



# HEALTHHEAT

UN PROJET "KCALORIQUE"

PROJET TRANSVERSE L3

GROUPE 154

PROMOTION 2023

TUTRICE - HEJER SALEM



LUCAS RODRIGUEZ - ARTHUR RHOUI - T.R. TENKENG - Y.B.S. BOPDA

# **SOMMAIRE**

INTRODUCTION	Page 1
ETUDE	Page 2
REALISATION	Page 3
IMPACT RSE	Page 8
BILAN	Page 9
CONCLUSION	Page 10

# **INTRODUCTION**

Nous avons constaté qu'il existait une réelle volonté dans le monde, et surtout en France de mieux s'alimenter. Il y a une prise de conscience collective, avec des personnes qui veulent préserver leur santé, mais aussi consommer des produits locaux pour réduire leur impact environnemental et social.

Dans le cadre de notre troisième année en école d'ingénieur à EFREI Paris, il nous a été demandé de réaliser un projet qui met le numérique au service de la société.

Nous avons donc décidé de créer Healtheat. Healtheat est une plateforme web qui a pour objectif de mettre en avant le bien-être, une alimentation saine et une consommation mesurée à l'aide d'un outil : la Kcalclulatrice.

Pour cela, nous verrons dans une première partie l'étude que nous avons effectuée en amont pour réaliser notre projet. Dans une seconde partie, nous montrerons la réalisation de ce projet avec ses fonctionnalités. Par la suite, nous expliciterons l'impact RSE de Healtheat. Enfin, nous effectuerons un bilan du déroulement de notre projet.

## ETUDE

D'après nos recherches, nous avons relevé plusieurs points fondamentaux qui nous ont encouragés à créer notre plateforme. En effet, 37% des consommateurs français effectuent un régime alimentaire. Parmi eux, 70% évoquent une préservation de leur santé. De plus, 71% des français déclarent consommer des produits qui sont bons pour leur santé. Ils écartent également les produits néfastes pour leur bien-être : 63% l'ont déjà fait en raison de la teneur en sucre, en sel ou en matière grasse.

A travers nos recherches, nous nous sommes rendu compte qu'il existait une réelle opportunité pour nous de s'implanter dans ce marché et de créer un outil du quotidien.

Nous nous sommes également renseignés sur nos possibles concurrents. Nous en avons sélectionné 3 : MyFitnessPal, Yazio, et Menunature.com. Ces 3 plateformes proposent également un compteur de calories.

MyFitnessPal est une plateforme internationale. Elle vise donc un public plus large que nous. Sur leur site web, il est impossible de calculer les calories directement à l'aide d'un outil. Leur site web est assez désorganisé et très peu intuitif. Il existe également dans leur base de données, les mêmes aliments où la description est écrite dans des langues différentes avec des valeurs caloriques différentes. Leur outil est assez incohérent et difficile d'utilisation (il est facile de se perdre sur le site).

Yazio est une plateforme française. Elle cible les mêmes personnes qu' Healtheat mais est davantage axée pour une utilisation mobile et non web. Sur leur site internet, il est uniquement possible de consulter les valeurs caloriques des aliments de leur base de données. On ne peut calculer la somme des valeurs d'un repas, cette tâche doit être réalisée par l'utilisateur. Cependant, leur site web est très intuitif et facile d'utilisation.

Menunature.com est une plateforme exclusivement web et française. Leur site internet est très chargé et trop incompréhensible. Il est beaucoup trop facile de s'y perdre. Cependant, leur site dispose d'une base de données conséquente même si elle n'est pas très intuitive.

Nous avons sélectionné ces 3 plateformes car elles sont assez représentatives des compteurs caloriques qui existent déjà sur le marché. Ceux que nous n'avons pas décidé d'analyser ont une structure similaire à un de ces 3 sites.

Nous avons donc décidé de créer notre propre compteur de calories avec Healtheat.

