



Groupe d'action sur le poids

Le groupe d'action sur le poids **Équilibre** a une expertise unique et reconnue en saine gestion du poids et offre des formations depuis plus de 20 ans.

- Vous êtes intéressé(e) par l'**obésité** et la **préoccupation excessive à l'égard du poids** ?
- Vous souhaitez mieux comprendre le lien entre le poids et la santé ?
- Vous doutez de l'efficacité à long terme des régimes amaigrissants ?
- Vous aimeriez vous familiariser avec une **approche biopsychosociale** de saine gestion du poids, qui s'appuie sur les saines habitudes de vie et l'acceptation de soi et de la diversité naturelle des formats corporels?



SPÉCIAL D'AUTOMNE



FORMATION « VERS UN CHANGEMENT DE PRATIQUES

EN SAINE GESTION DU POIDS »

À SEULEMENT 50\$* EN NOVEMBRE

FAITES VITE, LES PLACES SONT LIMITÉES !

Informations et inscription : Cynthia Cayer au **514-270-3779 #221**.

Pour connaître les dates des prochaines formations, visitez le www.equilibre.ca.

** Prix promotionnel applicable aux formations du 6 novembre (Montréal) et du 20 novembre (Québec) avec une inscription avant le 23 octobre 2009*