RENCONTREZ NOS PROFESSIONNELS DE SANTÉ. DÉCOUVREZ LES BIENFAITS DE LA MICRONUTRITION AU QUOTIDIEN.

Parce que la nutrition a une action déterminante sur notre santé à chaque instant de la journée, nos spécialistes et médecins généralistes nutritionnistes vous accueille dans un cadre chaleureux, rassurant et confidentiel.

Dre Aline Corcelle

Médecin praticien, spécialisée en nutrition, alimentation-santé et micronutrition (ASMF), phytothérapeute et aromathérapeute. Praticienne en ANC (Approche Neuro Cognitive). Enseignante à l'IEDM (Institut Européen de Diététique et Micronutrition) et SSM (Société Suisse de Micronutrition).

Tarifs TARMED (LAMal).

Dr Alessandro Limonta

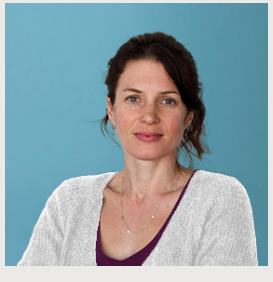
Médecin interne (FMH), spécialisé en micronutrition (SSM), MTC (ASA) et nutrition clinique (SSNC). Thérapeute en ozonothérapie et aromathérapie.

Tarifs TARMED (LAMal) – Agrée ASCA/RME pour l'ozonothérapie.

Ella ÖDMAN

Nutritionniste, spécialisée en micronutrition, nutrition du sport, nutrithérapie et en phytothérapie.

Agréée ASCA.



Julie JAQUET

Diététicienne, spécialiste en nutrition et en micronutrition. Conseillère en nutrition Kousmine et praticienne de Pleine Conscience.

Agréée ASCA. Tarifs TARMED (LAMal) sous certaines conditions.

Plus d'informations par email à info@efficium.ch ou sur notre site efficium.ch

cenas Médecine du sommeil | EFFICIUM

pour un sommeil et une santé durables pour tous

Nutrition & Micronutrition

RESTEZ EN BONNE SANTÉ, GRÂCE À LA NUTRITION ET À LA MICRONUTRITION

L'alimentation est primordiale au bon fonctionnement de votre organisme, elle joue un rôle essentiel sur votre bien-être et votre santé globale.

Fatigue, troubles du sommeil, problèmes digestifs ?

La micronutrition et la nutrition s'adressent à vous si vous rencontrez une problématique chronique ou si vous souffrez de troubles fonctionnels ou de pathologies dégénératives tels que :

- Problèmes digestifs et intestinaux
- Troubles du sommeil et de l'humeur
- Stress, anxiété, burn-out
- Douleurs et fatigue chroniques
- Difficultés de mémoire et d'attention
- Maladies cardiovasculaires et métaboliques (surpoids, diabète, hypertension, cholestérol)
- Troubles de l'immunité (maladies auto-immunes, allergies, déficit immunitaire)

NUTRITION & SOMMEIL

Votre alimentation peut influer sur la qualité de votre sommeil. En partenariat avec les médecins du centre du sommeil Cenas, nos professionnels de santé Efficium vous apportent une vision globale de vos troubles chroniques ou aigus du sommeil, pour une meilleure prise en charge individualisée.

Devenez acteur de votre santé, naturellement, durablement.

VOTRE PARCOURS SANTÉ EFFICIUM

Nous disposons d'outils qui permettent de déterminer vos différents déséquilibres et d'y remédier.
Chacun ayant des besoins différents, une prise en charge individualisée est indispensable pour obtenir les meilleurs résultats.

1 VOS BESOINS

Quel est le motif de votre consultation ?

2 VOS PROBLÉMATIQUES

Que souhaitez-vous améliorer ?

3 VOS HABITUDES ET HYGIÈNE DE VIE

Quelles sont vos habitudes de sommeil, de nutrition, votre activité physique ?

