



**RÉ-OUVERTURE**

DES CENTRES BODYSANO

Diététique  
&  
Bien-être

**Tout est mis en oeuvre pour vous accueillir  
dans les meilleures conditions.**

**RDV en face-à-face ou en visio-conférence.**

**FRANCE :**

Venelles 04 42 65 04 07 • Antibes 04 89 89 01 49 • Aubagne 04 42 70 10 43  
Bourges 02 48 70 15 07 • Clermont-Ferrand 04 73 16 80 18  
Dijon 03 80 55 35 29 • Fort de France 05 96 55 58 93 • Lyon 04 81 11 70 29  
Metz 03 87 55 25 95 • Nantes 09 84 12 87 29 • Nevers 03 86 58 69 31  
Neuilly Plaisance 01 43 01 88 90 • Nice 04 93 04 13 76 •  
Paris Lourmel 09 73 67 68 32 • Vichy 04 70 57 78 73

**BELGIQUE :**

Bascule 02 346 99 54 • Stockel 02 771 20 12



Bodysano

Trouvez votre centre bodysano sur [www.bodysano.com](http://www.bodysano.com)

## EDITORIAL

MIEUX MANGER POUR  
ÊTRE MIEUX PROTÉGÉ

Le moment est venu de tirer nos premières conclusions d'un point de vue diététique de cette crise du Covid-19.

Notre premier constat est que tous les spécialistes s'accordent malheureusement à dire que le risque pandémique augmentera pendant les années à venir. Chacun d'entre nous devrait donc se préparer et mettre toutes les chances de son côté.

Le deuxième est que les médecins urgentistes en France et dans le monde ont constaté que le sur-poids est l'un des facteurs aggravants pour les porteurs symptomatiques du Coronavirus. Perdre les kilos en trop peut être un élément de défense.

De plus, toutes les études pilotées par l'Organisation Mondiale de la Santé ont démontré que la mauvaise alimentation ( la «nourriture de confort» ) est un facteur clé des problèmes de santé des populations occidentales. Ne pas manger équilibré entraîne une faible santé métabolique et est un déclencheur de la réduction de nos fonctions immunitaires.

Le syndrome métabolique ( excès de graisse autour de la ceinture abdominale, hypertension, taux de sucre excessif dans le sang et mauvais profil de cholestérol ) affaiblit fortement notre système immunitaire et augmente les risques d'infections.

Ne pas savoir comment manger correctement augmente la vulnérabilité aux virus.

En conséquence, à l'avenir, nous allons devoir porter plus d'attention à nos préférences alimentaires pour nous protéger des infections : toutes les études françaises et américaines prouvent que, lorsque l'on mange sainement, le risque de contracter une maladie diminue de 40 % et l'immunité augmente exponentiellement.

C'est pourquoi, chez BodySano, nous continuons à mettre en place des programmes nutritionnels personnalisés pour vous aider à choisir les aliments et les boissons qui peuvent améliorer votre santé, réduire votre sur-poids et renforcer votre système immunitaire.

Appelez-nous pour un Bilan-diététique en face-à-face ou par visioconférence, c'est gratuit et sans engagement.

# DÉCONFINEMENT

les centres  
**BODY SANO**  
sont prêts à vous accueillir



## DÉSINFECTION DU CENTRE

- Désinfection de toutes les surfaces à l'ouverture et à la fermeture
- Désinfection des surfaces et du matériel entre chaque client
- Désinfection répétée des surfaces à risque : poignées de portes, interrupteurs, terminal de paiement

# DÉCONFINEMENT

les centres  
**BODY SANO**  
sont prêts à vous accueillir



## PROTECTION DE NOTRE CLIENTÈLE

- Le port du masque est demandé à la clientèle
- Friction hydro-alcoolique des mains pour toute la clientèle dès son arrivée en centre
- Port de masque, visière et gants par le personnel
- Respect de la distanciation sociale

# DÉCONFINEMENT

les centres  
**BODYSANO**  
sont prêts à vous accueillir



## HYGIÈNE ET PROTECTION DU PERSONNEL

- Présence du personnel au travail uniquement si en bonne santé et sans aucun symptôme
- Port de gants à usage unique pendant un acte
- Port de masque ou visière
- Respect de la distanciation sociale

# DÉCONFINEMENT

les centres  
**BODYSANO**  
sont prêts à vous accueillir



## ORGANISATION DES SERVICES

- Espacement des RDV entre les clients
- Service de livraison ou de «drive» pour les personnes à risque
- Envoi de fiches et programmes personnalisés sous forme électronique
- Pas de revues, documentation, catalogues ou échantillons à l'accueil