

تتأغم المذاق
والصحة

مركز
كارلتون
للتغذية الصحية



Where Taste
Meets Health

Carlton
Nutrition Center





- 1 Meet the pros
- 2 A care you can trust
- 3 Eat healthy
- 4 Live healthy
- 5 Especially for you
- 6 So you can stay on track
- 7 The break you deserve
- 8 Well-being for all
- 9 Stay tuned

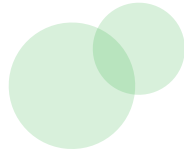


1 Meet the pros

When **Carlton Nutrition Center** first started in 2002 as a division of **Carlton al Moaibed Hotel**, it wanted to offer its elite clientele **expert resources** in nutrition, fitness and self-care.

Today, having grown into a **pioneer** in the healthy food arena, **Carlton Nutrition Center** strives non-stop to foster a nationwide **culture** of **wellness** for a healthier living.

Through our offices in KSA and Bahrain, our dedicated staff operates by the clock to promote optimal **health awareness** and **obesity control**.



2 A care you can trust

Trust is as nurturing as a healthy dish can be. Bearing that in mind, **Carlton Nutrition Center** has chosen ISO 22000: **HACCP Food Safety** to ensure customer total well-being and satisfaction.

By meeting the standards of the Academy of Nutrition & Dietetics, **Carlton Nutrition Center** helps you embark on a lifetime journey of **secured wellness**.

Once under the care of **Carlton Nutrition Center**'s certified dietitians, you will obtain the proper professional answers to all your weight and health related problems.



3 Eat healthy

In this fast-paced world, you probably don't have a minute to prepare a **healthy meal**. At **Carlton Nutrition Center**, we enjoy every minute doing it for you: **promptly delivered** to your home or workplace, our daily meal boxes (breakfast, lunch, dinner and snacks) provide you with the necessary **intake of energy** and nutrients that keep you on the go.

Inspired by a myriad of international cuisines, our wide variety of dishes brings the **delicacies of the world** right to your table.

At **Carlton Nutrition Center**, we know that less is more: by **indulging your senses** with our **naturally prepared sweets**, you will stay as light and fresh as a **SWEETHEART!**



4 Live healthy

Whether your goal is "Weight Loss", "Weight Gain", "Weight Maintenance" or "Athletic Performance" **Carlton Nutrition Center** is the right place to be.

5 Especially for you

In our field, keeping pace with innovation is a must; thus, you are constantly updated with the latest **personalized solutions** regarding your food preferences, health condition and history review.

6 So you can stay on track

- Your periodic follow-up visits to **Carlton Nutrition Center** help us **monitor** your progress to make sure you're headed in the **right direction**.
- Our **motivational** sessions and diet maintenance programs assist you in keeping the **good results**.
- At **Carlton Nutrition Center wellness** is contagious: education and support at schools, universities, and other institutions are the core values of our **social mission**.



7 The break you deserve

- **Accommodation:** enjoy a perfectly **relaxing** atmosphere and renew your **zest** at our newly developed **executive wing**.
- **Nutrition:** choose your favorite dish from our **diversified** healthy menus to secure your physiological needs and attain your **ideal weight**.
- **Fitness & Spa:** stay in shape with our exclusive membership benefits and embrace a **stress-free body**.
- **Education:** **Carlton Nutrition Center**'s expert counselors will unveil to you the secrets and tools of **healthy living**.



8 Well-being for all

To those who can't reach us; we have built a bridge. Our services are provided in different areas and are in constant expansion. With our values and wellness culture we fulfill our vow to keep the society healthy.

