SENSES

SANTÉ PRÉVENTIVE PRIVÉE / MAJORQUE, ZURICH, LONDRES

Votre santé. Une voie plus claire pour avancer.

Des programmes privés de santé préventive à Majorque, Zurich et Londres.

Racines suisses. Expertise internationale. Soins personnels.
Dans le respect de la vie privée et avec discrétion.



Faites de la place à l’essentiel.

Votre santé mérite davantage qu’une succession de rendez-vous. SENSES réunit un bilan ciblé, l’interprétation des résultats, du temps pour récupérer et une planification concrète dans un même séjour privé avec hébergement.

Fondé par l’entrepreneur suisse Abdullah Boulad, SENSES associe racines suisses et expertise internationale à une approche personnelle de la santé à long terme. Le respect de la vie privée et la discrétion guident votre séjour à Majorque, Zurich ou Londres.

03 Le programme en bref

07 Bilan et axes du programme

15 Une ou deux semaines

18 Une journée et une semaine chez SENSES

20 Votre séjour et les lieux

25 Votre équipe et la suite de l’accompagnement

27 Tarifs, prestations comprises et préparation

30 Questions et prochaines étapes

Un programme privé. Une direction qui vous est propre.

Une expérience coordonnée, construite autour de vos priorités de santé et de la vie que vous retrouverez.

1 ou 2 semaines

Choisissez un séjour concentré sur le bilan ou davantage de temps pour mettre le plan en pratique.

Majorque, Zurich, Londres

Trois lieux. Une approche personnelle. L'hébergement, les rendez-vous et les prestations retenues sont convenus individuellement.

Votre résidence privée

La résidence est réservée pour vous et les personnes que vous choisissez pour vous accompagner, et non pour un groupe de participants.

Un plan pour chaque participant

Chaque personne participante bénéficie de sa propre étude de dossier, de son bilan, de ses consultations et de son plan de santé.

À partir de 60'000 par semaine

Majorque : EUR. Zurich : CHF. Londres : GBP.
Une personne et une résidence privée.
Participants supplémentaires : page 27.

Un plan écrit pour vos années en bonne santé

Vous repartez avec des priorités, des habitudes concrètes, les prochaines étapes recommandées et les responsabilités de chacun pour le suivi.

À découvrir en ligne : le programme

Commencez par choisir la prise en charge adaptée.

SENSES s’adresse aux adultes dont l’état médical est stable et dont l’objectif principal est de faire le point sur leur santé, de planifier la prévention, de récupérer ou de maintenir durablement leurs capacités au quotidien.

Pourquoi envisager SENSES

Comprendre votre santé

Rassemblez vos résultats antérieurs et précisez les questions qui méritent votre attention.

Retrouver vos habitudes

Prenez le temps d’examiner votre sommeil, votre alimentation, votre activité physique et votre récupération après une période de pression prolongée.

Préparer la suite

Explorez des changements concrets liés au travail, aux voyages, au milieu de la vie et aux soins que vous recevez déjà.

Quand une autre voie doit être privilégiée

Symptômes urgents ou qui évoluent

Faites-vous examiner rapidement plutôt que d’attendre un séjour avec hébergement.

Un besoin prioritaire de traitement

Une maladie psychiatrique, une addiction, un sevrage ou une autre affection peuvent nécessiter un traitement spécifique.

Soins spécialisés ou hospitaliers

Certaines questions exigent des examens ou un accompagnement qui dépassent le cadre d’un programme court consacré aux années en bonne santé.

Du temps pour vous. La compagnie de votre choix.

Le programme suit votre rythme, pas l’emploi du temps d’un groupe.



Votre résidence, vos rendez-vous et le rythme de vos journées sont organisés autour de vos priorités. Une personne chargée de la coordination vous aide à relier les différentes parties du séjour.

