



LES SERÈNES
MAISON DE SANTÉ PLURIPROFESSIONNELLE

Vous vous sentez *en surpoids ?*

Vous avez envie de perdre du poids ?

VOUS VOUS RECONNAISSEZ ?



Un poids qui augmente
et que vous n'arrivez plus à contrôler



Un ventre qui s'arrondit



Une fatigue plus fréquente



Une santé que vous souhaitez
préserver sur le long terme

Perdre du poids, c'est possible !

Pour votre santé et votre bien-être :

- ✓ Retrouver de l'énergie
- ✓ Se sentir mieux dans son corps
- ✓ Prévenir les maladies (diabète, hypertension, problèmes articulaires...)
- ✓ Améliorer sa qualité de vie



**UN PROGRAMME
D'ACCOMPAGNEMENT**
*est en cours
de création !*



Un parcours personnalisé, bienveillant
et collectif pour vous aider à perdre
du poids durablement.



**Une alimentation
équilibrée et plaisir**
Des conseils adaptés
à vos besoins



**Une activité physique
adaptée à votre rythme**
Bouger, c'est bon pour
le corps et le moral !



**Un soutien pour
le moral et la confiance
en soi**
Parce que chaque
parcours est unique



**Un accompagnement
par une équipe de
professionnels de santé**
À vos côtés à chaque
étape



Vous êtes concernée ?
Faites-vous connaître dès maintenant !

Renseignements à l'accueil de la Maison de Santé ou auprès de votre professionnel de santé.



Inscrivez-vous dès aujourd'hui
pour être informée en priorité
du lancement du programme.

Ensemble, agissons pour votre santé et votre bien-être.

Chaque petit pas compte,
et vous n'êtes pas seule !



Prenez soin de vous, *votre santé* en vaut la peine !