9 Stay tuned

Kingdom of Saudi Arabia: Eastern Province:

Head Office:

P.O. Box: 1235, Al-Khobar 31952

Tel: +966 3 814 7070

Fax: +966 3 859 1753

Aramco-Dhahran:

Tel: +966 3 872 0706

Fax: +966 3 872 0709

Aramco-Ras Tannura:

Tel/Fax: +966 3 673 1554

Mobile: +966 55 584 0908

Aramco-Abqaiq:

Tel/Fax: +966 3 572 3167

Mobile: +966 55 921 2151

Email: info@carlton-nutrition-center.com

Kingdom of Bahrain

Manama:

P.O. Box: 10116, Manama Bahrain

Tel: +973 17 255 044

Fax: +973 17 255 513

Email: cpncbh@carlton-nutrition-center.com

www.carlton-nutrition-center.com



Follow us on
@CarltonCenter



Like us on
Carlton Nutrition Center



٩ ابقَ على اتصال

المملكة العربية السعودية: المنطقة الشرقية

المركز الرئيسي:

ص.ب. ١٢٣٥، الخبر ٣١٩٥٢

تل: +٩٦٦ ٣ ٨١٤ ٧٠٧٠

فاكس: +٩٦٦ ٣ ٨٥٩١٧٥٣

آرامكو - الظهران:

تل: +٩٦٦ ٣ ٨٧٢ ٠٧٠٦

فاكس: +٩٦٦ ٣ ٨٧٢ ٠٧٠٩

آرامكو - رأس تنورة:

تلفاكس: +٩٦٦ ٣ ٦٧٣ ١٥٥٤

جوال: +٩٦٦ ٥٥ ٥٨٤ ٠٩٠٨

آرامكو - بقيق:

تلفاكس: +٩٦٦ ٣ ٥٧٢ ٣١٦٧

جوال: +٩٦٦ ٥٥ ٩٢١ ٢١٥١

بريد إلكتروني: info@carlton-nutrition-center.com

مملكة البحرين

المنامة:

ص.ب. ١٠١١٦، المنامة البحرين

تل: +٩٧٣ ١٧ ٢٥٥ ٠٤٤

فاكس: +٩٧٣ ١٧ ٢٥٥ ٥١٣

بريد إلكتروني: cpncbh@carlton-nutrition-center.com

www.carlton-nutrition-center.com



٨ الصحة والعافية للجميع

- لا يكتفي **كارلتون** بتأمين الغذاء الصحي للأفراد فقط، إنما يسعى أيضاً لتطوير شبكة عملائه في أرجاء البلاد من أجل توفير التغذية السليمة الأكبر شريحة ممكنة من المجتمع.
- تزيدنا قيمنا وثقافتنا الغذائية ثقةً بأننا سننجح في إتمام مهمتنا في الحفاظ على مجتمعٍ صحيٍّ وسليمٍ.



٧ النقاة التي تستحقها

- استضافة مميزة: استمتع بجوٍ من الراحة والاسترخاء وجدّد انتعاشك وحيويتك في أجنحة **كارلتون** التنفيذية المخصّصة لرجال الأعمال.
- التغذية الصحية: اختر طبقك المفضّل من قوائم طعامنا المتنوّعة والصحيّة لتأمين احتياجاتك الفيزيولوجيّة.
- النادي الرياضي والمنتجع الصحيّ: استفد من عضوية النادي لكي تحافظ على رشاقة مثاليّة وتكتسب جسمًا صحيًا خاليًا من السموم ومحروّرًا من الإجهاد.
- التوعية: يكشف لك مستشارونا وخبراؤنا عن أسرار ومفاتيح العيش السليم عبر محاضرات خاصّة ومميّزة.

٣ غذاء صحي ولذيذ

لعلّ انشغالاتك اليومية وأسلوب حياتك السريع يمنعانك من تحضير الوجبة الصحية التي تستحقها. ولكن فريق **كارلتون** للتغذية السليمة يستمتع بكل لحظة في تحضيرها لك متولياً عنك المممة: سواء أكنت في المنزل أو العمل، سنصلك وجباتنا في الموعد المناسب ضمن توضيب خاص وصحي لتزودك بالمغذيات والسرعات الحرارية التي تحتاجها لكي تبقى مفعماً بالحياة والنشاط (نقدم لك الفطور، الغداء، العشاء والسناك).

نقدم لك قوائم طعام **كارلتون** للمستوحاة من المطابخ العالمية أطيب الدنيا مباشرة إلى مانتك.