4 VOS BILANS BIOLOGIQUES

Lecture et bilan des analyses déjà effectuées, prescription d'analyse*.

optionnel

5 VOTRE PARCOURS SANTÉ OPTIMAL

Synthèse de votre prise en charge et de votre suivi, en fonction de vos souhaits, de vos besoins et de vos habitudes.

6 VOTRE TRAITEMENT OU THÉRAPIE

Mise en place du parcours, validation du traitement et démarrage de votre prise en charge individualisée.

7 VOUS ÊTES ACTEUR DE VOTRE SANTÉ

Avec notre soutien et votre volonté d'aller mieux, nous vous aidons à devenir acteur de votre santé.

8 NOUS RESTONS À VOS CÔTÉS

Où en êtes-vous ? Comment allez-vous ? On fait le point !

Votre bien-être grâce à la micronutrition

Chez Efficium, notre vision est celle d'une nutrition couplée à la micronutrition.
C'est une action à la fois préventive et curative qui agit sur les causes plutôt que sur les symptômes et leurs conséquences.

La micronutrition consiste à **adapter votre alimentation quotidienne, à supplémenter en cas de déficit ou à envisager une thérapeutique naturelle** pour répondre à l'ensemble de vos besoins.

Dans son approche thérapeutique, le micronutritionniste analyse vos besoins nutritionnels, en particulier en micro-nutriments, comme les vitamines, oméga 3, pré et probiotiques ou encore les antioxydants, qui jouent un rôle fondamental au bon fonctionnement de notre organisme.

Nutrition et micronutrition vous donnent les clés pour améliorer confort, harmonie et qualité de vie sur le long terme.

Parce que chaque patient est unique, votre spécialiste dans l'accompagnement des troubles chroniques Efficium vous aide à optimiser votre état de santé, naturellement, durablement, grâce à une prise en charge à la fois globale et individualisée.

EFFICIUM, VOTRE CENTRE DE MÉDECINE INTÉGRATIVE À GENÈVE

Depuis 2003, le centre Efficium, basé à Genève, développe une approche innovante où spécialistes des médecines intégratives collaborent et interagissent pour optimiser la réussite des projets santé et bien-être de chacun.

VOTRE PARCOURS SANTÉ EFFICIUM

1 VOS BESOINS

Quel est le motif de votre consultation ?

2 VOS PROBLÉMATIQUES

Que souhaitez-vous améliorer ?

3 VOS HABITUDES ET HYGIÈNE DE VIE

Quelles sont vos habitudes de sommeil, de nutrition, votre activité physique ? Etc.

4 VOS BILANS BIOLOGIQUES*

Lecture et bilan des analyses déjà effectuées, prescription d'analyse*.

*optionnel

5 VOTRE PARCOURS SANTÉ OPTIMAL

Synthèse de votre prise en charge et de suivi, en fonction de vos souhaits, de vos besoins et de vos habitudes.

6 VOTRE TRAITEMENT OU THÉRAPIE

Mise en place du parcours, validation du traitement et démarrage de votre prise en charge individualisée.

7 VOUS ÊTES ACTEUR DE VOTRE SANTÉ

Avec notre soutien et votre volonté d'aller mieux, nous vous aidons à devenir acteur de votre santé.

8 NOUS RESTONS À VOS CÔTÉS

Où en êtes-vous ? Comment allez-vous ? On fait le point !

EFFICIUM - CENTRE DE MÉDECINE INTÉGRATIVE

Tour Opale, 2e ètage - Chemin de la Gravière 3 - 1225 Chêne-Bourg / Tél. 022 307 10 90

Plus d'informations par email à info@efficium.ch ou sur notre site efficium.ch

EFFICIUM

Nutrition & Micronutrition

RESTEZ EN BONNE SANTÉ, GRÂCE À LA NUTRITION ET À LA MICRONUTRITION

L'alimentation est primordiale au bon fonctionnement de votre organisme, elle joue un rôle essentiel sur votre bien-être et votre santé globale.

À qui s'adresse la nutrition et la micronutrition ?

