



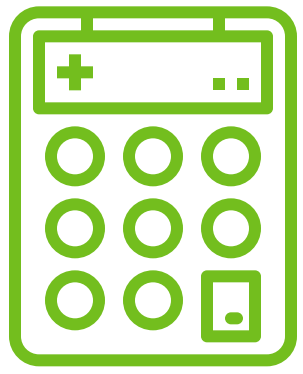
NOUS COMPTONS POUR VOUS

Présentation



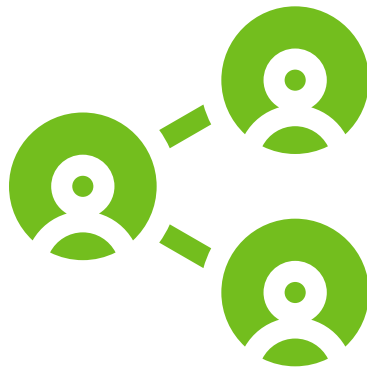
Qui sommes nous ?

INDIGLU est une association qui oeuvre contre le diabète, au profit des personnes atteintes. Le site web d'Indiglu a pour vocation d'aider les diabétiques à calculer leurs doses nécessaires d'insuline en se basant sur l'indice glucidique du repas. C'est une façon innovante qui change l'approche de l'alimentation pour les diabétiques. Sa fonction principale est de permettre aux utilisateurs de pouvoir connaître le taux d'insuline nécessaire après création d'un repas sur le site même. Le site est également utile pour toutes personnes suivant un régime alimentaire spécifique ou voulant manger de façon équilibrée. En effet, après création d'un repas, les utilisateurs peuvent voir le taux de glucide du repas, ainsi que d'autres nutriments tels que les protéines, ou encore les lipides. Ces repas peuvent être enregistrés et partagés et les autres utilisateurs ont la possibilité d'accéder à une rubrique spécialement dédiée aux repas partagés par la communauté.



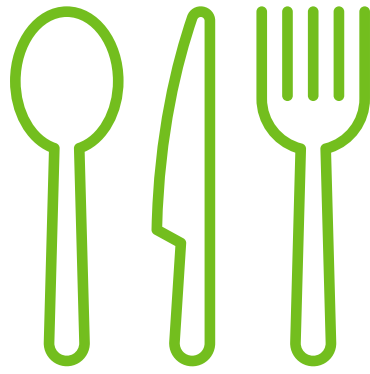
Calculer

Indiglu s'occupe de calculer les nutriments de votre repas pour vous. Ces nutriments sont calculés grâce à une riche base de données prenant en compte chaque élément déposé dans votre assiette.



Partager

Partagez et échangez vos idées avec les autres utilisateurs. Enregistrez les repas qui vous intéressent et notez les. Vous gagnerez peut-être des places dans le classement des repas les mieux notés de la semaine.