Vous pouvez venir seul ou accompagné d’un partenaire, d’un ami ou d’un membre de votre famille. Partager une résidence ne signifie pas partager un bilan, un programme ou des informations médicales confidentielles.

Chaque participant supplémentaire fait l’objet d’une évaluation individuelle de son adéquation au programme et dispose de son propre plan. Les modalités pour les accompagnants, les chambres et les tarifs sont confirmés avant l’arrivée.

En savoir plus sur le site SENSES

La prise en charge reste individuelle, même lorsque vous venez ensemble.

Des informations aux décisions du quotidien.

Un bilan devient utile lorsque vous comprenez ce que signifient les résultats et ce qui doit suivre.

01

Faire le point

Passez en revue vos antécédents, vos objectifs, vos résultats existants, vos médicaments et vos habitudes actuelles. Sélectionnez les consultations et mesures pertinentes.

02

Interpréter

Discutez des résultats, de leurs limites et des priorités qu'ils font apparaître. Précisez ce qui demande une action, une confirmation ou un suivi spécialisé.

03

Mettre en pratique

Profitez du cadre résidentiel pour travailler les habitudes convenues en matière de sommeil, de repas, d'activité physique et de récupération.

04

Poursuivre

Rassemblez les enseignements dans un plan écrit, avec les prochaines étapes, les professionnels responsables et des échéances de réévaluation réalistes.

Tout le monde n'a pas besoin de tous les examens. Leur étendue dépend de votre situation et des décisions que le bilan peut éclairer.

Une vision d’ensemble cohérente de votre santé.

Six domaines peuvent contribuer au bilan. Ils sont examinés dans leur contexte et ne constituent pas un ensemble d’examens proposé systématiquement.

Santé générale et cardiovasculaire

Vos antécédents personnels et familiaux, vos soins actuels, un examen clinique pertinent et vos priorités en matière de prévention.

Sommeil et récupération

Horaires, qualité, régularité, fonctionnement dans la journée, voyages et circonstances de votre sommeil.

Alimentation et santé métabolique

Habitudes alimentaires, préférences, énergie, digestion et résultats pertinents.

Activité physique et capacités physiques

Force, mobilité, endurance, équilibre et objectifs concrets en matière de mouvement.

Fonctions cognitives et concentration

Les changements que vous constatez dans votre attention, votre mémoire, votre clarté d’esprit et votre fonctionnement quotidien.

Stress et résilience

Charge de travail, habitudes, temps de récupération, relations et contraintes que vous souhaitez voir prises en compte dans le plan.

Les examens, professionnels et lieux de consultation retenus sont confirmés dans votre proposition pour Majorque, Zurich ou Londres.

Des priorités différentes. Un programme personnel.

Ces axes décrivent les raisons qui peuvent vous amener chez SENSES. Ce ne sont pas des forfaits distincts et figés ; vos priorités peuvent se recouper.

09

Santé des personnes aux responsabilités exigeantes

Un plan tenant compte d’un travail exigeant, des voyages et du manque de temps.

10

Sommeil et récupération

Comprenez les tendances, vos préoccupations et les prochaines étapes concrètes.

11

Stress et récupération

Du temps pour examiner les effets d’une pression prolongée.

12

Santé métabolique et alimentation

Reliez les résultats pertinents à des choix réalisables au quotidien.

13

Santé des femmes au milieu de la vie

Examinez l’évolution de vos priorités en lien avec vos soins actuels.

14

Santé des hommes au milieu de la vie

Replacez les symptômes, la prévention et votre fonctionnement quotidien dans leur contexte.

À découvrir en ligne : le programme

Santé des personnes aux responsabilités exigeantes

Un projet de santé qui tient compte de votre vie.

Les voyages fréquents, les réunions tardives et les responsabilités concurrentes peuvent vous laisser peu de temps préservé pour votre santé. Cet axe permet d'aborder ensemble vos antécédents, vos résultats et les contraintes de votre quotidien.