Chez EFFICIUM, notre vision est celle d'une nutrition couplée à la micronutrition. C'est **une action à la fois préventive et curative qui agit sur les causes plutôt que sur les symptômes et leurs conséquences.**

La micronutrition et la nutrition s'adressent à vous si vous souffrez de problématiques chroniques, de troubles fonctionnels, de pathologies dégénératives tels que :

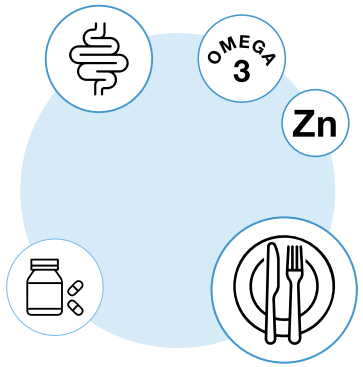
- Problèmes digestifs et intestinaux
- Troubles du sommeil et de l'humeur
- Douleurs et fatigue chroniques
- Difficultés de mémoire et d'attention
- Maladies cardiovasculaires et métaboliques (surpoids, diabète, hypertension, cholestérol)
- Troubles de l'immunité (maladies auto-immunes, allergies...)

Répondre à vos besoins : notre priorité

La nutrition couplée à la micronutrition visent à optimiser l'état de santé du patient en l'aidant à mieux choisir le contenu de son assiette et en lui proposant une complémentation si nécessaire.

La micronutrition consiste à adapter votre alimentation quotidienne, à supplémenter en cas de déficit ou à envisager une thérapeutique naturelle pour répondre à l'ensemble de vos besoins.

Dans son approche thérapeutique, le micronutritionniste analyse vos besoins nutritionnels, en particulier en micro-nutriments comme les vitamines, oméga 3, pré et probiotiques ou encore les antioxydants, qui jouent un rôle fondamental au bon fonctionnement de notre organisme.



La consultation en nutrition et micronutrition

Lors d'une consultation en nutrition et micronutrition, le professionnel de santé va, dans un premier temps, **rechercher l'origine des perturbations de santé.** Pour cerner, avec l'aide du patient, les différents symptômes ou troubles, il pourra s'appuyer sur différents outils de diagnostics pour :

- Maintenir l'équilibre de l'écosystème intestinal ;
- Protéger les cellules de l'organisme des agressions et des effets du vieillissement avec les protecteurs cellulaires ;
- Limiter les déficits liés aux modes de vie et aux dysfonctionnements de l'organisme avec les compléments nutritionnels

Sommeil & nutrition en partenariat avec cenas Médecine du sommeil

Votre alimentation peut **influer sur la qualité de votre sommeil**. En partenariat avec les médecins du centre du sommeil Cenas, nos professionnels de santé Efficium vous apportent une vision globale de vos troubles chroniques ou aigus du sommeil, pour une meilleure prise en charge individualisée.

RENCONTREZ NOS PROFESSIONNELS DE SANTÉ. DÉCOUVREZ LES BIENFAITS DE LA MICRONUTRITION AU QUOTIDIEN.

Parce que la nutrition a une action déterminante sur notre santé à chaque instant de la journée, nos spécialistes et médecins généralistes nutritionnistes vous accueille dans un cadre chaleureux, rassurant et confidentiel.

Dre Aline Corcelle

Médecin praticien, spécialisée en nutrition, alimentation-santé et micronutrition (ASMF), phytothérapeute et aromathérapeute. Praticienne en ANC (Approche Neuro Cognitive). Enseignante à l'IEDM (Institut Européen de Diététique et Micronutrition) et SSM (Société Suisse de Micronutrition).

Tarifs TARMED (LAMal).

Dr Alessandro Limonta

Médecin interne (FMH), spécialisé en micronutrition® (SSM), MTC (ASA) et Nutrition Clinique (SSNC). Thérapeute en ozonothérapie et aromathérapie.

Tarifs TARMED (LAMal) – Agrée ASCA/RME pour l'ozonothérapie.

