



Modus Verde

ASBL

Make your life Green Again

Gastronomy-Well Being-Agrotourism

Η φιλοσοφία μας

Είμαστε μια ομάδα με στόχο να συνεισφέρουμε στη βελτίωση της σωματικής και ψυχικής υγείας του σύγχρονου ανθρώπου. Λαμβάνοντας υπόψη την εμφάνιση σύγχρονων προβλημάτων υγείας του αστικοποιημένου ανθρώπου όπως

**αυτοάνοσα νοσήματα,
εργασιακή εξουθένωση (burnout),
διαβήτης**

(λόγω της κακής διατροφής που οφείλεται στους γρήγορους ρυθμούς ζωής)

Σκοπεύουμε να προωθήσουμε τη φιλοσοφία του “ευ ζην” ως βοηθητικό εργαλείο μέσα από μια ολιστική προσέγγιση που συνδυάζει :

- τη διατροφή με τη γαστρονομία,
- την οικολογία με τον αγροτουρισμό

Με λίγα λόγια :

Άμεση επαφή με τη φύση & καλή διατροφή ως όπλα για μια υγιή ζωή.





Οι Στόχοι μας

- Να βοηθήσουμε στη βελτίωση της ψυχικής και σωματικής υγείας των ατόμων που πάσχουν από χρόνιες παθήσεις (διαβήτης, αυτοάνοσα)
- Να προωθήσουμε την Ελληνική-Μεσογειακή γαστρονομία στο εξωτερικό
- Να προωθήσουμε έναν πιο **eco-friendly** τρόπο ζωής (αγροτουρισμός, αποκέντρωση)
- Να προωθήσουμε τη φιλοσοφία του ευ ζην με κάθε δυνατό τρόπο (αθλητισμός, δραστηριότητες, φεστιβάλ)

Ποιοι είμαστε

Βάθη Αναΐς- Θεριανή
President-CEO

Γλιούμπα Μάρω
Vice President - Agroeconomist

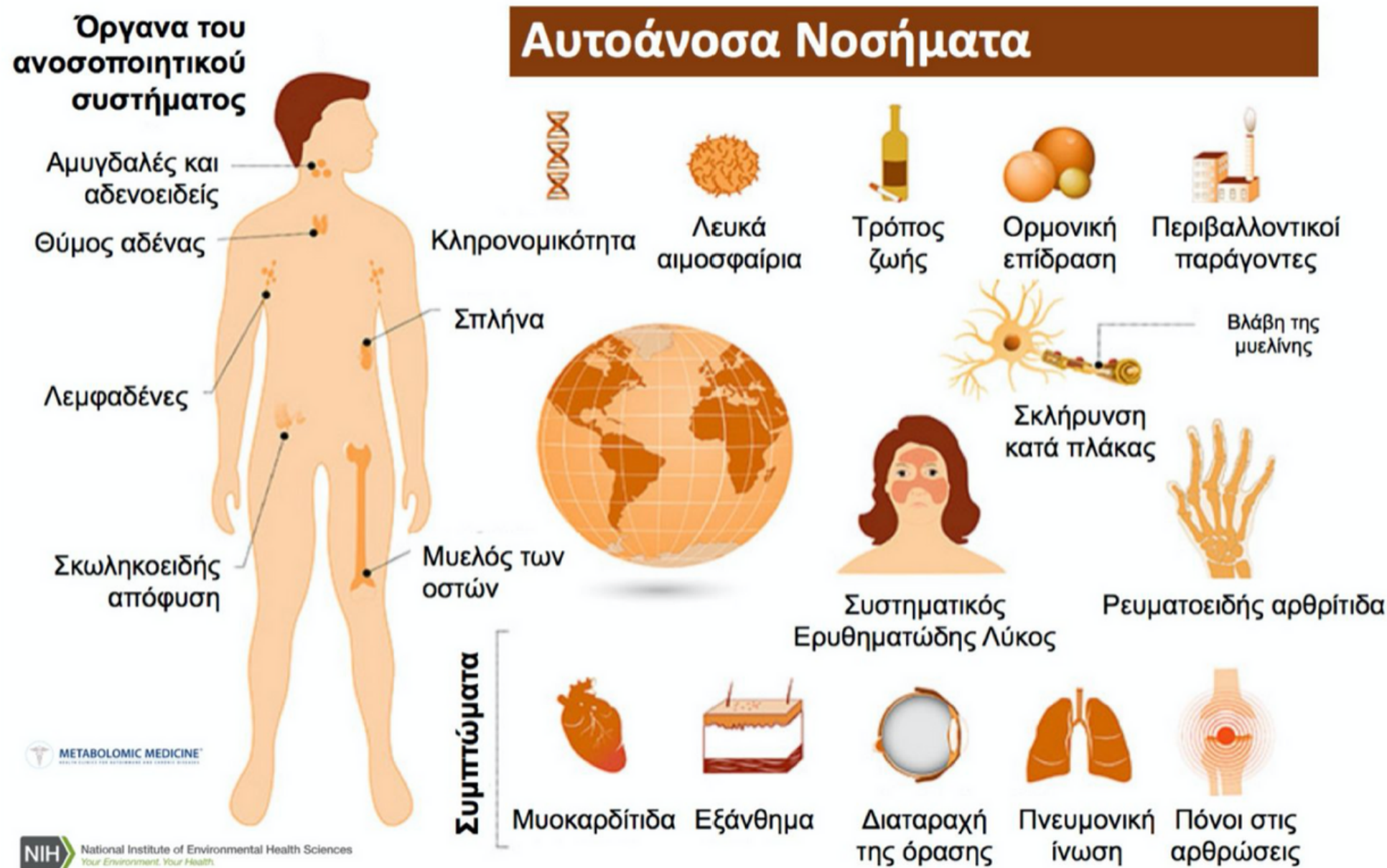
Γλιούμπας Αντώνης
Co-Founder - A.I Engineer