Le séjour avec hébergement laisse du temps pour un bilan ciblé, des explications et une planification concrète. Il va au-delà d'un bref check-up médical, mais ne constitue ni un ensemble d'examens fixe ni une promesse de meilleures performances.

Apportez les éléments de contexte

Résultats antérieurs, soins en cours, médicaments, habitudes de voyage et engagements professionnels que vous comptez conserver.

Définissez les priorités

Ce qui mérite un suivi médical, les habitudes réalistes et la manière dont le plan pourra fonctionner chez vous comme en déplacement.

Repartez avec une direction claire

Un compte rendu écrit des priorités convenues, des prochaines étapes et des responsabilités.



Vos engagements professionnels sont abordés avant votre arrivée afin d'en tenir compte dans l'organisation des rendez-vous et du temps de récupération.

Sommeil et récupération

Comprenez les tendances, pas seulement un chiffre.

Un séjour axé sur le sommeil part de ce que vous vivez : votre emploi du temps, vos symptômes, vos habitudes, vos voyages, votre environnement et votre fonctionnement pendant la journée. Les données d'objets connectés peuvent être discutées à la lumière de ces éléments.

L'avis de professionnels sélectionnés peut aider à déterminer si la prochaine étape concerne les habitudes quotidiennes, un bilan complémentaire ou des soins spécialisés du sommeil. Les examens spécifiques sont confirmés individuellement, sans être présumés inclus.

Réévaluation

Vos antécédents liés au sommeil, votre traitement actuel, vos préoccupations pertinentes et les circonstances qui interrompent régulièrement votre récupération.

Mettre en pratique

Les habitudes convenues pour les soirées, les matins, le repos et les voyages dans le cadre de votre résidence privée.

Anticiper

Ce qu'il convient de suivre, qui examinera ces informations et quand un accompagnement clinique supplémentaire est indiqué.



Stress et récupération

Prenez du recul après une pression prolongée.

Vous continuez peut-être à assurer au travail alors que le repos, les repas, les relations et la récupération passent régulièrement au second plan. SENSES offre un cadre privé pour examiner ces tendances et envisager les questions de santé appropriées.

Cet axe concerne les personnes dont l'état médical est stable et qui recherchent un bilan, du temps pour récupérer et une planification concrète. Si un traitement psychiatrique ou un autre niveau de prise en charge constitue le besoin principal, une autre voie est plus adaptée.

Comprendre les contraintes

Parlez de votre travail, de vos voyages, des responsabilités d'aide à un proche, des habitudes perturbées et des préoccupations qui vous ont amené ici.

Retrouver des habitudes

Envisagez un accompagnement ciblé concernant le repos, l'alimentation, l'activité physique et les limites que vous pouvez réellement préserver.

Préparer votre retour

Élaborez des solutions de rechange concrètes pour les situations les plus susceptibles de perturber le plan.



Santé métabolique et alimentation

Reliez les résultats aux choix du quotidien.

Vos informations de santé pertinentes sont examinées au regard de vos préférences alimentaires, de votre activité physique, de votre rythme de travail, de vos voyages et de vos soins en cours. Le bilan aide à préciser les questions qu'il est utile d'explorer et les recommandations qui doivent être interprétées individuellement.

Une planification alimentaire concrète peut ensuite relier ces priorités aux repas et aux habitudes. Le programme n'est ni une formule d'amaigrissement rapide, ni un régime « détox », ni un substitut à la prise en charge spécialisée d'une maladie.

Avant votre arrivée

Transmettez vos comptes rendus complets, la liste de vos médicaments, vos besoins alimentaires et les recommandations antérieures pertinentes.

Pendant votre séjour

Discutez de la signification des résultats retenus et mettez en pratique les habitudes alimentaires et d'activité physique convenues.

De retour chez vous

Veillez à ce que le plan reste compréhensible, réaliste et lié aux professionnels chargés du suivi.