Healtheat se veut être une plateforme exclusivement web pour le moment. Nous visons un public français qui cherche à mieux s'alimenter. Notre site internet est très intuitif et possède un design épuré qui le rend très compréhensible. Il dispose d'une page d'accueil, d'une page de connexion ainsi que d'une page avec l'outil Kcalculatrice. La Kcalculatrice, c'est notre outil de compteur calorique. Il suffit juste d'indiquer le nom des aliments avec leurs quantités et vous saurez combien de calories vous avez consommé !

## **REALISATION**

### **Sur le plan technique**

Afin de développer notre application web, nous avons utilisé différents logiciels, outils et langages. Pour la partie développement web, nous nous sommes servis de VSCode. Dans la partie client, nous avons choisi d'utiliser du HTML, Javascript et PHP pour décrire nos pages web. Dans la partie serveur, nous avons utilisé phpMyAdmin pour construire notre base de données. Enfin, nous avons utilisé Mamp pour héberger localement notre site web. L'intégralité de notre code et de notre base de données est disponible sur notre dépôt Github à l'adresse suivante : [https://github.com/lucasrdz14/projet\\_transverse/tree/main](https://github.com/lucasrdz14/projet_transverse/tree/main)

### **Sur le plan fonctionnel**

Notre site web est composé de 3 pages. Ci-dessous, une photo de la page d'accueil composée du logo de la marque, de deux boutons pour accéder aux pages de connexion ou de l'outil Kcalculatrice.



Ci-dessous, la suite de notre page d'accueil, avec la présentation de notre concept.

## Notre Concept



### Des Conseils



Vous pourrez trouver à l'aide de notre équipe, tout ce dont vous avez besoin pour utiliser au mieux notre outil.

### Une base de données complète



Des milliers de produits et aliments répertoriés afin d'obtenir une précision maximale sur les calories de votre repas.

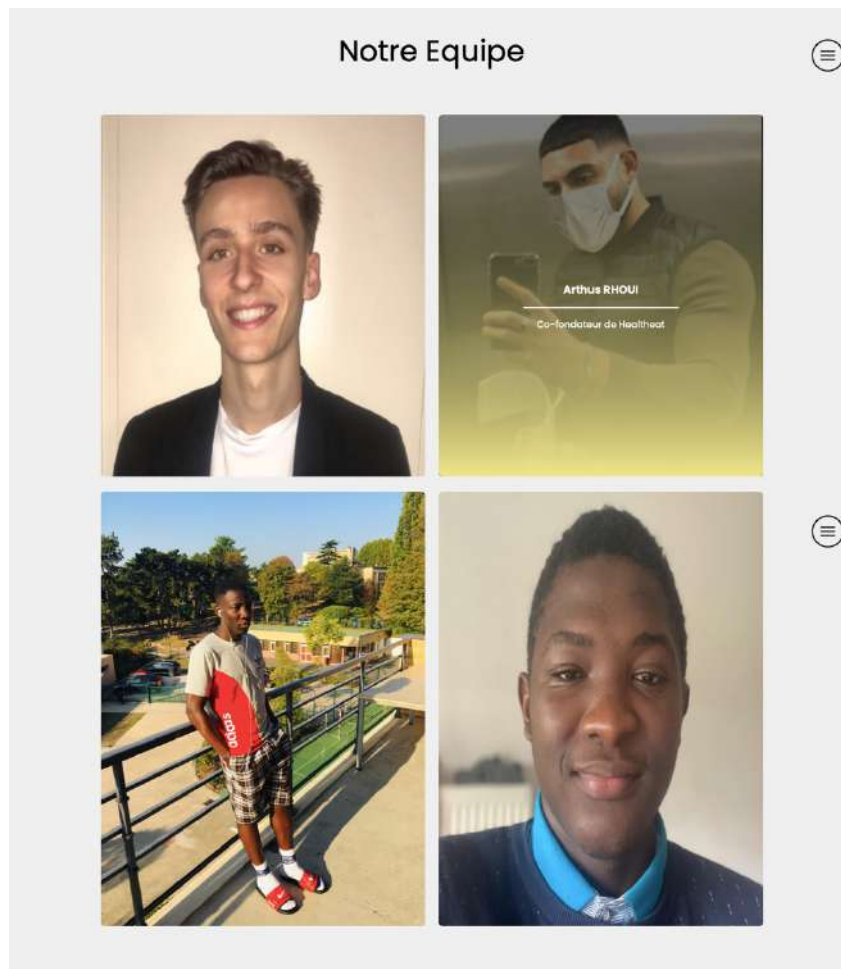
### La Kcalculatrice



Un outil qui va enfin vous permettre d'estimer vos calories en seulement quelques clics.



