

Nouveau programme 2023

PROGRAMME MINCIR À VICHY

Le pôle nutrition des Thermes de Vichy vous propose un « Accompagnement perte de poids » pour débiter un amaigrissement efficace et durable pendant votre séjour thermal. Ce programme répond aux préconisations du Plan National Nutrition Santé « Manger-bouger » et vous apporte conseils et solutions pour changer et adopter une alimentation santé à vos besoins.

Parcours de la cure

- 2 rendez-vous diététiques + 1 suivi 2-4-6 mois après la cure
- 1 coaching activités physiques personnalisé en début de cure donnant accès aux activités sportives & détente du Vichy Tonic
- 2 cours de cuisine diététique au choix sur les 3 semaines
- 1 atelier diététique sur l'équilibre alimentaire
- 2 rendez-vous « hypnose addiction » ou 2 depresso-modelage ou 2 rendez-vous psychomotricienne
- Accès conférences

Programme accompagnement perte de poids : 275 €

