

WEBINAR

7/Maggio/2020

NUTRIZIONE 2.0

Con **Dr Chef** Assapora la Salute!

S. Spinelli



CIBO E SALUTE



"Se fossimo in grado di fornire a ciascuno la giusta dose di nutrimento e di esercizio fisico, né in difetto né in eccesso, avremmo trovato la strada per la salute"

(Ippocrate - 460-477 a.C).

LA BUSSOLA PER UNA NUTRIZIONE EQUILIBRATA



Assapora la Salute!

IL CIBO SIA IL TUO FARMACO...

Hai mai pensato all'alimentazione come terapia?

Siamo ciò che mangiamo:

con **Dr Chef** la salute è a portata di tutti.



DR CHEF, UNA PIATTAFORMA MULTICANALE SEMPLICE E VELOCE



WEB

APP

COSA TROVIAMO IN DR CHEF?



**MENU
COMPLETI
1000**

**OLTRE 200 PRODOTTI
NELLO SHOP
ALIMENTARE**

**INGREDIENTI
400**

**8 DIVERSE AREE
TEMATICHE 4**

**35 MENÙ PER DISTURBI
DELL'APPARATO GASTRO-INTESTINALE**

I 3 PERCORSI

Fino ad oggi si considerava come terapeutica l'eliminazione di determinati ingredienti o gruppi di alimenti, il valore aggiunto che offriamo è un concetto che unisce combinazioni sane e utili, sinergiche da un punto di vista funzionale per riequilibrare una specifica funzione dell'organismo.



I 3 PERCORSI

Con Dr Chef puoi sapere sempre come alimentarti in maniera salutare tramite 3 percorsi standardizzati per gli utenti di tutti i livelli di esperienza.

Con i nostri percorsi l'utente è in grado di sapere **cosa mangiare** e **come cucinare** un determinato alimento per uno specifico risultato.





I 3 PERCORSI



L'utente potrà decidere cosa mangiare scegliendo di:

- **Armonizzare una funzione** specifica tra quelle selezionabili (drenante/renale, detossificante/epatica, energetica/muscolare, riequilibrante psico-fisico)
(freccia verde)
- **Risolvere un disturbo** specifico
(freccia blu)
- **Trovare l'Ingrediente** desiderato e sapere come abbinarlo ad un menù
(freccia arancione)

I CLUSTERS: COSA SONO?



Sono gruppi di menù studiati per riequilibrare specifiche funzioni di alcuni organi. Le funzioni organiche che si potranno stimolare o regolare sono organizzate in 4 raggruppamenti:

CLUSTERS

Il progetto Dr Chef prevede la creazione di menù specifici sulla base di particolari esigenze dell'utente. Con Dr Chef la persona potrà alimentarsi secondo i propri gusti, tempi, costi ed esigenze psico-fisiche.



DETOX



DRAIN



BALANCE



ENERGY



DISTURBI



I 4 CLUSTER

DETOX: Indicato per il miglioramento della funzione detossificante e l'eliminazione delle scorie dall'organismo, tramite menù specifici per il miglioramento della funzione epatica con l'utilizzo di alimenti idonei, sistemi di preparazioni ottimali e spezie mirate al riequilibrio di fegato e colecisti;