Le choix des examens et tout soin spécialisé sont convenus individuellement.

Santé des femmes au milieu de la vie

Faites une place à l’évolution de vos priorités.

Le milieu de la vie peut soulever de nouvelles questions concernant le sommeil, l’énergie, l’humeur, la concentration, l’alimentation, les capacités physiques et la ménopause. Votre histoire personnelle et vos préoccupations orientent le bilan.

SENSES associe ces priorités à un séjour privé axé sur les années en bonne santé et à une planification concrète pour la vie quotidienne. La participation éventuelle de spécialistes et l’articulation avec votre traitement actuel sont confirmées individuellement.

Votre point de départ

Décrivez les changements que vous constatez, votre traitement actuel, vos examens antérieurs et ce que vous souhaitez éclaircir grâce au bilan.

Un échange qui relie les questions entre elles

Examinez les priorités qui se recoupent plutôt que de supposer qu’une seule explication rend compte de chaque changement.

Des responsabilités claires

Confirmez quels professionnels interviennent et qui prend les décisions de traitement ou prescrit des examens complémentaires.



Les traitements hormonaux et les prestations spécialisées ne sont pas automatiquement inclus. Les décisions cliniques individuelles relèvent toujours du professionnel qualifié responsable.

Santé des hommes au milieu de la vie

Une vision plus large de votre ressenti et de vos capacités.

Les changements d’énergie, de sommeil, de libido, de force, de concentration ou de récupération doivent être replacés dans leur contexte. Le bilan commence par vos antécédents médicaux, vos symptômes, vos soins actuels et vos priorités de prévention.

Un séjour chez SENSES offre du temps pour un bilan ciblé, des échanges et une planification concrète. Il ne présume ni qu’un seul résultat hormonal explique toutes vos préoccupations, ni qu’un traitement particulier est indiqué.

Apportez une vue d’ensemble

Médicaments actuels, comptes rendus antérieurs, antécédents familiaux pertinents et habitudes liées au travail, à l’alimentation, à l’activité physique et au repos.

Convenez du périmètre

Précisez les consultations et examens susceptibles de répondre à vos questions personnelles.

Faire le lien avec vos soins habituels

Déterminez qui interprète les résultats, recommande les prochaines étapes et assure, le cas échéant, le suivi spécialisé.



Le traitement par testostérone et les autres interventions spécialisées ne font pas systématiquement partie de chaque programme.

Une ou deux semaines ?

Choisissez la durée selon ce qui doit être fait, et non selon un niveau de service supérieur ou inférieur.

Format d’une semaine

Priorité principale

Bilan, interprétation et plan hiérarchisé.

Temps en résidence

Commencez à adopter les habitudes pertinentes parallèlement aux rendez-vous et échanges retenus.

Un résultat utile

Comprendre les résultats, les questions encore ouvertes et les prochaines étapes.

Format de deux semaines

Priorité principale

Un bilan avec davantage de temps pour une mise en pratique accompagnée et des ajustements.

Temps en résidence

Observez ce qui est réalisable et ajustez vos habitudes dans le cadre convenu.

Un résultat utile

Un plan davantage mis à l’épreuve pour le retour à la vie ordinaire.

La même approche individualisée s’applique aux deux formats. La durée ne garantit aucun changement particulier des symptômes, des performances ou des mesures de santé.

D’abord comprendre. Ensuite avancer.

Une semaine centrée sur le bilan, avec du temps pour comprendre ce qui compte.



La préparation commence avant votre arrivée. Vos antécédents, résultats existants, médicaments et priorités aident à définir les bilans et consultations retenus.

Pendant le séjour, les rendez-vous s’accompagnent de temps pour poser vos questions, discuter des résultats et commencer à adopter les habitudes quotidiennes pertinentes. Le rythme tient compte des préparatifs nécessaires et des créneaux de rendez-vous disponibles.