خير التحلية ما قلّ ولدّ: بفضل حلوياتنا المميزة والمحتوية على مكونات طبيعية وخفيفة، ستحافظ حتماً على الرشاقة مع الاستمتاع بما تشتميه.



٤ حياة صحية

سواء أكان هدفك "فقدان الوزن"، "اكتساب الوزن"، "المحافظة على الوزن"، "تحسين الأداء الرياضي"، أو "معالجة مشكلة صحية"، **كارلتون** هو المكان المناسب.

٥ خصيماً من أجلك

ولأنّ مواكبة التطور والإبداع المستمرّ يُعتبران أمرين أساسيين في علم التغذية، نحن نحرص دائماً في **كارلتون** على تطوير برنامجنا وحمياتنا على نحو يتوافق مع احتياجاتك الخاصة، خياراتك الغذائية وسجلك الصحي.

٦ حتى تبقى على المسار الصحيح

- تمكّننا زيارتك المنتظمة والدورية إلى **كارلتون** من متابعتك والتأكد من بقائك على المسار الصحيح.
- يُبقي **كارلتون** عيناً ساهرة على إنجازاتك عبر تقديم دورات تحفيزية وحميات متابعة تشجّعك على المحافظة على النتائج الإيجابية.
- نحن في **كارلتون** نعتبر أنّ الصحة هي حق للجميع؛ لذا تشكل حملات التثقيف الغذائي والتوعية الصحية التي نطلقها في المدارس والجامعات وغيرها من المؤسسات الأساس الذي تركز عليه رسالتنا الاجتماعية.

٢ رعايةٌ جديرةٌ بالثقة

إيماناً منه بأنّ الثقة هي عاملٌ مفيدٌ وبنّاء في حياة الإنسان، مثلما مثل أيّ وجبةٍ صحيّة، حرص **كارلتون** على الالتزام بأفضل المعايير الغذائيّة، كنظام الماسب والمواصفات الدوليّة أيزو ٢٢٠٠٠ للإدارة سلامة الغذاء، بهدف تأمين نوعية الغذاء المنتج وضمان رضى المشتركين وصحتهم.

وبتطبيقنا معايير أكاديميّة التغذية وعلم التغذية التي نعمل بموجبها في مجمل أقسام **كارلتون** نبحر معاً، برعاية أخصائيّ التغذية لدينا من أصحاب الشهادات والخبرات العالميّة، في رحلة العمر إلى عالم ملؤه الصّحة والمناة لنجد الحل المناسب والشامل لأيّ مشكلة ترتبط بالوزن أو بالصّحة.



١ تعرّف على كارلتون للتغذية السليمة

تمّ تأسيس **كارلتون** في العام ٢٠٠٢ كأحد أقسام فندق كارلتون المعيد ليشكل مرجعاً متخصصاً في أصول التغذية السليمة والرشاقة والعناية بالذات بهدف خدمة المجتمع.

أمّا اليوم، وبعد أن أصبح **كارلتون** رائداً في مجال التغذية الصحيّة، فهو يسعى جاهداً إلى نشر ثقافة غذائيّة مسؤولة في أرجاء المنطقة من شأنها أن تعزز السلوك الغذائيّ السليم وتساهم في تأسيس مجتمعٍ صحيٍّ ومعافى.

يتألّف فريق عمل **كارلتون** من عناصر متفانية، مؤمّلة ومسؤولة تعمل بشكلٍ دوّوب وعلى مدار الساعة، من خلال فروعنا في المملكة العربيّة السعوديّة ومملكة البحرين، على نشر التوعية الصحيّة ومكافحة السمنة.



١ تعرّف على كارلتون للتغذية الصحية

٢ رعايةٌ جديرةٌ بالثقة

٣ غذاءٌ صحيٌّ ولذيذٌ

٤ حياةٌ صحيّةٌ

٥ خصيماً من أجلك

٦ حتّى تبقى على المسار الصحيح

٧ النقاومة التي تستحقّها

٨ الصحّة والعافية للجميع

٩ ابقِ على اتّصال