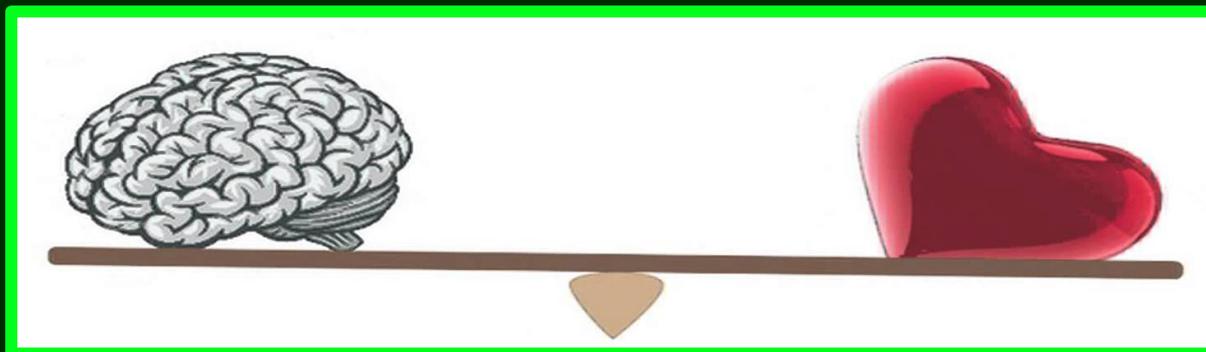
I 4 CLUSTER

DRAIN : Contribuisce a riequilibrare le funzioni renali e aumentare la diuresi. Indicato per l'eliminazione di liquidi in eccesso nell'organismo tramite Menù specifici per il miglioramento della funzione urogenitale con alimenti idonei, sistemi di preparazioni ottimali e spezie mirate per il riequilibrio della funzione renale e delle vie urinarie;



I 4 CLUSTER

- **BALANCE:** aiuta a riequilibrare le funzioni vascolari e neurologiche per ottenere maggiore lucidità mentale, e quelle cardiovascolari, tramite menù specifici per il miglioramento del sistema cardiaco e cerebrale con alimenti idonei, sistemi di preparazioni ottimali e spezie mirate al riequilibrio dei vasi e del sangue;



I 4 CLUSTER

- **ENERGY:** Indicato per chi vuole aumentare le prestazioni fisiche e ottenere il massimo sotto sforzo. Sia negli allenamenti quotidiani che in manifestazioni sportive vengono proposte combinazioni alimentari per incrementare al massimo energia e resistenza durante lo sport.