Ella Ödman

Nutritionniste, spécialisée en micronutrition, nutrithérapie, nutrition du sport et en phytothérapie.

Agréée ASCA.

Julie Jaquet

Diététicienne, spécialiste en nutrition et en micronutrition. Conseillère en nutrition Kousmine et praticienne de Pleine Conscience.

Agréée ASCA. Tarifs TARMED (LAMal) sous certaines conditions.

Avec EFFICIUM, devenez acteur de votre santé, naturellement, durablement.

VOTRE PARCOURS SANTÉ EFFICIUM

Nous disposons d'outils qui permettent de déterminer vos différents déséquilibres et d'y remédier.
Chacun ayant des besoins différents, une prise en charge individualisée est indispensable pour obtenir les meilleurs résultats.

Votre bien-être grâce à la micronutrition

Chez EFFICIUM, notre vision est celle d'une nutrition couplée à la micronutrition. C'est une action à la fois préventive et curative qui agit sur les causes plutôt que sur les symptômes et leurs conséquences.

La micronutrition consiste à adapter votre alimentation quotidienne, à supplémenter en cas de déficit ou à envisager une thérapeutique naturelle pour répondre à l'ensemble de vos besoins.

Dans son approche thérapeutique, le micronutritionniste analyse vos besoins nutritionnels, en particulier en micro-nutriments, comme les vitamines, oméga 3, pré et probiotiques ou encore les antioxydants, qui jouent un rôle fondamental au bon fonctionnement de notre organisme.

Nutrition et micronutrition vous donnent les clés pour améliorer confort, harmonie et qualité de vie sur le long terme.

Parce que chaque patient est unique, votre spécialiste dans l'accompagnement des troubles chroniques EFFICIUM vous aide à optimiser votre état de santé, naturellement, durablement, grâce à une prise en charge à la fois globale et individualisée.

Plus d'informations par email à info@efficium.ch ou sur notre site efficium.ch

cenas Médecine du sommeil | EFFICIUM

pour un sommeil et une santé durables pour tous

Nutrition & Micronutrition

RESTEZ EN BONNE SANTÉ, GRÂCE À LA NUTRITION ET À LA MICRONUTRITION

L'alimentation est primordiale au bon fonctionnement de votre organisme, elle joue un rôle essentiel sur votre bien-être et votre santé globale.

Vous ressentez des problèmes digestifs ?

La micronutrition et la nutrition s'adressent à vous si vous souffrez de problématiques chroniques, de troubles fonctionnels, de pathologies dégénératives :

- Problèmes digestifs et intestinaux
- Troubles du sommeil et de l'humeur
- Stress, anxiété, burn-out
- Douleurs et fatigue chroniques
- Difficultés de mémoire et d'attention
- Maladies cardiovasculaires et métaboliques (surpoids, diabète, hypertension, cholestérol)
- Troubles de l'immunité (maladies auto-immunes, allergies...)

L’importance de la nutrition

Aximilitis mo doluptatem et harum as quas nosam quae. Nam eossitatque velenis accusandita dolorehent acepudic te acipsanis coreperioste non remquam voluptati officiis cones venduntur?

Um velique inctur, sam fuga. Consequ idenece peroratuscit hit es aut unt et alibus aut vende maiorer ionsequi aturem incium, que reptate doluta consequi illa volutassi tenim eos volupta vel ide nimil mod ut lit reperferum ra vollat ex ea sunda quo ommolup iciasite modi ipsunt laut aliquaerum faciantur, veribus voloribus.

Ellorum quam, quas ratem et quaeces est, solo conserfero core sit prerspis reicaturias none pa as iur? Intiis dentium apic temolor emodipsum dolorerio quisi

Micronutrition

La micronutrition étudie l’impact des micronutriments sur la santé. Elle recherche également les moyens d’optimiser le statut micronutritionnel et l’état de votre microbiote.

Depuis de nombreuses années, la recherche scientifique apporte des preuves irréfutables de l’effet de l’alimentation sur la santé.

