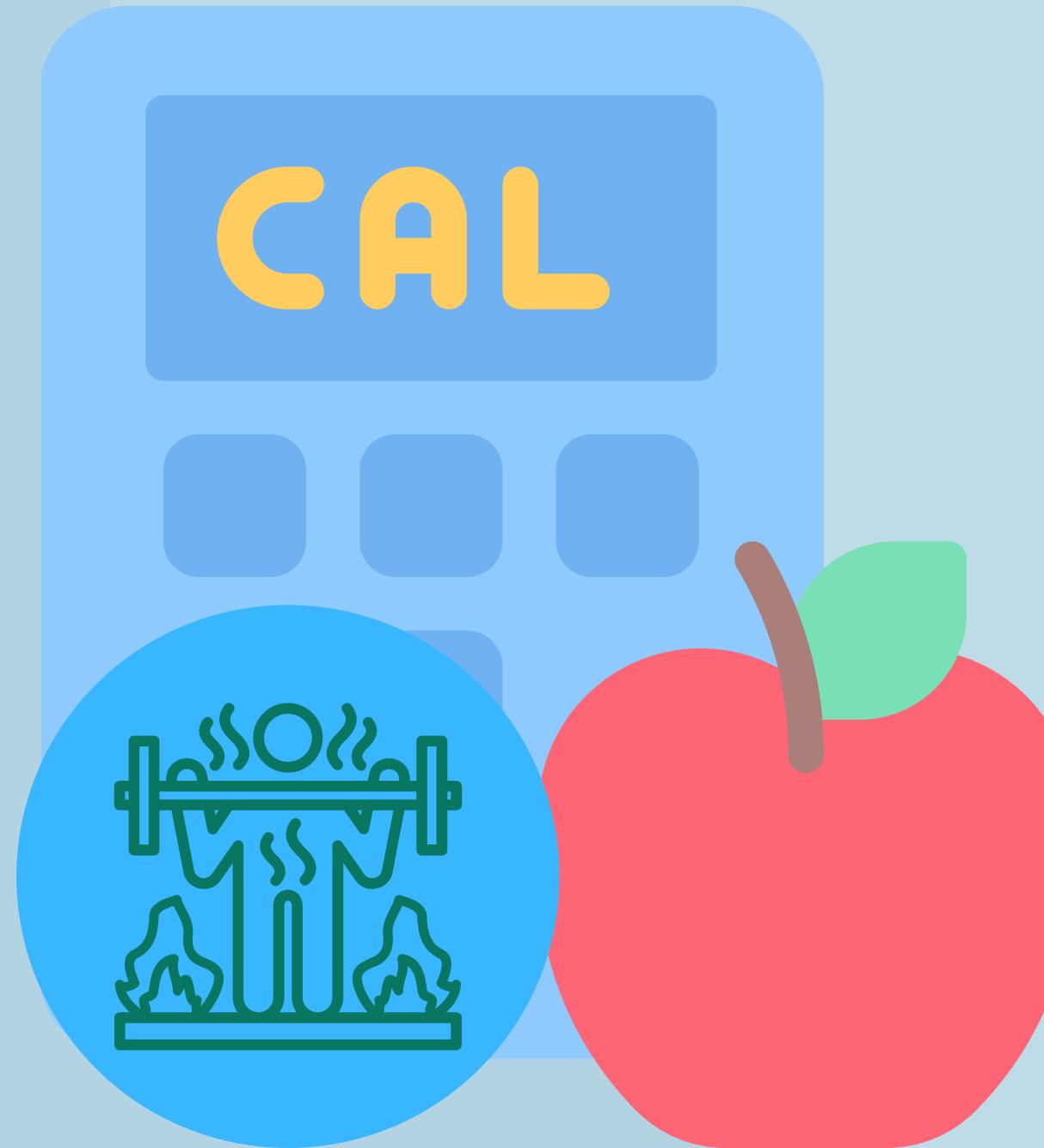


FitTracker

- KBIRI-ALAOUI Abdelhafid
- BOUKAICH Mohammed Rida



Problématique :

Comment une application de suivi de la santé peut-elle aider les individus à adopter des habitudes alimentaires et d'activité physique plus saines, et à atteindre leurs objectifs de bien-être de manière efficace et personnalisée ?

Outils :

- Language de programmation
 - Python
- bibliothèques
 - **Tkinter** : pour créer des interfaces graphiques utilisateur de manière simple.
 - **Numpy** : Bibliothèque Python pour le calcul numérique et la manipulation de tableaux multidimensionnels avec des performances optimisées.
 - **Matplotlib** : Bibliothèque Python pour la création de visualisations graphiques de haute qualité.
 - **Pandas** : Bibliothèque Python pour la manipulation et l'analyse efficace de données tabulaires

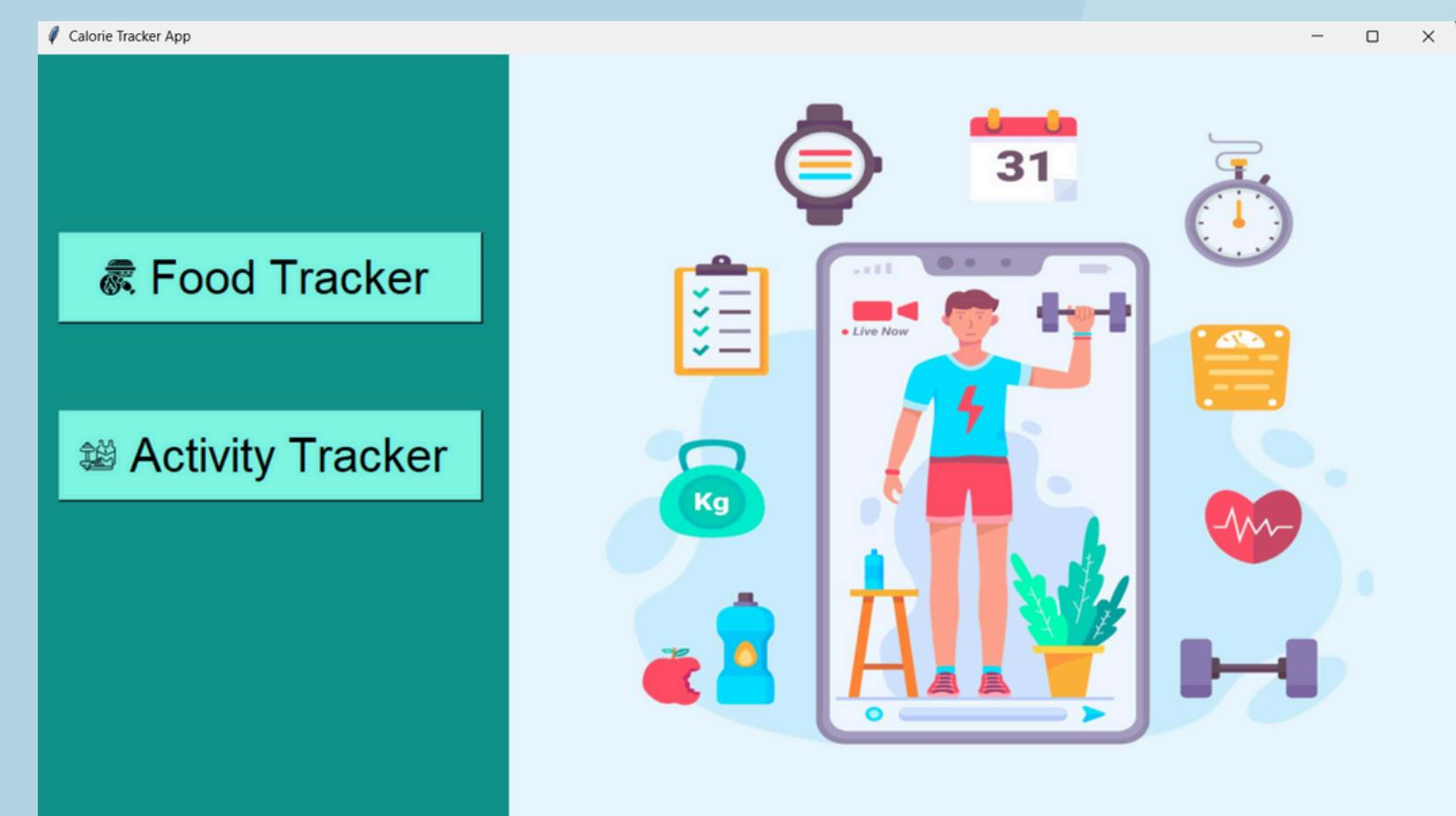
À propos de l'application

Bienvenue sur notre application de suivi de la santé, divisée en deux parties essentielles : **Food Track** et **Activity Track**.