En descendant sur la page d'accueil, il y a une présentation de notre équipe.

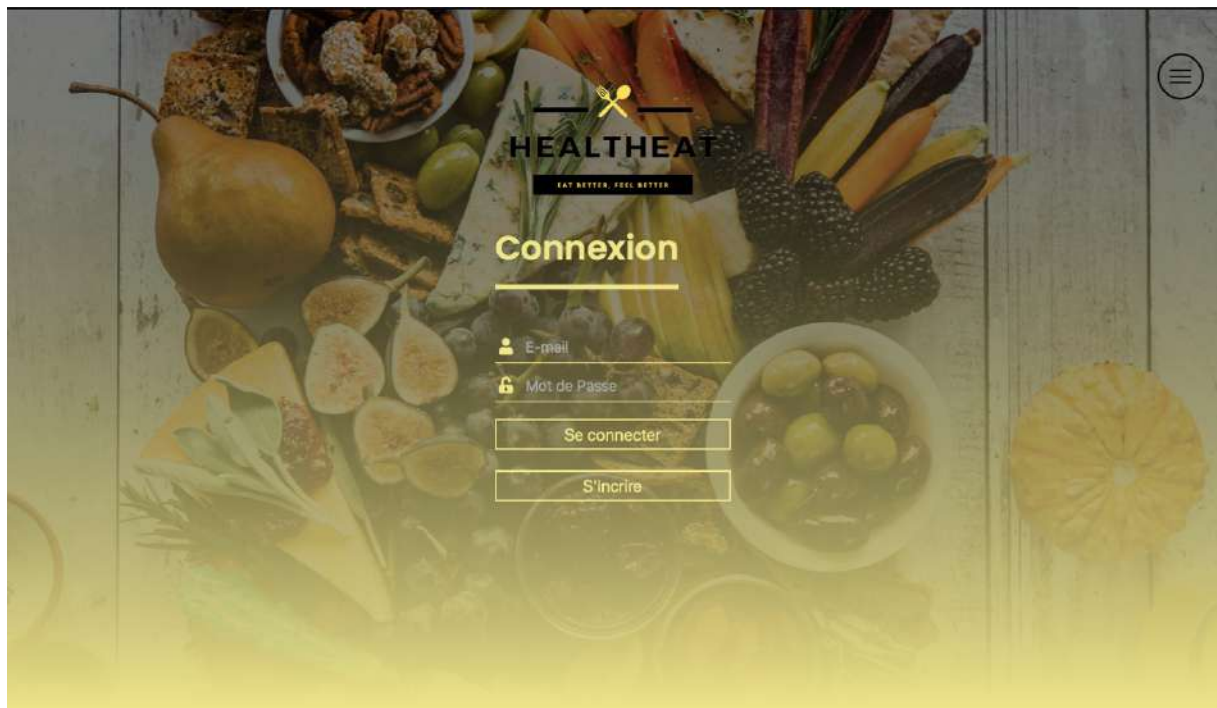


Enfin, nous arrivons au bas de page. Cette partie est présente sur toutes les pages du site. Elle contient nos horaires, nos coordonnées, notre localisation ainsi que nos réseaux sociaux.