BUSSOLA NUTRIZIONALE DIGITALE



DRAIN

ELIMINA LIQUIDI IN ECCESSO



BALANCE

RIEQUILIBRA
LE FUNZIONI
NEUROLOGICA
E VASCOLARE



DETOX

ELIMINA LE TOSSINE



ENERGY

MIGLIORA LA FUNZIONE
MUSCOLARE

PERCORSO CLUSTER

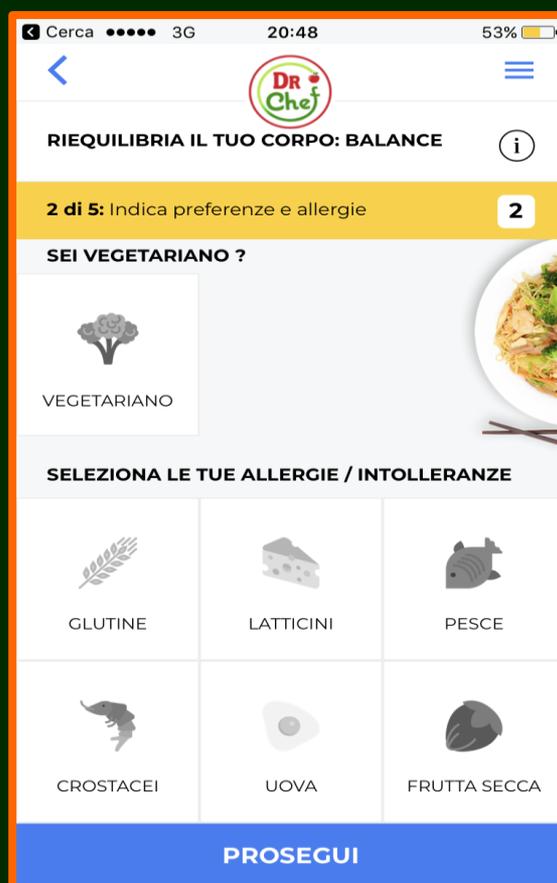
Come selezionare il menù desiderato



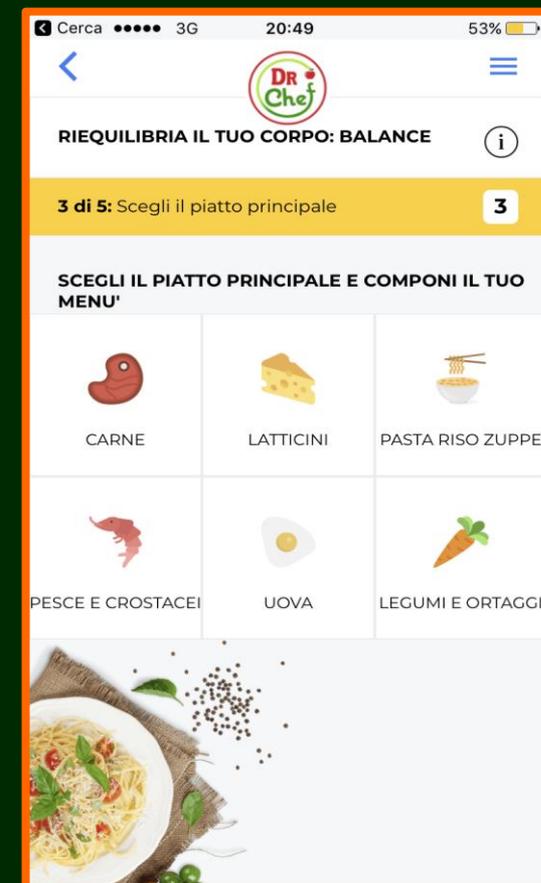
Selezionare quale funzione si vuole regolarizzare



Selezionare eventuali allergie o gusti alimentari come il vegetariano



Seleziona piatto principale all'interno dei gruppi alimentari fondamentali



PERCORSO CLUSTER

Come selezionare il menù desiderato

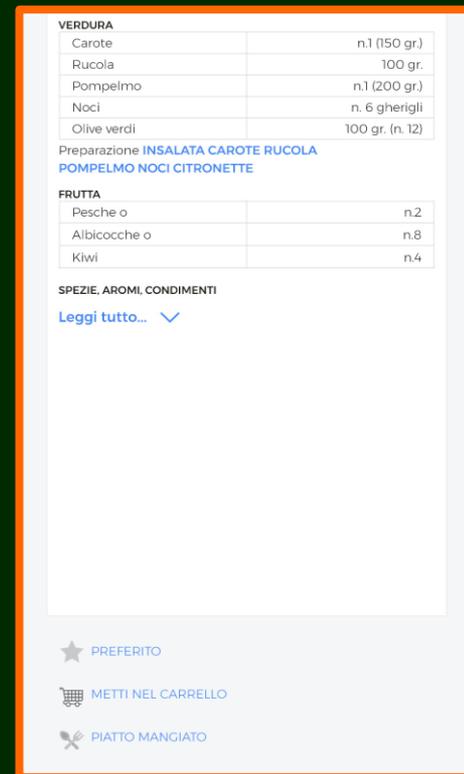
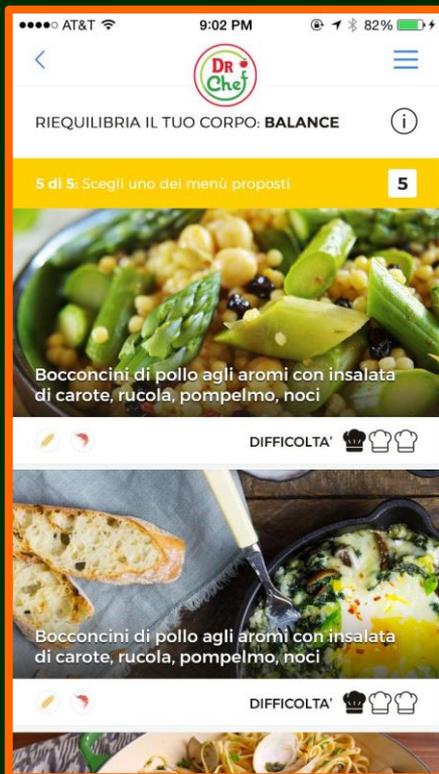
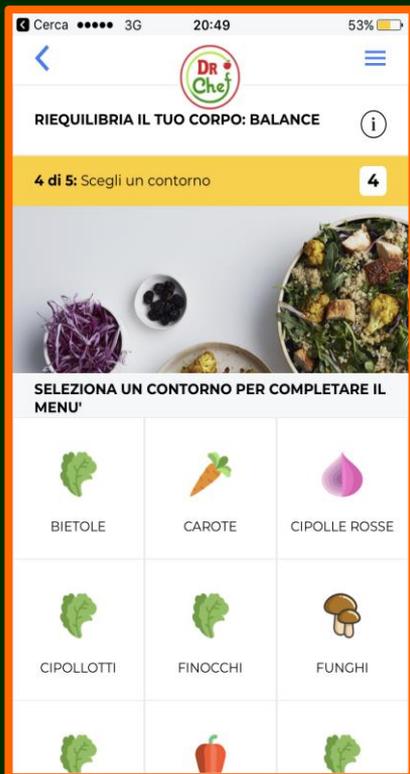