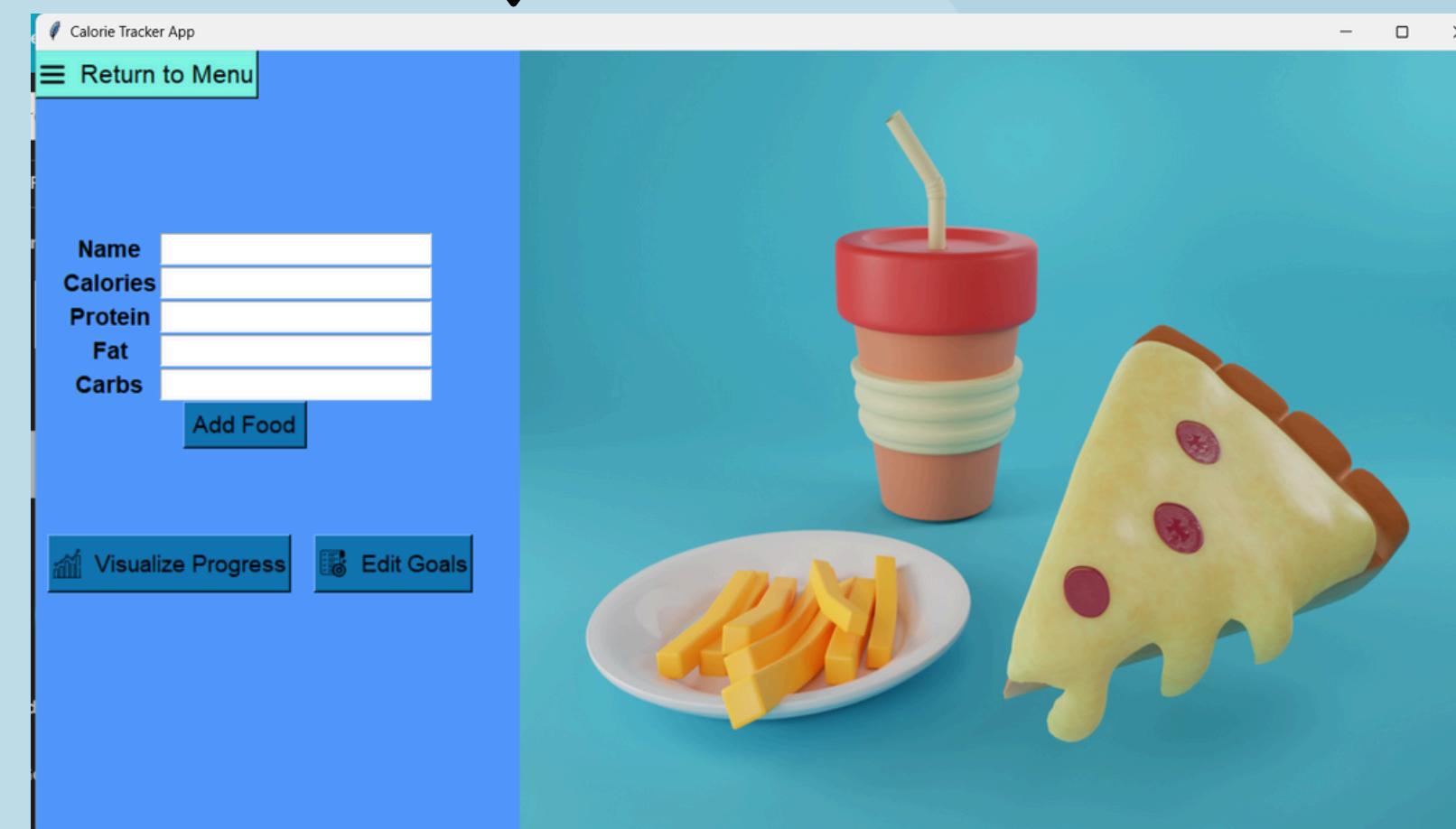
Food Track : vous permet d'enregistrer votre consommation alimentaire quotidienne, en détaillant les calories, les protéines, les graisses et les glucides, tout en vous aidant à atteindre vos objectifs nutritionnels personnalisés.

Activity Track : vous permet d'enregistrer vos activités physiques et de suivre les calories brûlées, en vous recommandant les dix activités les plus efficaces pour votre poids spécifique. Ensemble, ces fonctionnalités offrent un moyen complet de suivre votre santé et votre forme physique, que ce soit pour perdre du poids, gagner en muscle ou simplement adopter un mode de vie plus sain.