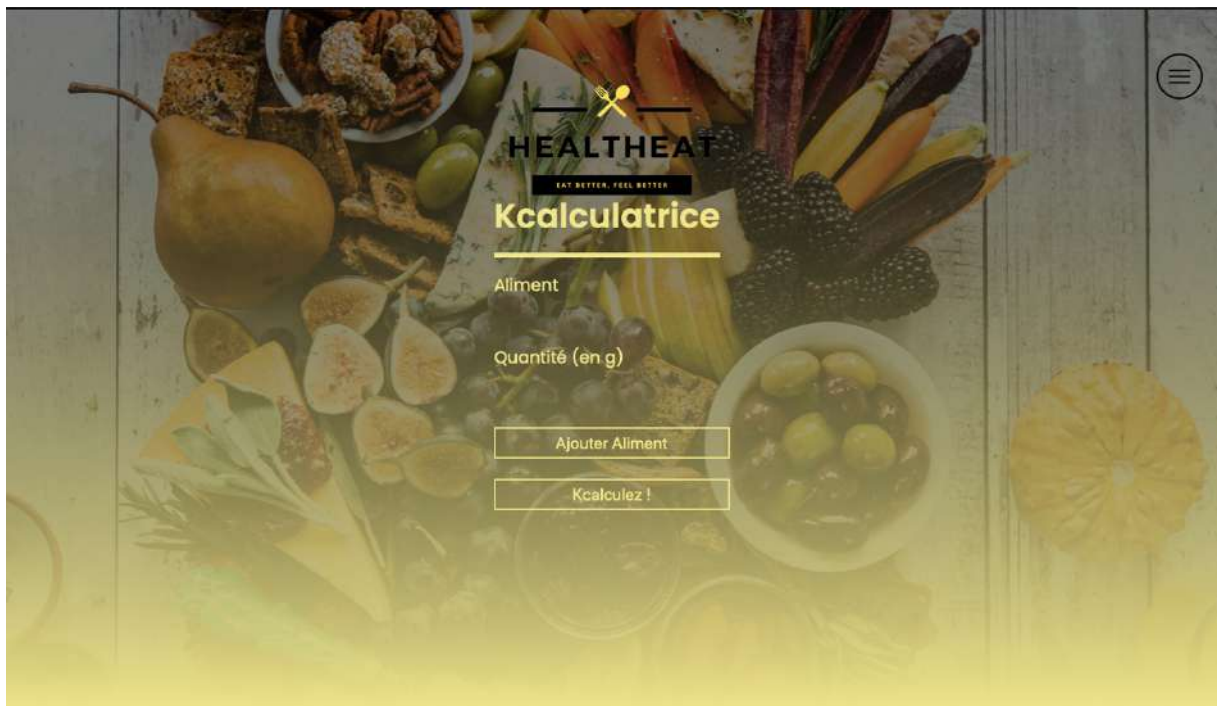


Nous passons à la page suivante : la page de connexion. Elle permet de saisir son adresse mail ainsi que son mot de passe. Elle dispose de deux boutons : un pour « se connecter », l'autre pour « s'inscrire ».





Enfin, la dernière page est consacrée à notre outil : la Kcalculatrice. Elle permet de saisir un aliment ainsi que son poids en gramme. Elle dispose d'un bouton « ajouter aliment » qui permet de rajouter deux nouveaux champs de saisi (aliment et poids de l'aliment). « Kcalculez » et vous saurez combien de calories vous ingurgitez !

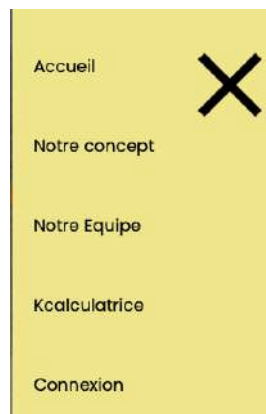




Il existe également un bouton qui permet de supprimer un aliment qu'on aurait ajouté accidentellement. Celui-ci n'apparaît qu'après avoir appuyé au moins une fois sur le bouton « ajouter aliment ».



Pour finir, il y a un menu déroulant en haut à gauche qui peut s'ouvrir et se fermer à tout moment et qui permet d'accéder aux différentes pages du site.



