



Marie Salvas, présidente et fondatrice de Poids Plaisir est heureuse d'annoncer à la population d'Ahuntsic l'arrivée de son entreprise au 10794, rue Lajeunesse.

Mme Salvas offre un service de coaching en amaigrissement (individuel et en groupe). Elle utilise une méthode intitulée "La reprise de pouvoir sur soi". Cette approche prône l'adoption de saines habitudes de vie, le renforcement de l'estime de soi et la motivation par le plaisir.

Les participants reçoivent le livre "Maigrir avec plaisir" écrit par Marie Salvas, ainsi que "L'arbre alimentaire", un outil conçu pour les guider dans leurs choix d'aliments.

Les clients de Poids Plaisir sont entourés par une équipe multidisciplinaire de professionnels de la santé.

Mme Salvas a elle-même perdu 140lbs en un an et demi et connaît très bien les nombreux défis liés à la perte de poids. Elle désire avant tout «convaincre les personnes désirant maigrir que c'est possible». Info: 514 388-8808 ou [www.poidsplaisir.com](http://www.poidsplaisir.com)

<http://www.courrierahuntsic.com/article-298164-Arrivee-de-Poids-Plaisir.html>