Selezionare il contorno preferito

Selezionare un menù tra i vari con l'ingrediente scelto

Visualizzare un menù selezionato

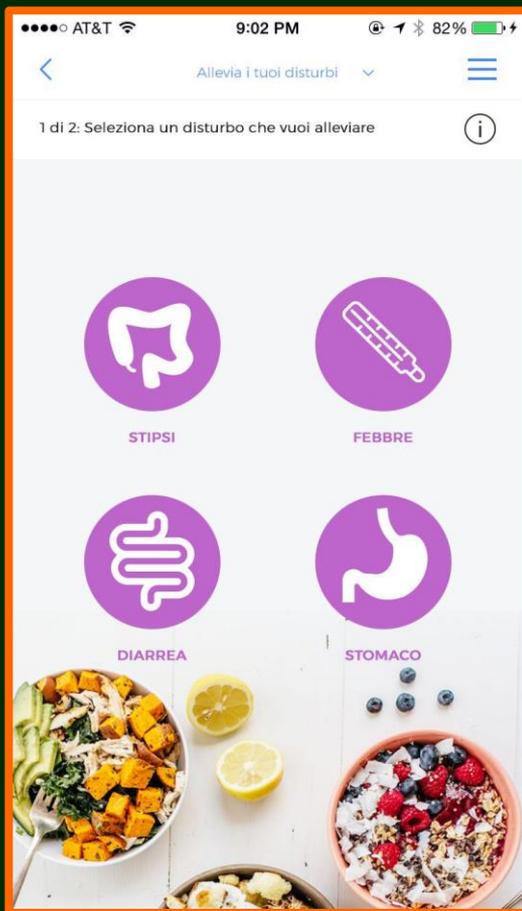
Possibilità di salvare il menù in preferiti oppure nella lista della spesa



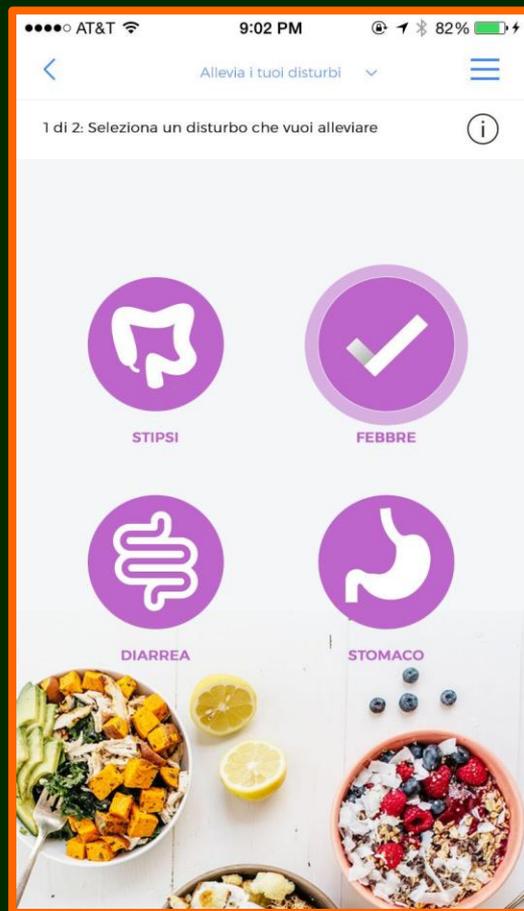
COME FUNZIONA IL PERCORSO DISTURBI PRINCIPALI