## **Impact RSE**

### **Sur le plan social**

Healtheat, comme toute entreprise, possède un impact social. Notre projet a pour objectif de promouvoir le bien-être, la santé afin de mieux lutter contre l'obésité ainsi que toute autre forme de maladie liée à l'alimentation. Nous pensons que notre projet est aussi un moyen de transmettre un message social fort. Ce projet est né de notre volonté de sensibiliser nos concitoyens sur les dangers de l'obésité, du diabète et des maladies cardio-vasculaires. Comme nous l'avons remarqué au cours de notre étude, les français veulent manger mieux et nous avons tout pour penser que notre application pourra y contribuer.

### **Sur le plan environnemental**

Healtheat possède également un impact environnemental. En effet, le stockage de nos données ainsi que le traitement de nos requêtes constituent une consommation énergétique qui impacte l'environnement. Il est difficile à ce jour de quantifier ce volume car cela dépendra de l'utilisation de notre plateforme. Nous devons cependant envisager de réduire cet impact si notre nombre d'utilisateur devient trop important. On pourrait potentiellement compresser nos images ou optimiser davantage notre base de données en supprimant les données qui seraient inutiles.

Cependant, nous pouvons également impacter positivement l'environnement. Comme nous l'expliquerons ultérieurement dans la partie perspective, nous voulons également sensibiliser les français à consommer localement, pour réduire leur empreinte carbone. Nous voulons également les inciter à réduire le gaspillage alimentaire. Cela nous permettra d'avoir contribué positivement au respect de l'environnement et de compenser notre impact négatif.

# **BILAN**

## **Difficultés rencontrées**

La pandémie a eu un impact tout au long de notre projet. Il était très difficile de se rencontrer physiquement et d'avancer efficacement. En effet, deux membres de notre projet sont présents depuis seulement quelques mois en France. Ils ont alors dû s'adapter très rapidement aux exigences de notre école, qui sont très différentes de celles de leur pays d'origine. Malgré cela, ils ont tout de même réussi à fournir des idées et à être impliqués.

De plus, la découverte de nouveaux outils et le regroupement de nos travaux a retardé la mise en forme du projet.

## **Réussites**

Malgré ces difficultés, nous avons réussi à obtenir un site internet structuré et avec un design qui répond à nos attentes. Nous avons aussi réussi à finaliser notre base de données. Nous avons appris à manipuler et à nous familiariser avec de nouveaux outils. Cela nous permettra de les réutiliser ultérieurement.

De plus, nous avons eu l'occasion de travailler ensemble et de partager nos méthodes de travail. En effet, nous sommes issus de pays différents, ce qui nous a appris à nous adapter et à sortir de notre zone de confort.

Grâce à ce projet, nous avons surmonté des difficultés qui nous ont apportées personnellement et professionnellement.

## **CONCLUSION**

Notre site web est agréable, a une fluidité de navigation et est très intuitif. Il est facile à prendre en main. Malgré un respect du cahier des charges, notre site web n'est pas totalement fonctionnel. Notre outil Kcalculatrice ne nous permet pas pour le moment d'obtenir un résultat des saisies. Cependant, nous avons pour objectif de finaliser rapidement ce désagrément.

Notre période d'examens terminée, nous pourrons bientôt obtenir un résultat entièrement fonctionnel.

Healtheat ne se limite pas à cette fonctionnalité. En effet, nous avons pour objectif de sensibiliser nos utilisateurs à avoir un impact environnemental et social plus conséquent. Pour cela, nous souhaitons mettre en place une page « bons plans » dédiée aux commerces de proximité avec une fonctionnalité de géolocalisation. Pour nous distinguer davantage de nos concurrents, nous souhaitons mettre en avant un système de gamification. Effectivement, cette personnalisation de l'expérience nous permettra de fidéliser nos utilisateurs. Et cela, tout en préservant cet aspect ludique.

## **SITIOGRAPHIE**

### **IPSOS – Alimentation durable :**

<https://www.ipsos.com/fr-fr/alimentation-durable-les-francais-de-plus-en-plus-attentifs-ce-quils-mangent>

### **TOP SANTE – Minceur :**

<https://www.topsante.com/minceur/regimes-minceur/autres-regimes/deux-tiers-des-consommateurs-suivent-un-regime-alimentaire-613114>