

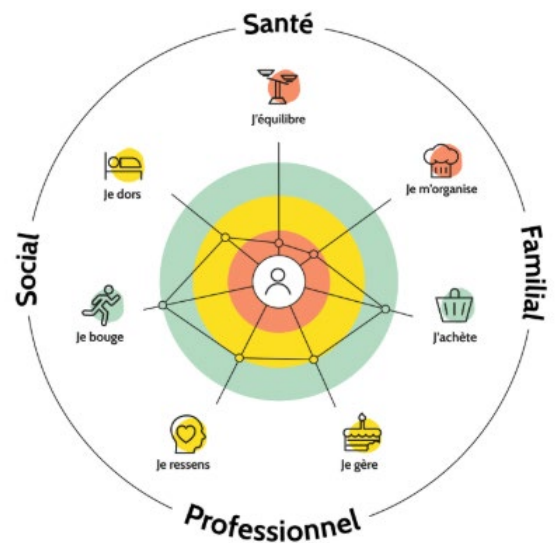
# Atteindre mes objectifs nutritionnels

**Améliorez vos habitudes alimentaires en moins de 15 minutes par jour. Bénéficiez d'un programme sans frais, ludique et personnalisé qui s'adapte à votre rythme de vie personnelle comme professionnelle, pour vous aider à atteindre vos objectifs durablement.**



## Les + de votre programme

- Une méthode innovante et unique sur le marché, reposant sur 7 thématiques clés et tenant compte de votre environnement familial, social, professionnel, de votre santé et de vos spécificités (comportements alimentaires, pathologies, régimes spécifiques...). Cette approche sur-mesure encourage chacun à atteindre durablement ses objectifs.
- Une expérience unique alliant la praticité de l'intelligence artificielle et un accompagnement humain de qualité, proposé par des diététicien(ne)s-nutritionnistes expert(e)s : un RDV pour vous guider efficacement vers vos objectifs et un RDV pour faire le bilan de votre programme.
- Un programme personnalisé intégrant des conseils et un suivi pas à pas de votre progression et de l'atteinte de vos objectifs.



## Un programme personnalisé et adapté à vos besoins

- Rééquilibrage alimentaire pour réapprendre à manger sainement
- Perte de poids durable
- Amélioration de votre santé avec un programme dédié adapté à votre pathologie
- Mieux vivre les troubles féminins et la maternité
- Optimisation de vos performances sportives
- Prise de masse de manière saine et durable
- Alimentation végétale répondant à vos besoins nutritionnels

**Quel que soit votre objectif, vous ancrez des habitudes durables et vous préservez votre santé grâce à un bon équilibre alimentaire.**

## Un programme innovant et ludique proposé en partenariat avec



SmartDiet est un acteur de référence dans la prévention santé par la nutrition, avec une application alliant expertise scientifique, accompagnement humain et technologie, et dont la rigueur scientifique et ses outils ont des impacts positifs sur la santé et le bien-être largement prouvés.

88% des utilisateurs SmartDiet ont amélioré leurs habitudes alimentaires<sup>(1)</sup>

## Comment bénéficier du programme santé nutrition ?

Rendez-vous sur [Mysanteclair.fr](https://mysanteclair.fr) ou téléchargez dès à présent l'application MySantéclair.

Et profitez également de l'ensemble de vos services inclus dans votre contrat santé, trouvez facilement les professionnels de la santé partenaires Santéclair et optimisez votre budget santé.

*Pour une première connexion à l'appli, créez d'abord votre compte sur MySantéclair. + d'infos sur [mysanteclair.fr](https://mysanteclair.fr). Les modes d'accès à MySantéclair peuvent différer selon les modalités prévues par votre complémentaire santé.*



## Une fois sur MySantéclair, que dois-je faire ? Pour ma 1<sup>ère</sup> connexion :

- 1- Je crée mon compte sur MySantéclair ou me connecte à mon compte si j'ai déjà mon compte
- 2- J'accède au service en cliquant sur « Atteindre mes objectifs nutritionnels »
- 3- Je télécharge l'appli SmartDiet sur App Store ou Google Play
- 4- Je clique sur « Se connecter avec MySantéclair »
- 5- Je me connecte avec les identifiants de mon compte « MySantéclair »

## Pour les connexions suivantes :

- 1- Je me rends directement sur l'application SmartDiet
- 2- Je clique sur « Se connecter avec MySantéclair »
- 3- Je me connecte avec les identifiants de mon compte « MySantéclair »

## Quels sont les autres services du parcours médecines douces <sup>(2)</sup> ?



1

### GÉOLOCALISATION

- Diététiciennes
- Ostéopathes et chiropracteurs
- Naturopathes\*
- Sophrologues\*

2

### PROGRAMMES SANTÉ PERSONNALISÉS

- Nutrition\*
- Sommeil\*
- Bien-être mental\*
- Arrêt du tabac\*
- Sportif\*

PLUS D'INFOS SUR  
[www.santeclair.fr](https://www.santeclair.fr)



(1) Étude menée en 2024 par SmartDiet auprès de 558 salariés issus de trois secteurs différents et ayant bénéficié d'un coaching de 3 mois avec les diététiciennes-nutritionnistes de SmartDiet comprenant un bilan initial et trois séances de suivi en téléconsultation. (2) Services variables selon les contrats. Vérifiez auprès de votre complémentaire santé les services dont vous bénéficiez. Les services de coaching sportif et d'achat de lentilles en ligne impliquent des frais complémentaires à votre charge. \*Services proposés par Santéclair, Société Anonyme au capital de 4 235 788 € ayant son siège au 7 Mail Pablo Picasso 44000 NANTES Immatriculée au RCS de Nantes sous le numéro 428 704 977, avec ses partenaires. Liste des partenaires sur [www.santeclair.fr/nos-partenaires](https://www.santeclair.fr/nos-partenaires). Google Play et le logo Google Play sont des marques de Google LLC. App Store et le logo App Store sont des marques de Apple Inc.