Or, nous disposons aujourd’hui des outils pour déterminer les différents déséquilibres et y remédier. Les bénéfices d’une véritable prise en charge individualisée par un professionnel de la micronutrition sont toujours impressionnants.

La micronutrition sera d’une aide importante pour tous les patients souffrant de troubles fonctionnels, de pathologies dégénératives ou en période de sevrage (tabagique par exemple).

EN PARTENARIAT AVEC cenas Médecine du sommeil

Nutrition & sommeil

Votre alimentation peut influer sur la qualité de votre sommeil. En partenariat avec les médecins du centre du sommeil Cenas, nos professionnels de santé Efficium vous apportent une vision globale de vos troubles chroniques ou aigus du sommeil, pour une meilleure prise en charge individualisée.

RENCONTREZ NOS PROFESSIONNELS DE SANTÉ. DÉCOUVREZ LES BIENFAITS DE LA MICRONUTRITION AU QUOTIDIEN.

Parce que la nutrition a une action déterminante sur notre santé à chaque instant de la journée, nos spécialistes et médecins généralistes nutritionnistes vous accueille dans un cadre chaleureux, rassurant et confidentiel.

Dre Aline Corcelle

Médecin praticien, spécialisée en Nutrition, Alimentation-santé et Micronutrition (ASMF), Phytothérapeute et Aromathérapeute. Praticienne en ANC (Approche Neuro Cognitive). Enseignante à l’IEDM (Institut Européen de Diététique et Micronutrition) et SSM (Société Suisse de Micronutrition).

Tarifs TARMED (LAMal).

Dr Alessandro Limonta

Médecin interne (FMH), spécialisé en Micronutrition® (SSM), MTC (ASA) et Nutrition Clinique (SSNC). Thérapeute en Ozonothérapie et Aromathérapie.

Tarifs TARMED (LAMal) – Agrée ASCA/RME pour l’ozonothérapie.

Ella ÖDMAN

Nutritionniste, spécialisée en Micronutrition, Nutrithérapie et en Phytothérapie.

Agréée ASCA.

Julie JAQUET

Diététicienne, spécialiste en nutrition et en micronutrition. Conseillère en Nutrition Kousmine et praticienne de Pleine Conscience.

Agréée ASCA. Tarifs TARMED (LAMal) sous certaines conditions.

Ella Ödman

Nutritionniste, spécialisée en Micronutrition, Nutrithérapie et en Phytothérapie.

Agréée ASCA.

Julie Jaquet

Diététicienne, spécialiste en nutrition et en micronutrition. Conseillère en Nutrition Kousmine et praticienne de Pleine Conscience.

Agréée ASCA. Tarifs TARMED (LAMal) sous certaines conditions.

Votre bien-être grâce à la micronutrition

Chez EFFICIUM, notre vision est celle d'une nutrition couplée à la micronutrition. C'est une action à la fois préventive et curative qui agit sur les causes plutôt que sur les symptômes et leurs conséquences.

La micronutrition consiste à adapter votre alimentation quotidienne, à supplémenter en cas de déficit ou à envisager une thérapeutique naturelle pour répondre à l'ensemble de vos besoins.

Dans son approche thérapeutique, le micronutritionniste analyse vos besoins nutritionnels, en particulier en micro-nutriments, comme les vitamines, oméga 3, pré et probiotiques ou encore les antioxydants, qui jouent un rôle fondamental au bon fonctionnement de notre organisme.

Nutrition et micronutrition vous donnent les clés pour améliorer confort, harmonie et qualité de vie sur le long terme.

Parce que chaque patient est unique, votre spécialiste dans l'accompagnement des troubles chroniques EFFICIUM vous aide à optimiser votre état de santé, naturellement, durablement, grâce à une prise en charge à la fois globale et individualisée.

