif de perte de poids supérieur ou égal à 5kg : 3 phases :

<b>Perte de poids</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Consultations hebdomadaires</b> et suivi téléphonique</li></ul> Plan alimentaire + compléments +/- 40€ par semaine, perte hebdomadaire : 600g à 1kg en moyenne
<b>Stabilisation</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Consultations bimensuelles</b></li></ul> Elargissement du plan alimentaire + compléments alimentaires +/- 40€ par quinzaine, stabilisation de l'objectif
<b>Entretien</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Consultations mensuelles</b> avec votre diététicienne</li></ul> Equilibre alimentaire global +/- compléments alimentaires +/- 40€ par mois, maintien durable du poids atteint

### 2 - Objectif de perte de poids inférieur à 4kg, nouvelle hygiène alimentaire, bien-être digestif sans perte de poids, suivi pédiatrique – végétarien – ramadan – sans gluten – post grossesse – femme active etc...

<b>Rééquilibrage alimentaire</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Consultations bimensuelles</b> et suivi téléphonique</li></ul> Plan alimentaire élargi + compléments +/- 40€ par quinzaine
<b>Entretien</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Consultations mensuelles</b></li></ul> Equilibre alimentaire global +/- compléments alimentaires +/- 40€ par mois, maintien durable des bonnes habitudes alimentaires

### 3 - Inconfort lié à une situation passagère (stress, ménopause, grignotage ...) Légère perte de poids (2 à 3 kg) sans objectif majeur !

<b>Solution ou objectif adaptés</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Une consultation et suivi téléphonique</li></ul> Solution ventre plat, détox, jambes légères, anti-grignotage... Objectif sérénité, sport ... <ul style="list-style-type: none"><li>• plan alimentaire large + 2phases de compléments (booster l'organisme puis consolider)+/- 45€ par mois</li></ul>
-------------------------------------	--

### 4 –Perte immédiate et ponctuelle : le pack express Naturhouse

<b>Programme complet Sur 2 jours</b>	Perdez jusqu'à 2Kg <ul style="list-style-type: none"><li>• 2 consultations et suivi téléphonique</li><li>• Repas inclus + compléments alimentaires +/- 70€</li></ul>
--------------------------------------	--

Nous restons, bien entendu, à votre disposition si vous souhaitez des informations complémentaires ou prendre rendez-vous pour un **BILAN GRATUIT** afin que vous puissiez nous faire part de vos attentes.

Au **05.55.78.25.70**

par @

[naturhouse.limoges@orange.fr](mailto:naturhouse.limoges@orange.fr)

Ou encore mieux : **passsez nous voir**

**16 bis, avenue Garibaldi - LIMOGES**

Au plaisir de vous rencontrer !