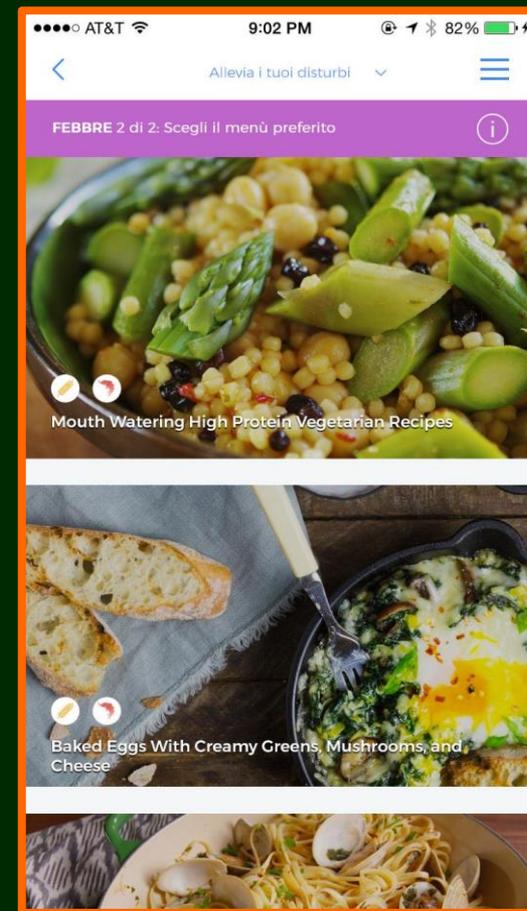
Visualizza quali
disturbi puoi risolvere