Le plan écrit rassemble les priorités, les orientations recommandées vers d’autres professionnels, les responsabilités et les échéances de réévaluation. Pour les résultats reçus après votre départ, les modalités de communication doivent être clairement convenues.

En savoir plus sur le site SENSES

Un exemple de déroulement de la première semaine figure à la page 19. Votre emploi du temps est personnalisé.

Plus de temps pour trouver ce qui fonctionne au quotidien.

Du temps pour essayer, réfléchir et ajuster.



La formule de deux semaines repose sur la même approche guidée par le bilan, tout en laissant davantage de temps pour appliquer les recommandations dans la vie quotidienne.

Les routines convenues pour le sommeil, les repas, l'activité physique et la récupération peuvent être essayées et adaptées à vos besoins. Les bilans de suivi et consultations supplémentaires dépendent du périmètre défini dans votre proposition.

La deuxième semaine peut aider à transformer l'expérience en un projet plus réaliste pour le travail, les voyages et la vie à domicile. Le suivi et toute prestation au-delà du séjour sont confirmés séparément.

En savoir plus sur le site SENSES

Ce temps supplémentaire facilite la mise en pratique ; il ne promet pas de changement biologique plus important ou permanent.

Un rythme qui laisse du temps entre les rendez-vous.

Les consultations et examens, les repas, l'activité physique et la récupération sont coordonnés sans remplir chaque heure disponible.

7 H 00	Un début de journée tranquille	Réveil, temps personnel et éventuelle préparation convenue.
8 H 00	Petit-déjeuner	Repas préparé par un chef selon les besoins de la journée.
9 H 00	Rendez-vous sélectionnés	Consultation ou bilan, selon votre planning individuel.
11 H 30	Activité physique	Séance convenue ou activité à un rythme adapté.
13 H 00	Déjeuner et temps libre	Un repas, du repos et du temps sans rendez-vous.
14 H 30	Échange et planification	Interprétation des résultats, intervention de professionnels sélectionnés ou travail pratique.
17 H 00	Temps de récupération	Repos ou activité apaisante adaptée.
19 H 00	Dîner et soirée	Une fin de journée plus calme et une préparation pour le lendemain.

À titre d'exemple uniquement. Les priorités médicales, les consignes de jeûne, la disponibilité des spécialistes, les déplacements et vos besoins personnels déterminent le planning réel.

De l’arrivée à un projet concret.

La séquence ci-dessous illustre la démarche ; elle ne constitue ni un planning quotidien garanti ni une liste des séances incluses.

JOUR 1	Prendre ses marques	Revoir les objectifs, les dossiers, l’hébergement et le planning.
JOUR 2	Faire le point	Commencer les bilans médicaux, nutritionnels, de l’activité physique ou fonctionnels sélectionnés.
JOUR 3	Approfondir	Poursuivre les consultations pertinentes et répondre aux questions précises.
JOUR 4	Interpréter	Mettre en relation les résultats disponibles et préciser les priorités.
JOUR 5	Mettre en pratique	Essayer le projet qui se dessine au fil des repas, de l’activité physique et des routines quotidiennes.
JOUR 6	Ajuster	Revoir les obstacles pratiques, les questions en suspens et les prochaines étapes recommandées.
JOUR 7	Préparer le retour	Discuter du plan écrit, des responsabilités liées au suivi et des éventuels résultats encore attendus.

Lors d’un séjour de deux semaines, le temps supplémentaire sert à mettre en pratique, revoir et ajuster ce qui a été convenu. Le programme reste organisé individuellement.

Votre espace. Les personnes de votre choix.



Un hébergement adapté au programme et aux personnes qui vous accompagnent.

Votre résidence est réservée pour vous et les accompagnants de votre choix. Les chambres, les besoins liés au travail, les préférences alimentaires, l’accessibilité et l’organisation du temps partagé sont abordés avant votre arrivée.

