

# La santé simplifiée!

Le 11 mai, NutritionMontreal pré-lancera son premier programme en ligne. Le but est de mettre fin aux diètes et prendre le cap sur votre santé.

Le programme sera officiellement lancé pour 250\$ (un rabais de plus de 50% d'une consultation individuelle) Ce pré-lancement vous sera offert à seulement à **100\$!**

## Inclus dans le programme :

- ❖ 4 conférences en ligne de 45 min. via Google Hangout
- ❖ Accès à un groupe Facebook privée pour répondre à vos questions, vos inquiétudes, et rester à l'affût de nouvelles informations et recommandations
- ❖ Feuillet d'informations, recettes et idées santé pour vous aider à progresser et maintenir vos saines habitudes alimentaires

## Le sujet :

- ❖ Établir de saines habitudes alimentaires pour un corps et esprit en santé
- ❖ But: éliminer les fringales de sucres, augmenter le niveau d'énergie et atteindre un poids santé, et bâtir un système de support.

## De quoi avez-vous besoin?

- ❖ Une connexion internet et un accès à un ordinateur, iPhone, iPad ou Android.
- ❖ Participer au groupe Facebook pour optimiser votre bien-être

Êtes-vous prêt pour vous joindre à nous? Pour offrir une approche personnalisée, nous acceptons seulement 8 participants par groupe. Contactez-nous dès maintenant pour réserver votre place!

Voici l'horaire des groupes du pré-lancement :

- Groupe en anglais: Mercredi 19h00 ou Jeudi 12h00 (midi).
- Groupe en français : Mercredi 20h00

Au plaisir,  
Dina Merhbi, Dt.P., Diététiste/Nutritionniste  
Fondatrice de NutritionMontreal ([www.NutritionMontreal.ca](http://www.NutritionMontreal.ca))