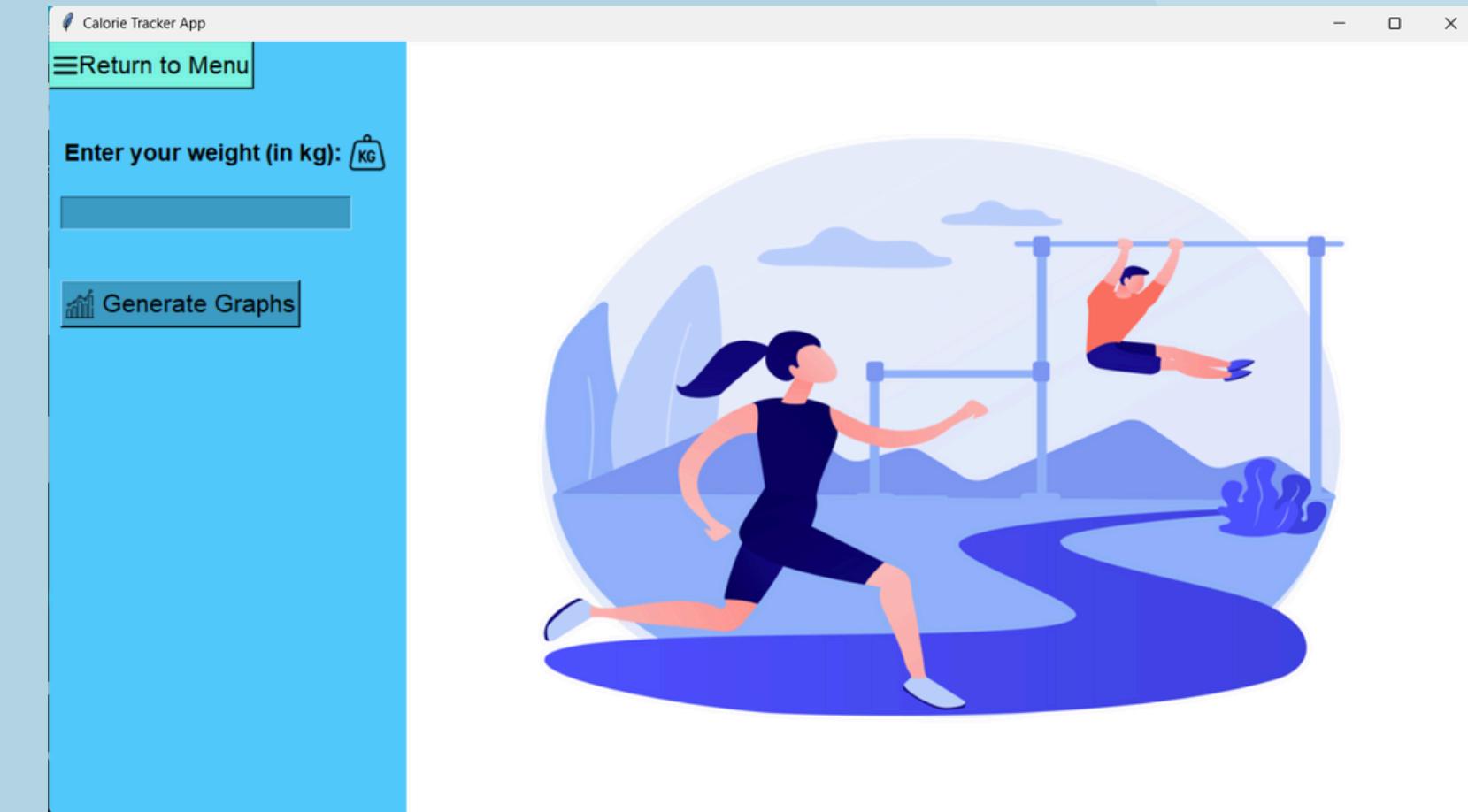
Page principale →



Food Tracker



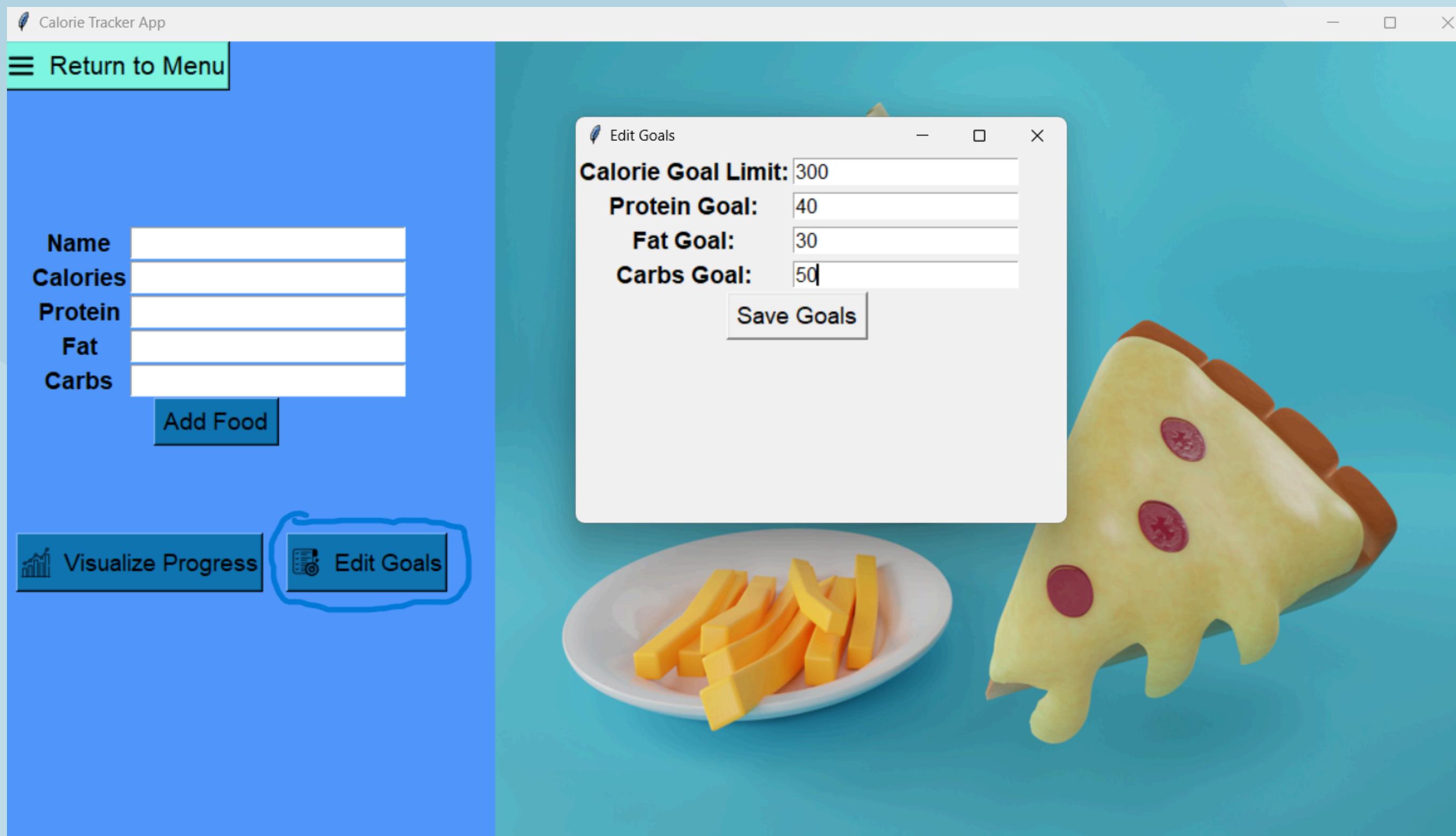
Activity Tracker



Food Track :

