

23.12.2020 – 10:24 Uhr

## Plus mince en 2021 avec l'appli minceur de Betty Bossi



Communiqué de presse, 23 décembre 2020

### Plus mince en 2021 avec l'appli minceur de Betty Bossi

La nouvelle appli Betty Bossi "Maigrir sainement" permet, grâce à des recettes personnalisées et un traçage simplifié des calories, d'atteindre plus facilement encore son objectif de poids. La nouvelle application vient compléter les livres de Betty Bossi "santé & minceur" qui, avec 425 000 exemplaires vendus, se placent parmi les guides diététiques les plus consultés en Suisse.

La nouvelle [appli Betty Bossi "Maigrir sainement"](#) soutient les bonnes résolutions prises après les fêtes d'adopter pour la nouvelle année une alimentation équilibrée. Elle se fonde sur le succès de la série des livres "santé & minceur". Les 121 recettes du nouveau livre "santé & minceur - moins 5 kg en 5 semaines" y sont comprises. Ces recettes spécialement élaborées rassasient durablement grâce aux protéines de qualité, beaucoup de légumes, aux bons lipides et peu de glucides. De quoi agir sur le long terme pour un équilibre de vie plus sain, tout en se faisant plaisir à table.

#### Mieux gérer ses habitudes alimentaires

Cette appli permet en outre aux utilisateurs de visionner et de contrôler en permanence leur propre comportement alimentaire. "Les applis peuvent effectivement aider à mieux évaluer l'impact des repas sur le poids et à mieux gérer ses habitudes alimentaires, deux aspects qui influencent le comportement individuel, clé du succès", souligne Marlène Gautschi, diététicienne diplômée chez Betty Bossi.

#### L'appli - simple et personnalisée

Son utilisation est très facile: après avoir créé son profil personnalisé, l'utilisateur/trice reçoit des recettes en fonction de ses préférences et de ses besoins en calories. Un seul clic suffit pour saisir les calories des recettes, ainsi que la composition de différents aliments en scannant leur code-barres.

En plus des calories absorbées, l'appli affiche aussi la dépense calorique résultant de l'effort physique. L'enregistrement de la courbe de poids et le bilan énergétique quotidien encouragent à garder le cap. À partir de janvier, un coaching hebdomadaire par e-mail fournira aussi des rappels de motivation.

#### Télécharger et tester l'appli 7 jours gratuitement

L'appli "Maigrir sainement" a été développée en collaboration avec l'agence numérique zurichoise JLS DIGITAL AG. Elle est déjà disponible dans l'App Store sur iPhone, et gratuite pendant les sept premiers jours. La version pour Android suivra début 2021.

#### Les variantes de l'abonnement:

1 mois CHF 29.00

3 mois CHF 66.00

6 mois CHF 99.00 (16.50 par mois)

[www.bettybossi.ch/maigrirsainement](http://www.bettybossi.ch/maigrirsainement)

#### Information complémentaire:

D'après la dernière enquête sur le poids corporel réalisée en Suisse, 45% de la population souhaitent maigrir 1. Or, les applis de

nutrition peuvent apporter un soutien efficace comme le montre une étude de l'Université de Constance 2

1 [Enquête suisse sur la santé 2012](#)

2 Karoline Villinger, Deborah R. Wahl, Heiner Boeing, Harald T. Schupp, Britta Renner: The effectiveness of app-based mobile interventions on nutrition behaviours and nutrition-related health outcomes: A systematic review and meta-analysis. Obesity Reviews, DOI: <https://doi.org/10.1111/obr.12903>

### Betty Bossi - le coup de pouce gourmand

Synonyme de compétence culinaire depuis plus de 60 ans, Betty Bossi est l'une des marques les plus connues en Suisse. Avec ses recettes simples et irratables, ses ustensiles futés et ses produits food novateurs, Betty Bossi donne à toutes et à tous un coup de pouce gourmand.

### Contact médias

Viviane Bühr, Responsable communication d'entreprise, Tél. +41 44 209 19 73, [kommunikation@bettybossi.ch](mailto:kommunikation@bettybossi.ch)

### Medieninhalte



*Vue du téléphone mobile*



*QR-Code*

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/fr/pm/100068198/100862258> abgerufen werden.