Un partenaire ou un ami qui suit son propre programme bénéficie d’un bilan et d’un plan distincts. Les consultations privées et les dossiers médicaux restent séparés, sauf autorisation de partage.

Les enfants peuvent vous accompagner sans supplément. L’hébergement familial est convenu à l’avance ; tout programme distinct pour leur santé ou toute garde d’enfants est confirmé individuellement.

En savoir plus sur le site SENSES

Le respect de la vie privée et la discrétion guident votre séjour. Votre proposition précise l’hébergement et les modalités pratiques.

Une pause au bord de la Méditerranée.



Une villa privée où prendre le temps de réaliser les bilans et d’expérimenter de nouvelles habitudes, loin des contraintes habituelles.

À Majorque, le programme associe des rendez-vous sélectionnés à du temps dans un hébergement privé, des repas préparés par un chef et des routines pertinentes d’activité physique et de récupération.

La villa, les professionnels, les lieux des rendez-vous et les prestations externes sélectionnées sont confirmés individuellement. Un séjour à bord d’un yacht peut également être envisagé s’il convient au programme.

Choisissez le cadre selon vos besoins, vos conditions de voyage, vos dates et les prestations nécessaires.

En savoir plus sur le site SENSES

L’image illustre le cadre de Majorque ; elle ne garantit pas un hébergement particulier.

Un séjour privé en Suisse.

Un programme coordonné pour vivre davantage d’années en bonne santé, avec le temps de comprendre les résultats et de préparer le quotidien.



Zurich propose un hébergement privé et des consultations et bilans sélectionnés, organisés selon vos priorités individuelles.

Votre proposition précise l’hébergement, les professionnels, les lieux de consultation et les prestations externes. Les soins suivent vos besoins et les possibilités locales.

Votre suivi actuel, vos préférences de voyage et vos priorités contribuent au choix du lieu.

En savoir plus sur le site SENSES

L’hébergement et l’organisation médicale sont précisés individuellement.

Un séjour privé à Londres.

Une approche personnelle de la santé, avec discrétion et respect de la vie privée.



Le programme de Londres réunit des bilans et consultations sélectionnés et du temps pour récupérer, selon vos priorités individuelles.

Votre proposition confirme l’hébergement, les professionnels, les lieux de consultation et les modalités pratiques.

Échangez sur vos questions de santé, vos préférences de voyage et vos dates avec l’équipe des admissions avant de confirmer le séjour.

En savoir plus sur le site SENSES

Illustration scientifique. L’hébergement et les rendez-vous sont confirmés individuellement.

Intégrez le plan à vos journées.



Le séjour donne un contexte concret aux recommandations.

Les repas préparés par un chef sont conçus selon le programme convenu, vos préférences et vos besoins alimentaires. L'objectif est d'explorer des choix que vous pourrez comprendre et conserver, non d'imposer un régime restrictif général.

Les activités physiques et de récupération sélectionnées tiennent compte de vos antécédents, de vos capacités actuelles et du périmètre du programme. Le séjour laisse aussi du temps pour se reposer entre les rendez-vous.

Profitez du séjour pour réfléchir à ce qui restera faisable une fois vos responsabilités habituelles reprises : une routine pour les jours de voyage, une organisation des repas à domicile ou une place réaliste pour l'activité physique dans la semaine.

En savoir plus sur le site SENSES

Les séances précises, leur fréquence et l'intervention des professionnels sont confirmées dans la proposition individuelle.

Sachez qui est responsable de quoi.

Des soins personnels avec discrétion et respect de la vie privée. Les professionnels suivent vos antécédents, vos priorités et le périmètre convenu.

Des responsabilités claires

Évaluation médicale

Déterminez qui examine les informations médicales et vérifie si le programme vous convient.

Consultations et interprétation

Confirmez quels professionnels ont été choisis, ce qu'ils évaluent et qui explique les résultats.