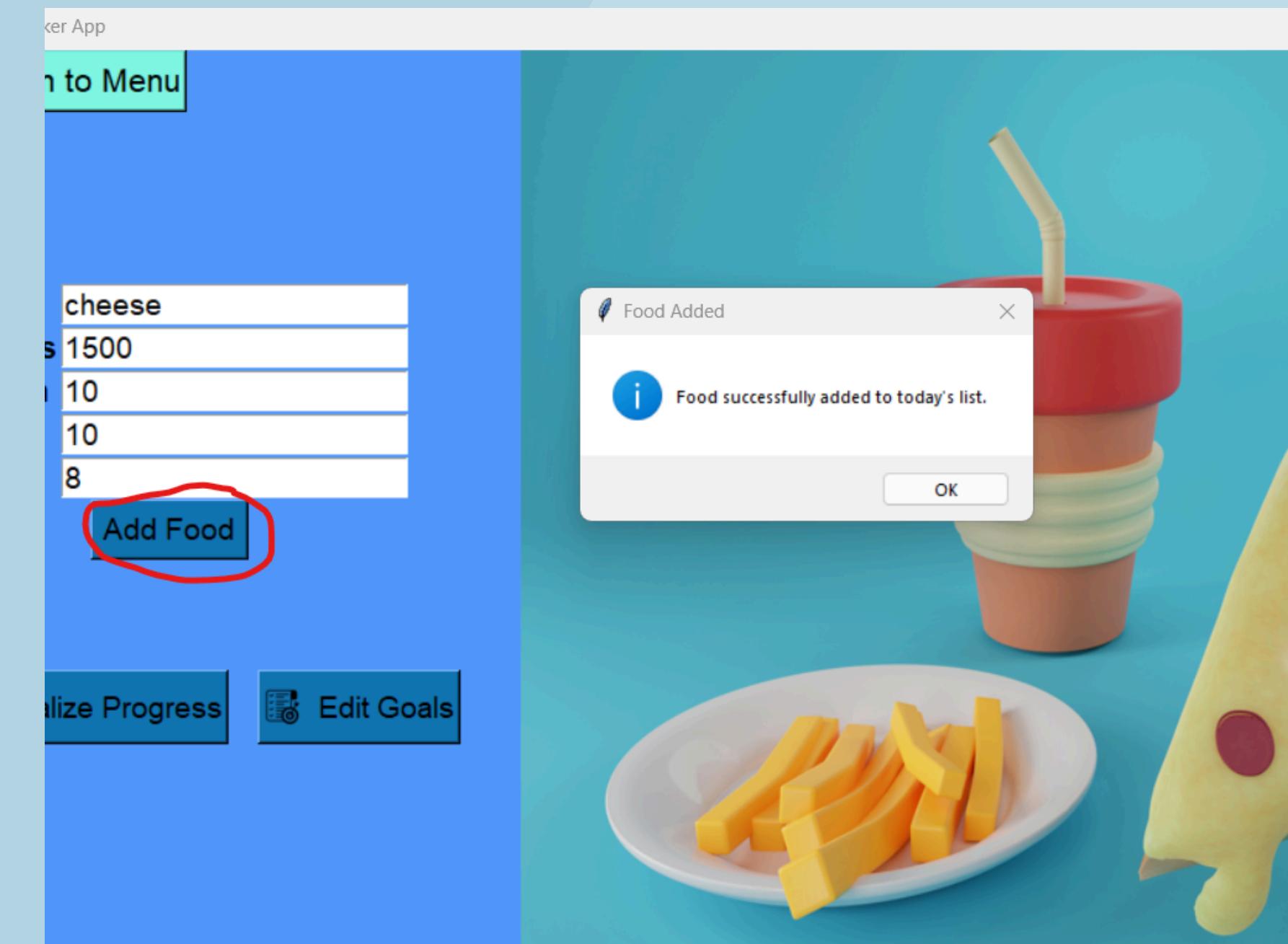
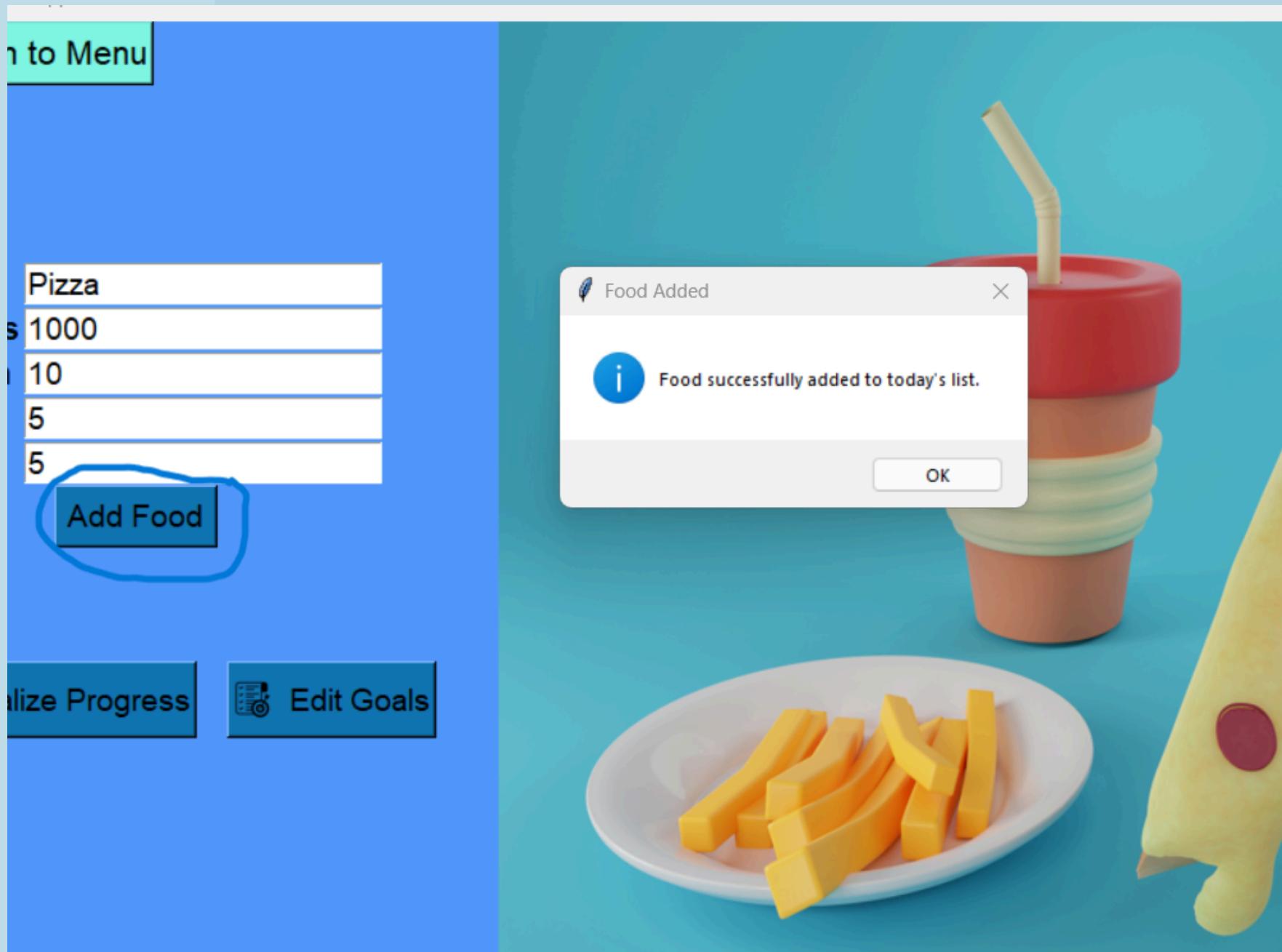


