



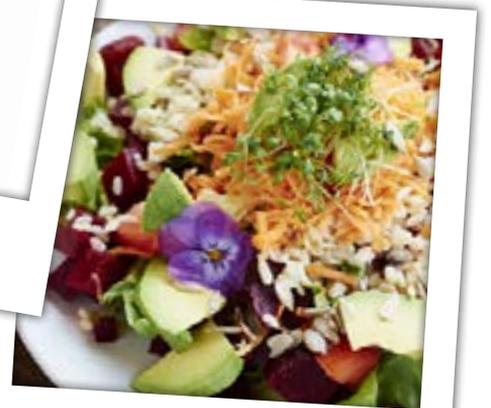
OUVERTURE D'UN NOUVEAU RESTAURANT CONCEPT A DECOUVRIR



De la mère à la fille...



De l'idée...



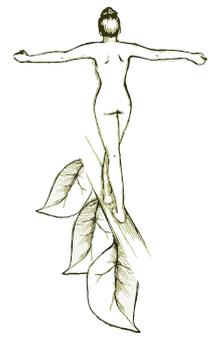
... à l'assiette!





LE CONCEPT

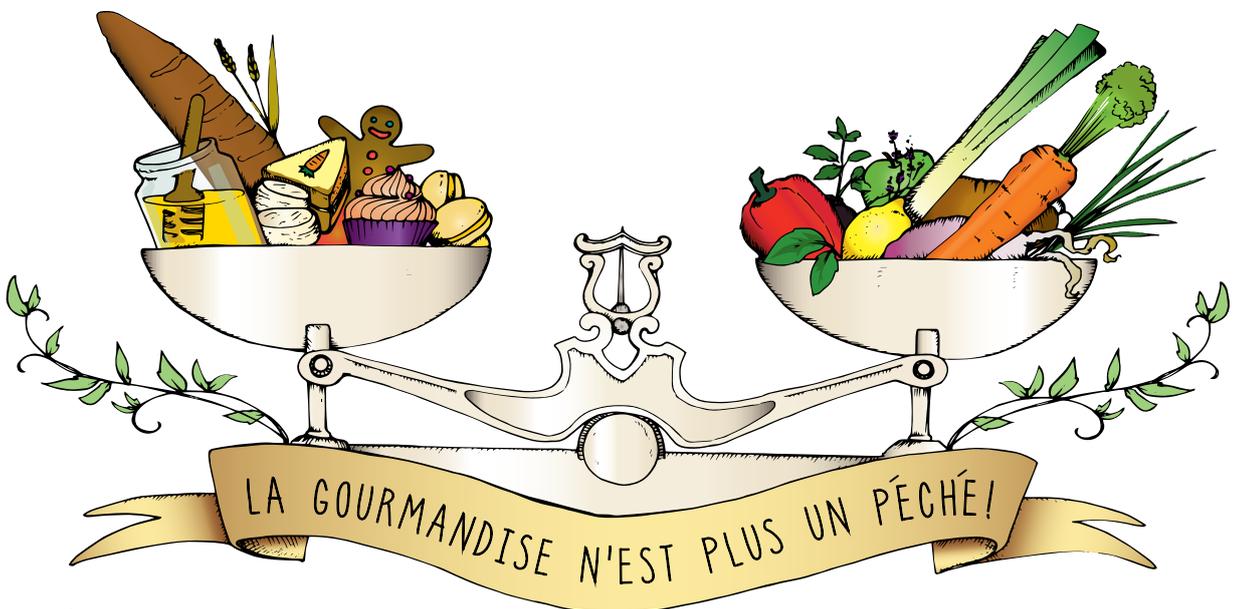
Une alimentation saine et complète.
Offrir des assiettes bio fraîches et gourmandes, garantissant l'équilibre acido-basique du corps



EN QUELQUES MOTS

L'équilibre acido-basique est un des éléments déterminants de notre santé globale. Pendant la digestion, les aliments libèrent dans l'organisme des substances soit acidifiantes soit alcalinisantes.

Par exemple, le **citron**, acide, devient alcalinisant durant de la digestion. La clef de cet équilibre se trouve dans la composition et la combinaison d'un repas.



L'IDEE

Se faire plaisir tout en respectant son corps.
Rendre accessible le « bien manger » sans se priver !

PH7 C'EST QUOI ?

- **Découvrir** qu'une autre alimentation est possible.
- **Réapprendre** à s'alimenter plus simplement avec des produits naturels, de qualité.
- **Démontrer** qu'il est facile de bien s'alimenter en suivant quelques règles essentielles.
- **Adopter** cette méthode comme un art de vivre au quotidien.

« Manger bien ce n'est pas manger moins »



NOTRE HISTOIRE

miam... miam...



Depuis toute petite, ma maman, infirmière sophrologue et adepte de l'homéostasie, m'a toujours enseigné un mode de vie basé sur l'écoute de son corps. Connaître ses besoins et ses limites est un facteur essentiel pour un équilibre global. Cela m'a permis de prendre conscience que cette manière de vivre, naturelle pour moi, ne l'était pas pour tout le monde.

Notre projet part ainsi, d'une prise de conscience : la nourriture que nous consommons est trop salée, trop acidifiante, trop transformée. Généralement nous surveillons notre alimentation grâce au niveau de glucides, lipides, protides.

pH7 vous invite à vous diriger vers un équilibre global, en commençant par une alimentation saine et gourmande, grâce au principe de l'équilibre acido-basique.

NOS 7 VALEURS

1. Obtenir un équilibre acido-basique avec des formules de qualité
2. Utiliser des produits issus de l'agriculture biologique et de saison
3. Choisir sa cuisine végétarienne (carte avec options)
4. Déjeuner « Locavore » (- de 200 km de Paris, si possible), connaître les producteurs et privilégier les circuits courts



5. Respecter l'environnement « démarche éco-responsable » (livraison en triporteur, lunch box consignées, tri des déchets, produits d'entretien bio, emballages à emporter recyclables sans phtalates)
6. Harmoniser les couleurs dans l'assiette, c'est bon pour la tête !
7. Être dans l'accueil, l'écoute, avec le sourire :-)

Produits de Saison

