

Et si on changeait d'abord de *mode de vie*,
pour améliorer la *santé*?



Thais

Le service *Bien manger - bouger*

BIEN
manger
bouger

Nos offres d'accompagnement

Aider à changer son mode de vie, contrôler son poids et son tour de taille, pour améliorer sa santé

En autonomie

BIEN
manger
bouger

En coaching santé



Pendant 1 an⁽¹⁾

15€

L'offre solo

Accès à la méthode détaillée

La méthode de bon sens

- Une quinzaine de réflexes santé, fondés sur les connaissances actuelles en prévention / santé
- Un mode de vie protecteur : contrôle du poids et bénéfices santé inégalés

Sur les 3 premiers mois⁽¹⁾

145€

55€⁽³⁾

L'offre duosolo

7 rendez-vous - 2h40

205€⁽²⁾

195€

105€⁽³⁾

L'offre duo

12 rendez-vous - 4h20

Sur les 9 mois suivants⁽¹⁾

205€

115€⁽³⁾

L'offre duo bis

9 rendez-vous - 3h

Le coaching santé

- Le soutien d'une équipe experte dédiée
- Bilan initial et suivi programmé

(1) Prix grand public. Pour le coaching santé, possibilité d'étendre la période d'accompagnement de 1,5 mois (6 semaines) gratuitement. (2) Offre promotionnelle de lancement pour l'offre duo. (3) Prix nets moyens estimés après remboursement mutuelle, niveau de remboursement partiel ou total des offres de coaching santé par les mutuelles / complémentaires santé, selon forfait existant.

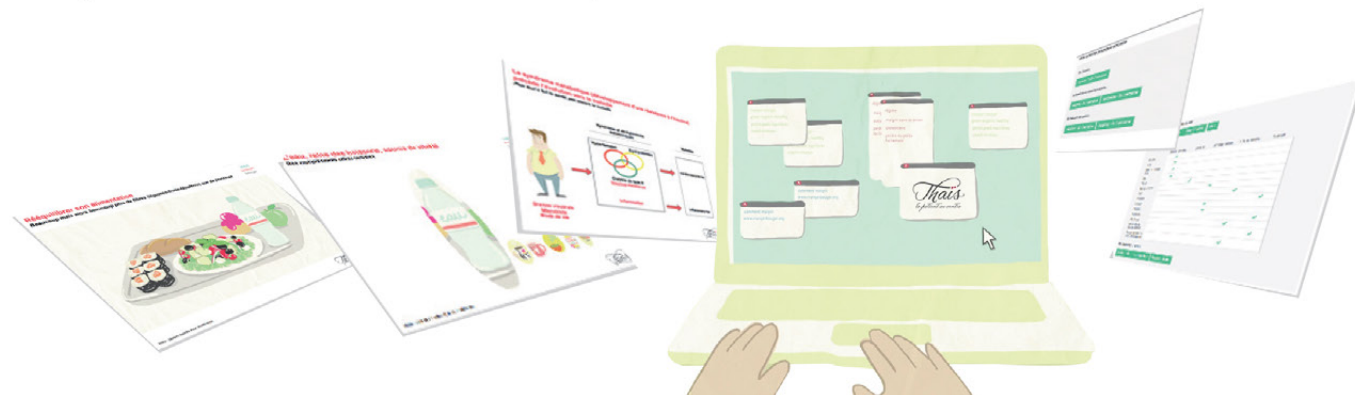
Nos offres en entreprise

Réduire l'absentéisme et améliorer la productivité, développer une culture santé au travail, maîtriser le risque santé

Baromètre santé

Ateliers d'éducation santé

- Pour cibler votre action de prévention santé et sensibiliser les salariés



Thais

*Le service **Bien manger - bouger**
La solution de bon sens pour changer de mode de vie*



Efficace

- Approche globale
- Bénéfices santé inégalés
- Parcours de soins dans la durée (3 ou 12 mois)

**Humaine
& personnalisée**

- Soutien d'une équipe experte dédiée

Accessible

- Nomade 6j/7, 8h-22h
- Prix juste
- Remboursé mutuelle

Nous contacter

contact@thais.fr

(+33) 07 82 58 79 50

Retrouvez-nous sur www.thais.fr