

## Instructions d'installation et d'utilisation du projet

1. Avant de commencer, assure-toi d'avoir installé sur ton système :
  - PHP  $\geq$  8.1
  - Composer
  - Node.js  $\geq$  18 et npm
  - MySQL via Xampp
2. Installation du backend (Laravel)
  - Accéder au dossier backend : `cd projet-sante-fitness/backend`
  - Installer les dépendances PHP : `composer install`
  - Importez le fichier SQL fourni (`suivi_sante_fitness.sql`) dans phpMyAdmin
  - Vérifier les paramètres de connexion à la base de données
  - Générer la clé d'application : `php artisan key:generate`
  - Démarrer le serveur Laravel : `php artisan serve`
3. Installation du frontend (React)
  - Accéder au dossier frontend : `cd projet-sante-fitness/frontend`
  - Installer les dépendances Node.js : `npm install`
  - Démarrer le serveur de développement React : `npm start`

## Utilisation de l'application

1. **Inscription et connexion**
  - Accédez à la page **Inscription** pour créer un nouvel utilisateur.
  - Utilisez la page **Connexion** pour vous connecter avec vos identifiants.
2. **Tableau de bord**
  - Le **dashboard** affiche les activités et repas récents de l'utilisateur connecté.
  - Les activités et repas futurs sont séparés pour une meilleure visualisation.
3. **Gestion des activités et repas**

- Ajouter, modifier ou supprimer vos **activités** et **repas** via les formulaires correspondants.
- Les données sont filtrées pour l'utilisateur connecté uniquement.

#### 4. **Notifications**

- Les notifications générées par les activités et repas programmés s'affichent dans la page **Notifications**.
- Vous pouvez consulter et marquer vos notifications comme lues.