Seleziona il disturbo
desiderato



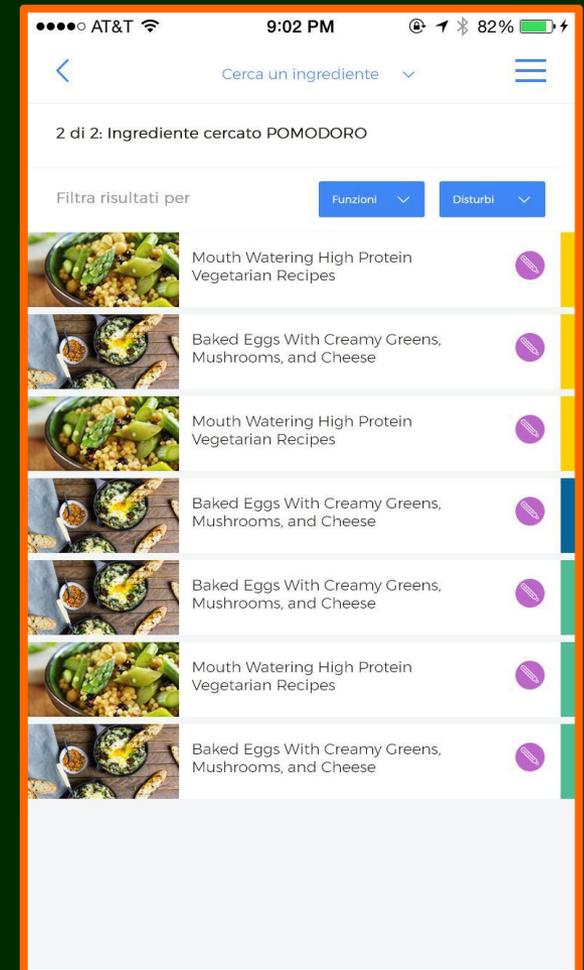
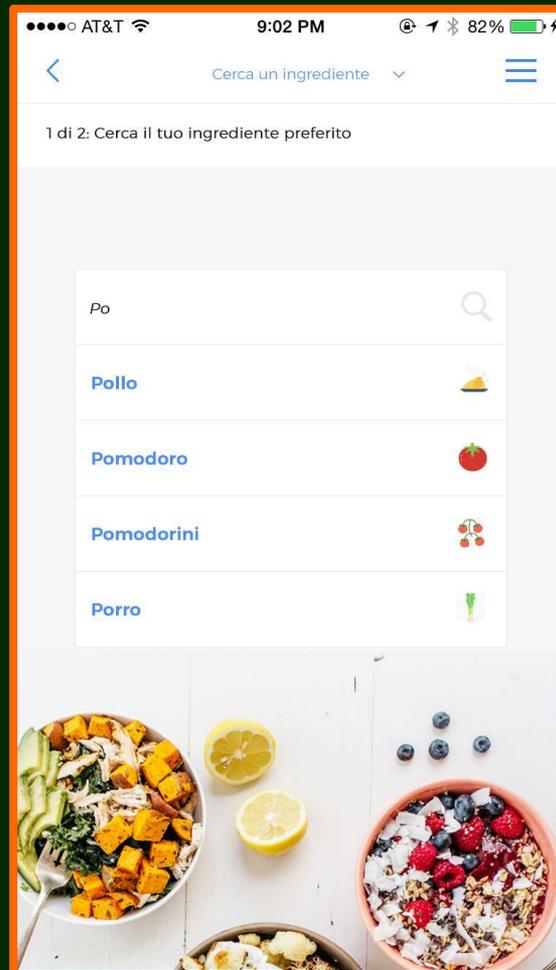
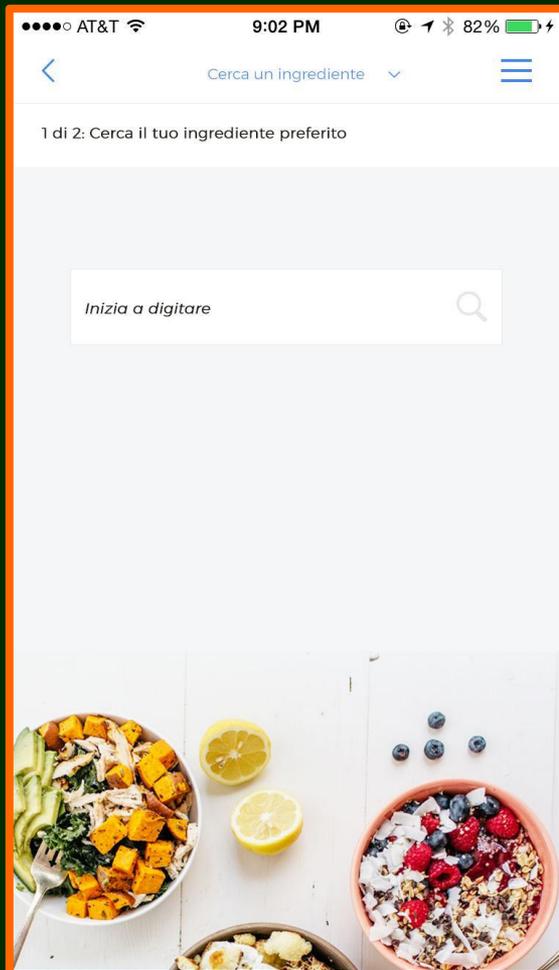
Visualizza il menù
selezionato



COME FUNZIONA IL PERCORSO CERCA



Ricerca un ingrediente specifico per visualizzare in che menù combinarlo



Vota il progetto Drchef



Stiamo partecipando al progetto
IOciCREDO di InCibumLab.

Vota sul sito

<https://www.incibumlab.it/io-ci-credo/votazione/#votazione>

**IN
CIBUM
UM** **LAB**



CON DR CHEF... ASSAPORA LA SALUTE!



WWW.DRCHEF.IT

info@drchef.it