• Editer l'objectif de jour



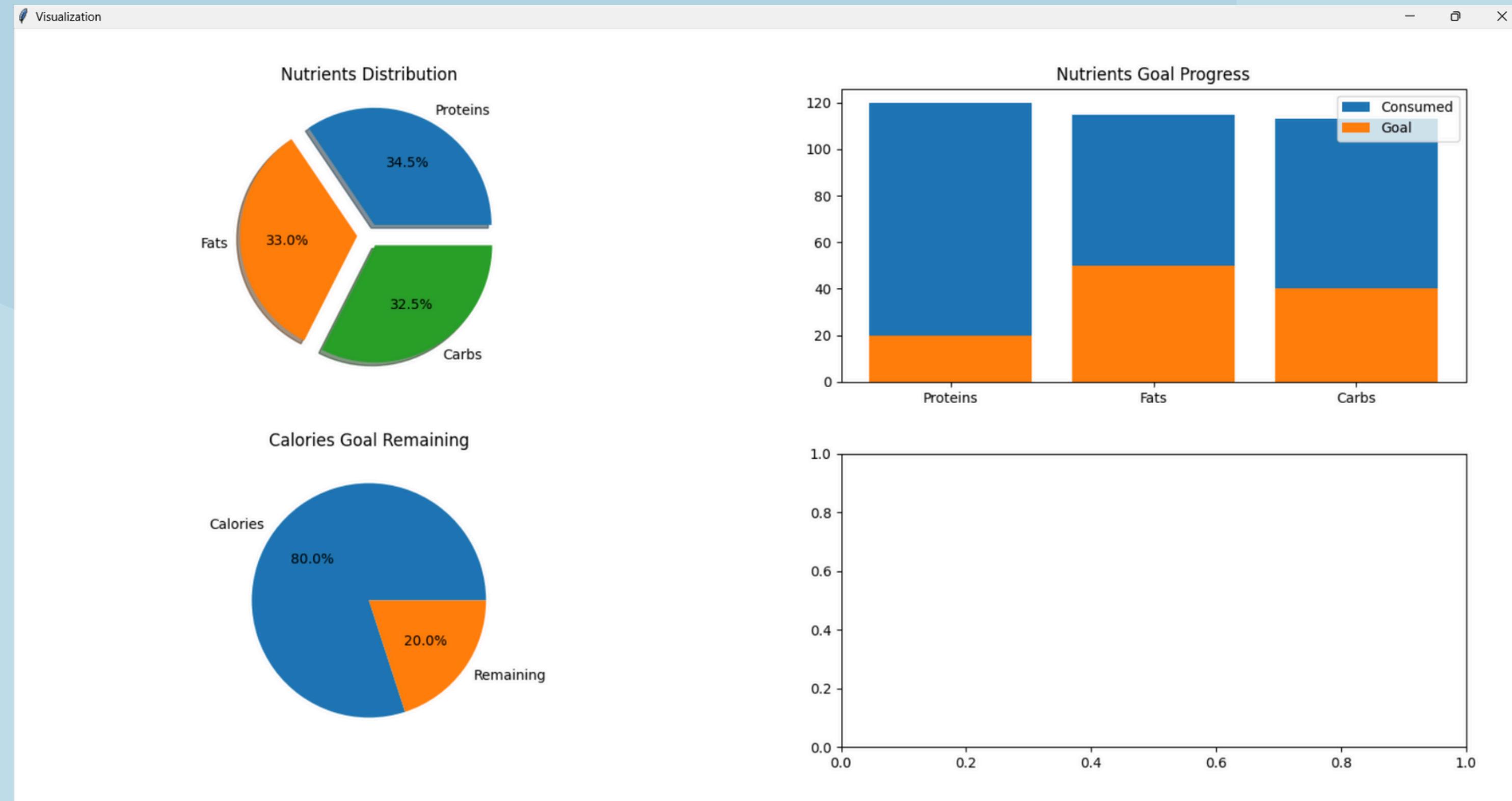
• Entrer les nourritures

par exemple on va entrer deux nourriture **Pizza** et **Cheese** vous pourrez entrer le nombre que vous voulez

