Sandra Jaoui Nutrition

Sandra Jaoui est coach diplômée en nutrition à Montmorency. Elle propose un accompagnement personnalisé centré sur les habitudes alimentaires, le rééquilibrage alimentaire et la construction de repères durables, avec une attention particulière portée aux femmes après 50 ans et autour de la ménopause.

Le premier rendez-vous prend la forme d'un bilan nutritionnel approfondi de 1 h 30. Cette étape est essentielle pour comprendre l'alimentation, le rythme de vie, les habitudes, les contraintes et les objectifs de la personne afin de définir une stratégie d'accompagnement personnalisée.

Lorsqu'un objectif de perte de poids est recherché, l'accompagnement repose sur des ajustements progressifs adaptés au quotidien, sans régime strict ni promesse de résultat chiffré.

5 rue de Condé
95160
Montmorency
Infos pratiques

Consultation sur rendez-vous :

- Jeudi 8h30 à 19h
- Vendredi de 8h30 à 18h
- Samedi de 9h à 13h

Contact

5, rue Condé

Tél : 06 19 42 03 62

Liens utiles
Réservez en ligne votre RDV avec Sandra Jaoui
Découvrez le site de Sandra Jaoui