Plus d'informations par email à info@efficium.ch ou sur notre site efficium.ch

cenas Médecine du sommeil | EFFICIUM

pour un sommeil et une santé durables pour tous

Nutrition & Micronutrition

RESTEZ EN BONNE SANTÉ, GRÂCE À LA NUTRITION ET À LA MICRONUTRITION

L'alimentation est primordiale au bon fonctionnement de votre organisme, elle joue un rôle essentiel sur votre bien-être et votre santé globale.

FATIGUE, TROUBLES DU SOMMEIL, PROBLÈMES DIGESTIFS ?

La micronutrition et la nutrition s'adressent à vous si vous souffrez de problématiques chroniques, de troubles fonctionnels, de pathologies dégénératives :

- Problèmes digestifs et intestinaux
- Troubles du sommeil et de l'humeur
- Stress, anxiété, burn-out
- Douleurs et fatigue chroniques
- Difficultés de mémoire et d'attention
- Maladies cardiovasculaires et métaboliques (surpoids, diabète, hypertension, cholestérol)
- Troubles de l'immunité (maladies auto-immunes, allergies...)

NUTRITION & SOMMEIL

Votre alimentation peut influer sur la qualité de votre sommeil. En partenariat avec les médecins du centre du sommeil Cenas, nos professionnels de santé Efficium vous apportent une vision globale de vos troubles chroniques ou aigus du sommeil, pour une meilleure prise en charge individualisée.

VOTRE PARCOURS SANTE EFFICIUM

VOTRE VOLONTÉ – NOTRE SOUTIEN

1 NOUS ECOUTONS VOS BESOINS

Quel est le motif de votre consultation ?

2 NOUS ÉTUDIONS VOS PROBLÉMATIQUES

Que souhaitez-vous améliorer ?

3 NOUS ETABLISSONS UN BILAN DE VOS HABITUDES ET HYGIÈNE DE VIE

Quelles sont vos habitudes de sommeil, de nutrition, votre activité physique ? Etc.

4 NOUS ANALYSONS VOS BILANS BIOLOGIQUES*

Lecture et bilan des analyses déjà effectuées, prescription d'analyse*.

**optionnel*

5 NOUS ÉLABORONS ENSEMBLE VOTRE PARCOURS SANTÉ OPTIMAL

Synthèse de votre prise en charge et de suivi, en fonction de vos souhaits, de vos besoins et de vos habitudes.

6 VOUS OPTIMISEZ DURABLEMENT VOTRE ETAT DE SANTE

Mise en place du parcours, validation du traitement et démarrage de votre prise en charge individualisée.

7 VOUS DEVENEZ ACTEUR DE VOTRE SANTÉ

Avec notre soutien et votre volonté d'aller mieux, nous vous aidons à devenir acteur de votre santé.

8 NOUS CONTINUONS ENSEMBLE VOTRE SUIVI

Où en êtes-vous ? Comment allez-vous ? On fait le point !

Nous continuons votre accompagnement et à évaluer vos éventuels besoins.

RENCONTREZ NOS PROFESSIONNELS DE SANTÉ. DÉCOUVREZ LES BIENFAITS DE LA MICRONUTRITION AU QUOTIDIEN.

Parce que la nutrition a une action déterminante sur notre santé à chaque instant de la journée, nos spécialistes et médecins généralistes nutritionnistes vous accueille dans un cadre chaleureux, rassurant et confidentiel.

Dr Alessandro Limonta

Médecin interne (FMH), spécialisé en Micronutrition® (SSM), MTC (ASA) et Nutrition Clinique (SSNC). Thérapeute en Ozonothérapie et Aromathérapie.

Tarifs TARMED (LAMal) – Agrée ASCA/RME pour l'ozonothérapie.

Dre Aline Corcelle

Médecin praticien, spécialisée en Nutrition, Alimentation-santé et Micronutrition (ASMF), Phytothérapeute et Aromathérapeute. Praticienne en ANC (Approche Neuro Cognitive). Enseignante à l'IEDM (Institut Européen de Diététique et Micronutrition) et SSM (Société Suisse de Micronutrition).

Tarifs TARMED (LAMal).