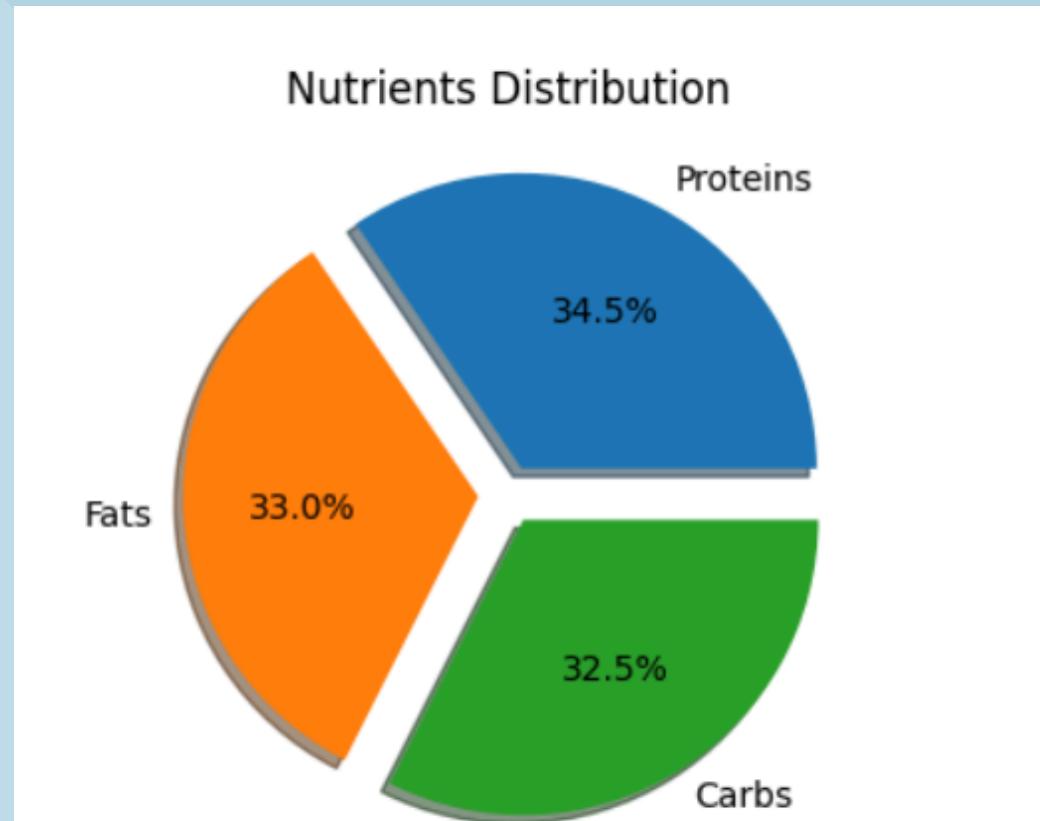


• Visualisation des données de nourriture

En cliquant sur le button de **Visualise progress**

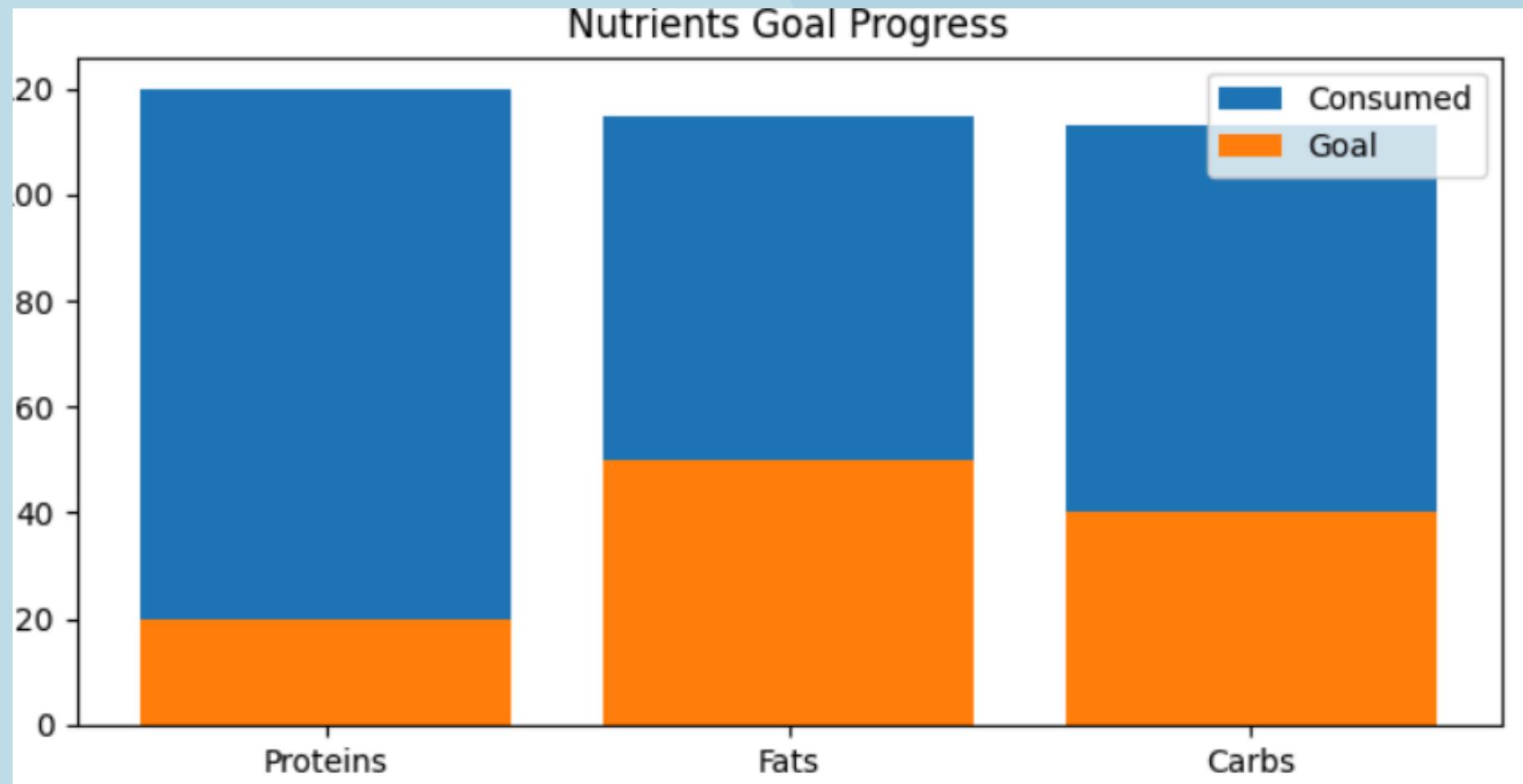


• Nutrients Distribution



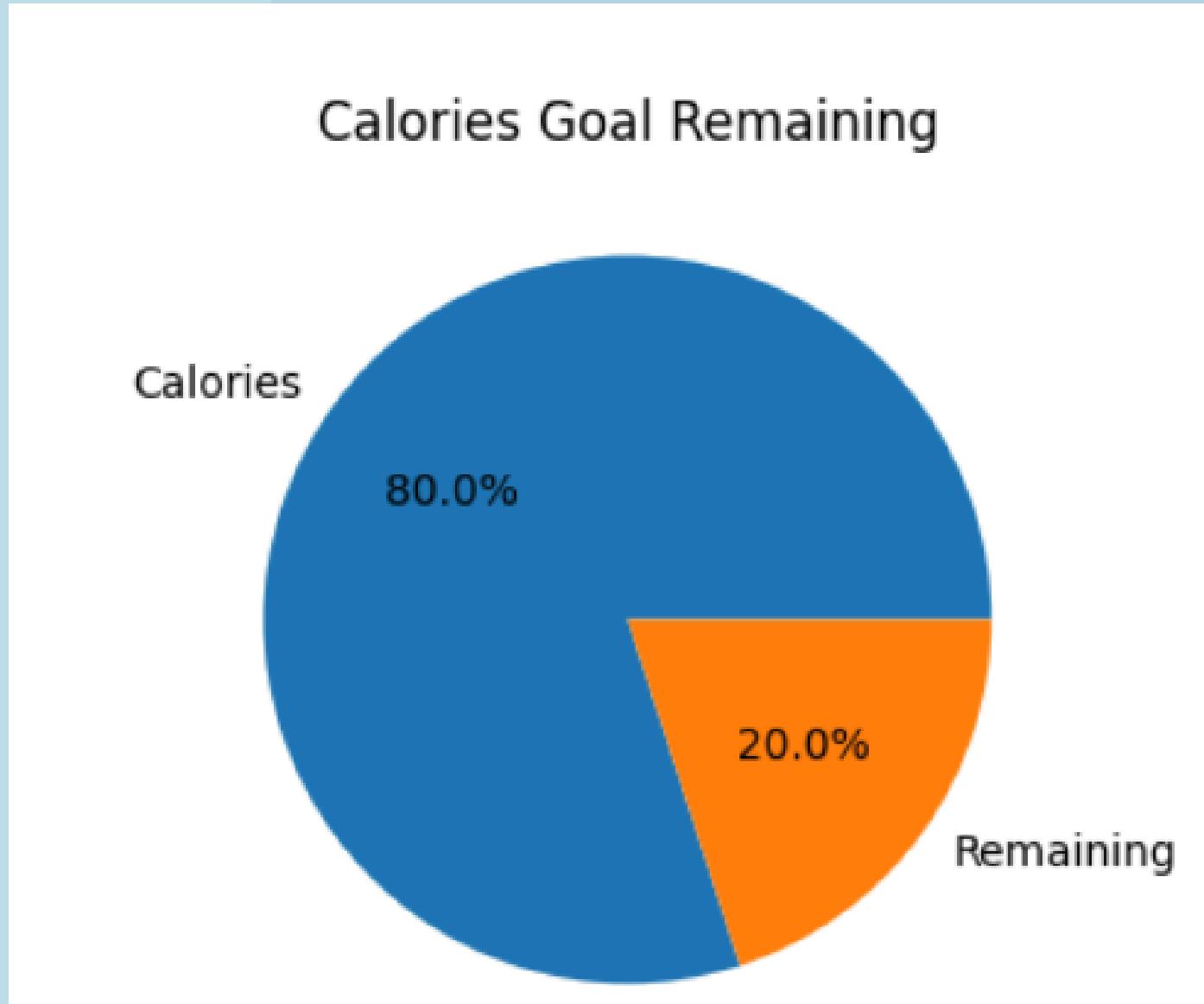
un graphique circulaire (ou diagramme en secteurs) représentant la répartition des nutriments dans l'alimentation quotidienne: **Fats ,Protein,Carbs**

• Nutrients Goal Progress



un graphique à barres représentant la progression vers les objectifs de nutriments fixés par l'utilisateur