Coordination et suivi

Sachez qui contacter pour les rendez-vous et qui prend en charge les résultats tardifs, les orientations et les bilans de suivi convenus.

Vos informations restent personnelles

Dossiers individuels

Partager un hébergement ne signifie pas partager des informations médicales.

Communication autorisée

Convenez des modalités de partage d'informations avec vos médecins habituels, votre famille ou vos conseillers.

Traitement approprié

Discutez de vos préférences de communication, des prestataires externes et de la voie sécurisée pour transmettre vos dossiers.

Un plan adapté à la vie que vous retrouvez.

Votre plan écrit pour vivre davantage d’années en bonne santé doit faciliter la compréhension des décisions à venir.

01

Priorités

Un exposé clair des principaux résultats, de leur signification et des points à traiter en premier.

02

Au quotidien

Des routines convenues qui tiennent compte de votre domicile, de votre travail, de vos voyages, de vos préférences alimentaires et de vos engagements.

03

Prochaines étapes

Les orientations recommandées, les questions en suspens et la personne chargée de communiquer les résultats reçus ultérieurement.

04

Réévaluation

Les professionnels responsables, les moments appropriés pour faire le point et tout suivi convenu séparément.

Vérifiez quel accompagnement est inclus après le départ et lequel nécessite un accord distinct. Avec votre autorisation, le plan peut être coordonné avec les professionnels qui vous suivent déjà.

Des tarifs clairs.
Un suivi individuel.

Les tarifs actuels figurent sur la page admission. Des séjours d’une ou deux semaines sont proposés.

À partir de **60'000**

par semaine - EUR / CHF / GBP

Une personne participante et une résidence privée réservée à vous et aux personnes qui vous accompagnent.

30'000

par semaine, en supplément - EUR / CHF / GBP

Chaque participant supplémentaire partage la résidence et bénéficie de son propre bilan, de son évaluation et de son plan.

Sans supplément

pour l’hébergement des enfants accompagnants

L’hébergement des enfants est inclus. Les programmes, services de santé supplémentaires et la garde d’enfants pour les accompagnants sont convenus séparément avant l’arrivée.

Majorque : EUR. Zurich : CHF. Londres : GBP. Deux participants : à partir de 90'000 par semaine dans la monnaie du lieu de séjour. Les séjours en yacht à Majorque font l'objet d'un devis séparé. Votre proposition écrite précise la durée, les prestations incluses, le prix total et les frais supplémentaires.

Comprendre ce qui est inclus.

Le périmètre convenu relie le programme médical à l’accompagnement pendant le séjour. Lisez la proposition comme une description complète, sans supposer que d’autres prestations sont incluses.

Programme principal et hébergement

Bilan et explications

Entretien médical initial, bilans et consultations sélectionnés, et interprétation des résultats pertinents.

Mise en pratique quotidienne

Routines convenues et intervention de professionnels autour du sommeil, de l’alimentation, de l’activité physique et de la récupération.

Accompagnement pendant le séjour

Un hébergement privé, une coordination dédiée, les services d’un chef personnel et un plan écrit pour vivre davantage d’années en bonne santé.

À confirmer séparément

Prestations médicales externes

Soins spécialisés supplémentaires, examens diagnostiques ou médicaments au-delà du périmètre confirmé.

Dispositions particulières

Séjours à bord d’un yacht, voyages particuliers, sécurité ou besoins supplémentaires en matière d’hébergement.

Temps ou prestations supplémentaires

Prolongations, prestations distinctes pour les accompagnants, garde d’enfants ou suivi au-delà de l’accord.

Les bilans sélectionnés, les prestataires, la fréquence des séances, l’hébergement et les exclusions sont précisés avant l’admission. Discutez de tout ajout proposé avant qu’il ne soit organisé.

Préparez un séjour plus utile.

Un échange ciblé avant l’arrivée permet d’adapter le temps sur place à vos véritables priorités.

