

Anne-Catherine Le Goff

Nutrithérapeute

Diplôme d'Etat de Docteur en Pharmacie
Diplôme Universitaire de Nutrition/Micronutrition

Bilan nutritionnel individuel

« Profitez d'un bilan nutritionnel pour mieux vous connaître.
Comprenez votre corps qui vous parle avec ses maux.
Apprenez à mettre en pratique votre équilibre alimentaire sur-mesure. »

✓ Objectif Sanitude

1

1ère séance de Bilan

Nous faisons le point sur:

- Votre besoin majeur
- Vos antécédents
- Vos habitudes alimentaires et de mode de vie
- Selon vos maladies, vos traitements, vos compléments alimentaires.
- Ce que vous avez déjà mis en oeuvre
- Vos attentes
- Nous définissons ensemble vos objectifs de santé.

2

2ème séance de Bilan

- Vous apprenez comment votre corps fonctionne, quels sont vos déséquilibres et par quels maux votre corps vous parle.
- Nous analysons vos besoins nutritionnels propres.
- Nous définissons des habitudes alimentaires à mettre en oeuvre dans votre vie quotidienne, en accord avec vos goûts et votre mode de vie, avec des conseils pratiques, simples et gourmands

60€ la séance
✓Equilibre alimentaire sur-
mesure
✓Conseils pratiques
✓Support
pédagogique

Au cabinet,
en visio ou
à domicile

Vos besoins

- Retrouver une silhouette harmonieuse
- Accompagner les maladies métaboliques : diabète, cholestérol, foie gras
- Accompagner les troubles de la digestion, les maux de ventre, les intolérances alimentaires
- Booster votre immunité
- Accompagner vos douleurs
- Gérer le stress, l'anxiété, le sommeil et la fatigue, la mémoire
- Gérer les troubles féminins
- Accompagner les problèmes de peau
- Accompagner les suites de cancer
- Optimiser votre pratique sportive
- Acquérir des informations cohérentes
- Allier Gourmandise et Santé

Sanitude®