- Calories Goal remaining



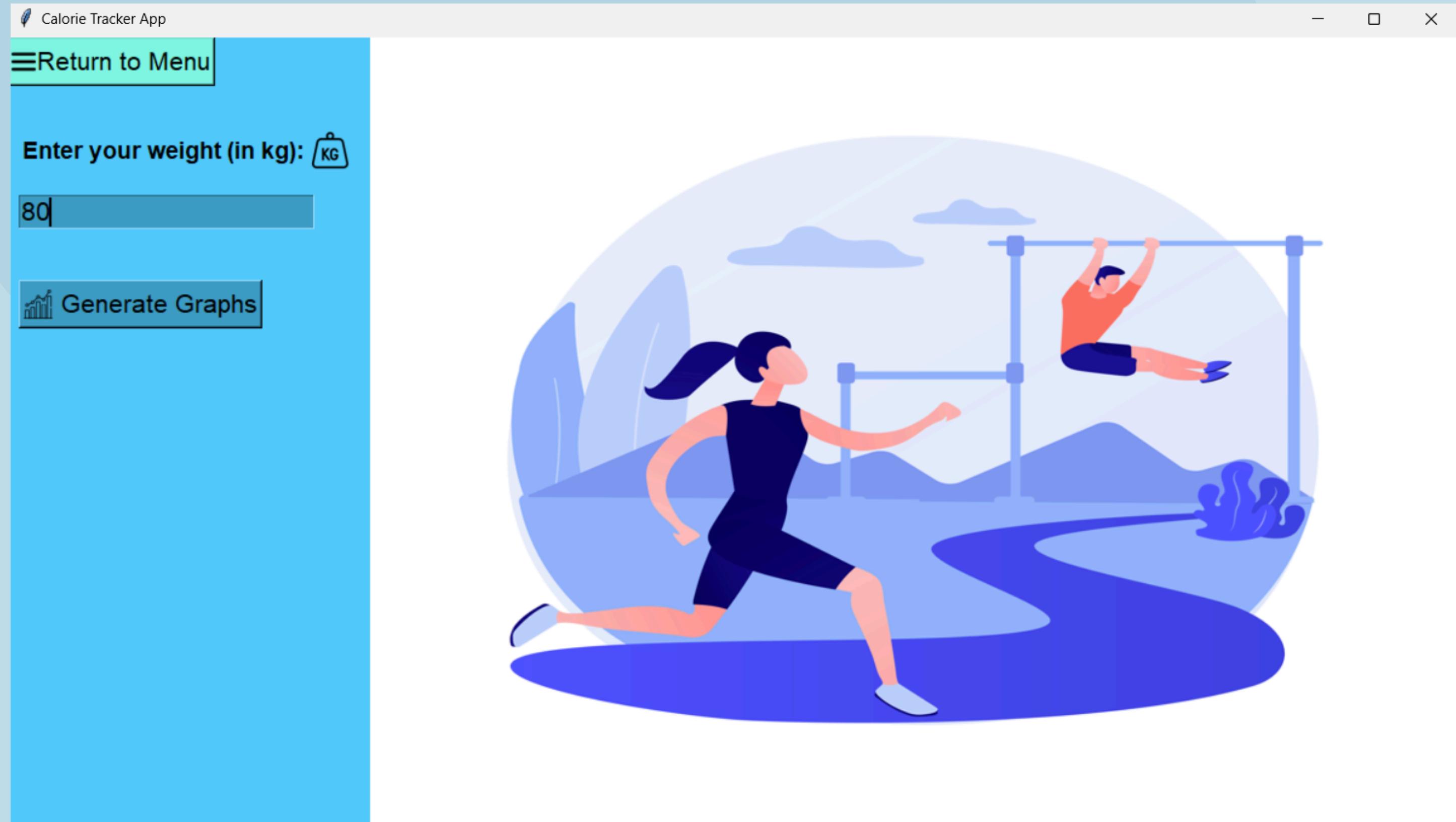
graphique circulaire qui représente la répartition des calories consommées par rapport à l'objectif calorique fixé par l'utilisateur

Activity Track:

