



# PHYTONUTRITION & ENVIRONNEMENT

Le Forum

33 boulevard du Général Leclerc  
F-06240 BEAUSOLEIL

[www.phytonutrition.info](http://www.phytonutrition.info)  
[institut@phytonutrition.info](mailto:institut@phytonutrition.info)

Tél. : +33 (0) 493 963 450  
Mob. : +33 (0) 607 014 613  
Fax : +33 (0) 493 965 039

S.A.S. au capital de 50 000 €  
RCS Menton 431 623 305



# PHYTONUTRITION & ENVIRONNEMENT

**BILAN ET COACHING  
NUTRITIONNEL ET ENVIRONNEMENTAL**

**SANTÉ, MINCEUR, ANTI-ÂGE, SPORT**

**CHRONODIÈTE<sup>®</sup>, SUPPLÉMENTATION  
NUTRITIONNELLE ET BOTANIQUE**

**RELAXATION MUSCULAIRE**

## La Chronodiète®

La Chronodiète® est une méthode globale et personnalisée qui, en fonction des résultats d'un bilan alimentaire, physique et biologique, prodigue un traitement comportemental, nutritionnel, minéral, botanique et antioxydant selon les principes de la chronobiologie.

La Chronodiète® a pour objectif de modifier son comportement alimentaire, d'optimiser sa santé, de garder sa jeunesse, de se détoxifier et d'améliorer ses performances.

La Chronodiète® est proposée en exclusivité par Phytonutrition & Environnement.

### Le bilan Chronodiète® comporte :

- enquête alimentaire et de santé
- mesure des besoins énergétiques et de la composition corporelle : masses sèche et musculaire, masse grasse, hydratation intra et extra-cellulaire

Les tests suivants sont en option :

- profil de consommation alimentaire sur 48 familles d'aliments
- profil nutritionnel sur 65 nutriments : oligo-éléments, minéraux, vitamines, acides gras, acides aminés, purine, fibres
- mesure de l'excrétion nette acide
- profil du stress oxydant : état inflammatoire et de vieillissement biologique
- profil des acides gras
- profil des allergies alimentaires de type III sur 266 aliments et additifs alimentaires
- profil des allergies aux métaux de type IV sur 20 métaux

## Le traitement Chronodiète® comporte :

- la pratique d'une autoprogrammation au comportement alimentaire optimal
- le suivi de conseils diététiques personnalisés en fonction de ses besoins propres
- la pratique d'un régime personnalisé tenant compte de son biorythme et de ses profils nutritionnels et allergiques
- la consommation de produits diététiques et de dépuraction selon ses besoins et sa composition corporelle et immunitaire
- la prise de compléments alimentaires et de suppléments nutritionnels, minéraux et botaniques selon ses symptômes et adaptés à ses besoins propres et optimaux

### Coaching physique & environnemental

La Chronodiète® est accompagnée par un programme physique optionnel :

- marche régulière avec chaussures lestées
- relaxation musculaire : décontraction tendinomusculaire pour restaurer la souplesse
- relaxation et dynamisation magnétique

Les technologies environnementales et de relaxation libèrent du stress et de la pollution et optimisent sa santé et ses performances :

- semelles magnétiques : champ magnétique uniforme avec réflexion infrarouge
- systèmes de filtration, de dynamisation et de vivification de l'eau
- appareil de filtration-ionisation de l'air
- systèmes de relaxation et de sommeil : appareils, matelas, oreiller, masque, couette avec technologies infrarouge et magnétique

## L'intérêt du coaching

Les raisons d'effectuer la Chronodiète® et de s'équiper en technologies physiques et environnementales sont très variées :

- perdre facilement de la masse grasse en gardant sa masse musculaire, obtenir une stabilité pondérale et être en pleine forme
- améliorer une fonction physiologique : immunité, digestion, reproduction, excrétion...
- corriger les déficiences et les carences nutritionnelles liées aux maladies, aux médicaments et à l'environnement
- compenser certains effets liés
  - à l'activité physique : du maintien de la forme physique au sport de haut niveau
  - au vieillissement global et spécifique : ménopause, andropause, ostéoporose...
  - à des situations physiologiques particulières : grossesse, allaitement, croissance
  - à certaines dispositions génétiques
- améliorer ses performances physiques et sportives, psychiques et cognitives
- réduire son stress et son risque de maladie
- détoxifier des xénobiotiques et des métaux et lutter contre les effets de la pollution :
  - alimentaire : métaux lourds, contaminants industriels, produits phytosanitaires
  - environnementale : chimique, magnétique et lumineuse
  - médicamenteuse
- participer et aider au traitement de certaines maladies aiguës ou chroniques
- aménager sa maison en un agréable lieu de bien-être et de remise en forme

## Jean-Marc Robin



Diplômé de biologie du vieillissement, nutrition du sport et médecine, Jean-Marc Robin est expert en chronodiététique, nutraceutique et environnement santé.

Président de Phytonutrition & Environnement, il est aussi cofondateur de la Société de Médecine Nutritionnelle, du Symposium International Nutrition Santé Mer et des Rencontres Européennes Nutrition Environnement Santé, Formateur du Diplôme de Formation Supérieure Nutrition & Environnement Santé, directeur de la rédaction de Nutraceutique Magazine et titulaire d'un prix Mongolfier.

### Les tarifs du coaching

Un bilan nutritionnel & environnemental préalable est effectué lors de la 1<sup>ère</sup> séance. Chaque séance de coaching nutritionnel & environnemental inclut le conseil et le suivi de la Chronodiète® et de l'utilisation des technologies physiques et environnementales.

- séance de bilan & coaching nutritionnel & environnemental : 135 € par personne pour la première séance (1h30), 90 € par personne pour les séances suivantes (1h)
- séance de relaxation musculaire : 60 €/30 min
- frais de déplacement à domicile : 60 €
- tests et technologies optionnels : tarifs et forfaits selon vos besoins personnels

SAS au capital de 50 000 € - RCS MENTON 431 623 305