

Pour maigrir, 3 ingrédients : vérité, estime de soi, plaisir

Le printemps est arrivé! Et avec sa venue, toute la panoplie des « régimes miracles » ressurgira dans les publicités. Une fois de plus cette année les gens se diront : « Il faut que je maigrisse » et feront le choix désastreux d'un régime rapide qui aura comme résultat final d'augmenter leur poids et leur culpabilité et diminuer leur estime personnelle.

Le surpoids est un véritable fléau actuellement et les régimes miracles annoncés ne font que grossir le problème en s'attaquant à l'amour-propre des gens.

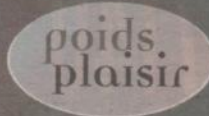
Poids Plaisir propose la seule et unique recette qui fonctionne : la reprise de pouvoir sur soi. Les ingrédients? La vérité, l'estime de soi et le plaisir dira Marie Salvas, présidente de Poids Plaisir qui a elle-même maigri de 140 livres avec plaisir. « Il ne faut pas maigrir, mais choisir de le faire et il faut croire en la personne unique et exceptionnelle que l'on est maintenant. C'est un mouvement d'amour de l'intérieur vers l'extérieur. »

Poids Plaisir offre une méthode exceptionnelle qui permet de maigrir avec plaisir. Elle prône des habitudes de vie saines, le renforcement de l'estime de soi et la motivation par le plaisir.

GROUPES DE SOUTIEN : Poids Plaisir propose un programme de 3 forfaits de groupe s'échelonnant sur un an. Les gens peuvent choisir de s'inscrire à 1, 2 ou aux 3 forfaits de 12 semaines. Pendant ces 12 semaines, son équipe multidisciplinaire, composée d'animateurs, de kinésiologues, de nutritionnistes et de psychologues, traite de tous les aspects du surpoids afin de motiver les participants à éliminer leurs kilos superflus de manière définitive. Une série d'outils est offerte aux participants, dont le livre « Maigrir avec plaisir » et l'Arbre alimentaire.

COACHING PRIVÉ : Afin de répondre aux besoins des gens qui favorisent les rencontres individuelles, qui préfèrent l'anonymat ou qui ont des horaires particuliers, Marie Salvas est devenue une coach réputée en amaigrissement. Sa compréhension de la perte de poids et son grand talent de communicatrice font d'elle une motivatrice hors pair. Elle reçoit en consultation privée au bureau de Poids plaisir.

Poids Plaisir est recommandé par les plus grands experts : Poids Plaisir est recommandé par un nombre incalculable de médecins et par tous les grands chroniqueurs en nutrition. Pour ne citer qu'elles : Isabelle Huot, Ph.D. en nutrition, Hélène Baribeau, nutritionniste Dt.P., M.Sc. et chroniqueur sur le site de passeportsanté.net et Caroline Gosselin, Ph.D. en endocrinologie et auteure, n'hésitent pas à recommander Poids Plaisir.



MARIE SALVAS
présidente de Poids Plaisir
avant et après avoir
fondu de 140 livres



Poids Plaisir, 4135-A, Papineau, Montréal
WWW.POIDSPLAISIR.COM • 514-509-4833