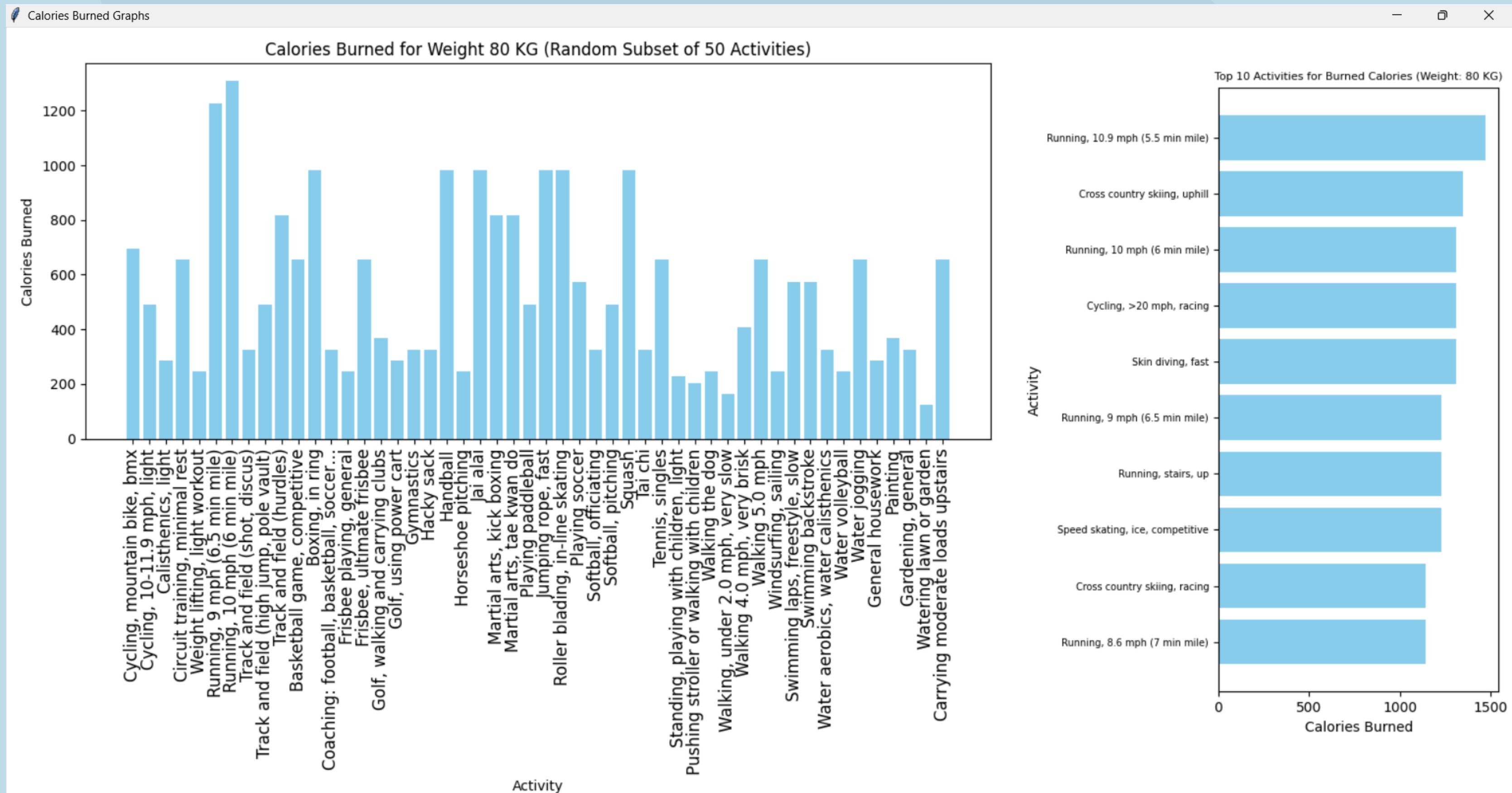


- Entrer weight en Kg

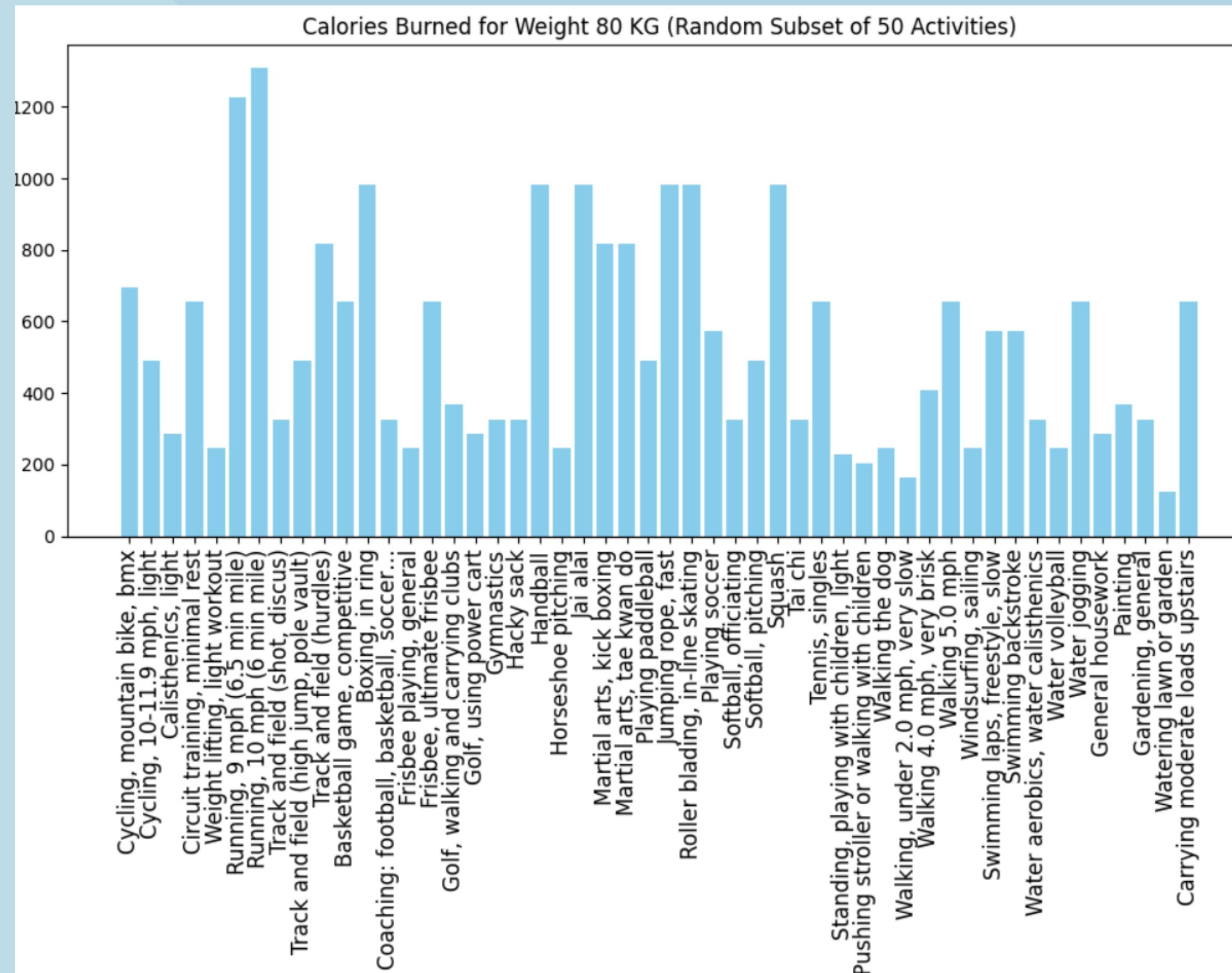
Par exemple on entre **80 kg**



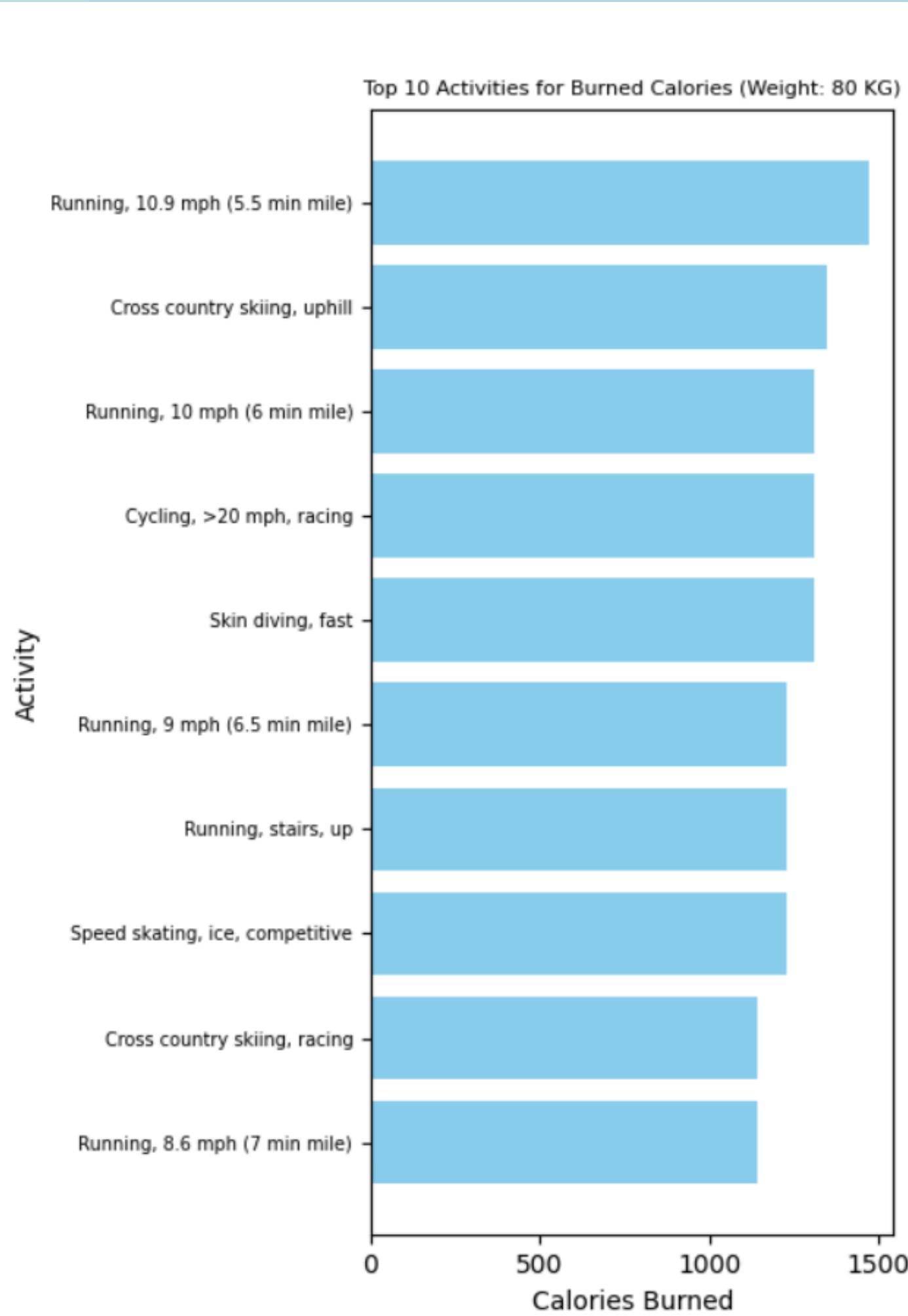
En cliquant sur le button Generate Graphs



• Generate graphs pour le poids d'utilisateur :



Représente les calories brûlées pour un poids spécifié (en kilogrammes) lors d'un sous-ensemble aléatoire de 50 activités pendant 1 heure par exemple dans le graphe à gauche cycling pendant 1 heure est environ 650 cal pour le poid 80 kg



graphique à barres horizontales pour afficher les dix principales activités qui brûlent le plus de calories, en fonction du poids spécifié (en kg).

Dans cette exemple Running10.9mph(5.5min mile) qui brule plus de calories

Conclusion:



En conclusion, notre application de suivi de la santé offre une solution complète pour aider les utilisateurs à atteindre leurs objectifs de bien-être et de forme physique. En combinant des fonctionnalités telles que Food Track, Activity Track et des outils de visualisation avancés, notre application fournit une plateforme conviviale pour enregistrer, analyser et comprendre les habitudes alimentaires et d'activité physique.

Avec Food Track, les utilisateurs peuvent facilement suivre leur consommation alimentaire quotidienne, fixer des objectifs personnalisés et visualiser leur progression vers ces objectifs. De même, avec Activity Track, ils peuvent enregistrer leurs activités physiques, suivre les calories brûlées et découvrir les activités les plus efficaces pour atteindre leurs objectifs de remise en forme.

Merci