01

Définissez vos questions

Que souhaitez-vous clarifier grâce au programme ? Faites part des préoccupations, des objectifs et des décisions qui comptent pour vous.

02

Transmettez les éléments utiles

Communiquez vos traitements médicamenteux actuels, vos comptes rendus antérieurs, vos antécédents pertinents et les détails de votre prise en charge actuelle par le canal sécurisé convenu.

03

Examinez la proposition

Vérifiez les professionnels, les bilans, les consignes de préparation, l’hébergement, les dates et les tarifs.

04

Organisez les aspects pratiques

Discutez des accompagnants, des besoins alimentaires, des obligations professionnelles, de vos préférences en matière de confidentialité et des déplacements.

Ne modifiez pas un traitement médicamenteux prescrit et ne suivez pas de consignes de jeûne sur la base de ce guide. Suivez les instructions de l’équipe médicale responsable de vos rendez-vous sélectionnés.

Quelques réponses utiles.

S’agit-il d’un forfait de bilans fixe ?

Non. Les prestations sélectionnées dépendent de vos antécédents, de vos priorités, de l’évaluation médicale et du périmètre confirmé dans votre proposition.

Puis-je venir accompagné ?

Oui. Les accompagnants de votre choix peuvent partager l’hébergement. Chaque personne suivant un programme bénéficie d’un entretien, d’un bilan et d’un plan distincts.

Les mêmes examens sont-ils proposés dans chaque lieu ?

Ne le présumez pas. Les professionnels, les examens, les lieux des rendez-vous et leur calendrier sont confirmés pour le séjour choisi.

Un séjour plus long garantit-il un meilleur résultat ?

Non. Deux semaines offrent davantage de temps pour mettre en pratique et ajuster ce qui a été convenu ; aucune durée ne garantit un résultat particulier pour la santé.

Que se passe-t-il après le départ ?

Votre plan écrit précise les prochaines étapes et les responsabilités. Vérifiez comment les résultats tardifs sont traités et quelles prestations de suivi sont incluses ou organisées séparément.

Consultez le site pour découvrir les pages détaillées des programmes et la bibliothèque « Insights & Guides ». Pour toute décision médicale personnelle, adressez-vous au professionnel responsable de votre prise en charge.

Des besoins différents. Un choix réfléchi.

Majorque, Zurich, Londres. Racines suisses. Expertise internationale. Soins personnels. Dans le respect de la vie privée et avec discrétion.

SENSES

Des années en bonne santé, en privé

Des soins préventifs privés pour adultes médicalement stables à Majorque, Zurich et Londres : bilan, récupération et planification pratique.

THE BALANCE

Soins résidentiels privés

Soins et activités individuels dans une résidence réservée à un seul client en traitement, avec chef cuisinier et responsable personnel dédiés. Majorque, Zurich ou Londres.

COGNIFUL

Traitement résidentiel personnalisé

Majorque : résidence distincte pour quatre clients maximum, avec suites privées. Premier : séances holistiques et activités partagées. Premier Plus : séances et activités individuelles et trois mois de suivi après le séjour. La résidence et l’équipe de maison restent partagées.

Le parcours approprié dépend des besoins médicaux, de l’adéquation, de la confidentialité et du cadre favorable aux soins. L’équipe des admissions peut expliquer les différences ; ces programmes ne sont pas simplement des catégories de prix ou de prestations.

SENSES

Parlons de vos priorités.

Commencez une conversation privée et discrète. Indiquez comment et quand vous préférez être contacté, vos priorités et le lieu souhaité.

Notre équipe commune chargée des admissions vous expliquera l’évaluation initiale, les possibilités disponibles et les informations nécessaires pour établir votre proposition.

+41 44 500 5111

admissions@thebalance.clinic

PARLONS EN PRIVÉ



Majorque. Zurich. Londres. Des soins personnels, avec respect de la vie privée et discrétion.