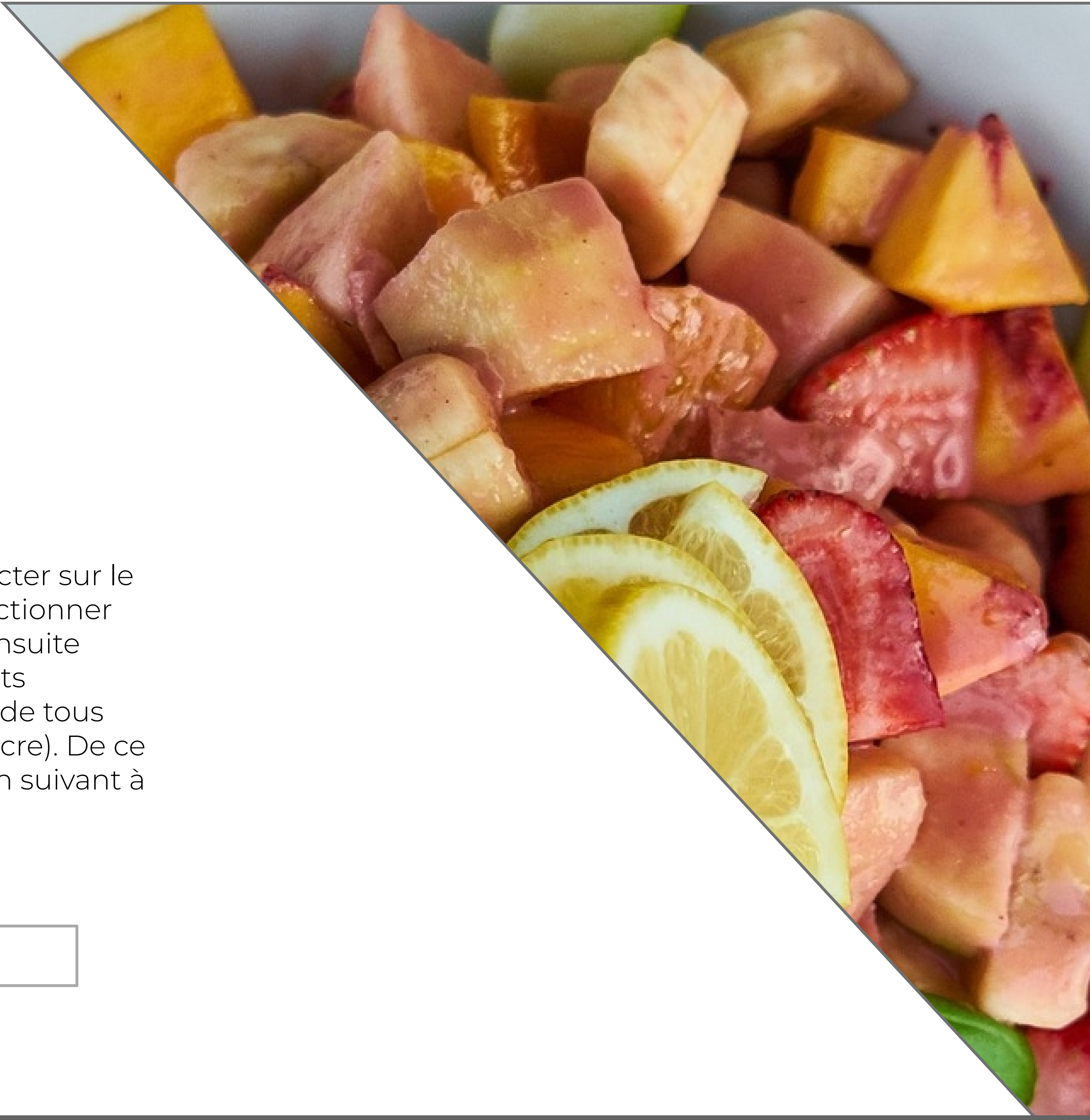
Profiter

Profitez de votre repas. Retrouvez les calories qu'il contient, et la dose d'insuline qu'il vous sera nécessaire. Toutes ces informations sont déjà répertoriées sur la page "Mon assiette".

Comment utiliser le calculateur ?

Pour utiliser le calculateur, il faut dans un premier temps se connecter sur le site INDIGLU, accéder ensuite à la page "Préparer mon repas", sélectionner des aliments ainsi que des quantités et cliquer sur ajouter. Il faut ensuite ouvrir la page "Mon assiette". Dans cette page, il y a tous les aliments sélectionnés, les quantités sélectionnées ainsi que un récapitulatif de tous les apports cumulés des aliments (IG, calories, lipides, protéines, sucre). De ce fait, vous pourrez maintenant préparer et manger vos repas tout en suivant à bien votre alimentation spécifique.

Préparer mon repas



Partenaires



Contacts

trytuytu@ghdg.fr
remiheberle99@hotmail.com
remiheberle@hotmail.com

Newsletter

Je m'abonne