Ντούσης Ευθύμης
Co-Founder - Chef Art Cooking Technitian

Αυτοάνοσα νοσήματα

Γνωρίζουμε ότι το 80% των χρόνιων ασθενειών οφείλεται σε παράγοντες που συνδέονται με την μεταβολική κατάσταση ενός ατόμου και τον τρόπο ζωής του.

Διατροφή-Ψυχολογία-Περιβάλλον



Εικόνα 2. Αριστερά: Τα όργανα του ανοσοποιητικού συστήματος, αμυγδαλές, λεμφαδένες, θύμος αδένας, σπλήνα, σκωληκοειδής απόφυση, μυελός των οστών. Δεξιά: Πάνω από 150 διαφορετικά νοσήματα προκαλούνται από την επίθεση του ανοσοποιητικού στον ίδιο τον οργανισμό. *National Institutes of Health, Autoimmune Diseases, τροποποιημένη για Metabolomic Medicine®.*



Burnout

Αγχωτικό, συναισθηματικό και
κουραστικό
εργασιακό περιβάλλον

https://www.eurofound.europa.eu/sites/default/files/ef_publication/field_ef_document/ef18047en.pdf



Διαβήτης

Ο σακχαρώδης διαβήτης έχει υψηλότερη συχνότητα εμφάνισης στο δυτικό κόσμο, γεγονός που σχετίζεται με τη διατροφή και την καθιστική ζωή.

Κοινός Παρονομαστής





Agro- Eco- Bio

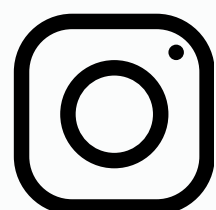
Λύσεις για μια πιο υγιή ζωή

Γαστρονομία - Διατροφή
Γεωργία - Αγροτουρισμός
Οικολογία - Αειφορία





Madame Courgette



mdm.courgette



Madame Courgette



www.madame-courgette.com



mdm.courgette@gmail.com

Online Magazine



Madame Courgette



Modus Verde