



Founder & CEO Bác Tôm

Trần Mạnh Chiến



Trần Mạnh Chiến

Founder & CEO

**Thạc sỹ quản lý nông nghiệp
tại Larenstein (Hà Lan)**

Người con sinh năm 1974 của quê hương
Nam Đàn, Nghệ An.



2004 - 2017

Tư vấn cao cấp về chuỗi giá trị nông sản cho Ciat, Gret, Heveltas, Oxfarm

Phó ban điều phối PGS Việt Nam, cố vấn trung tâm con người và thiên nhiên (PanNatural)

2003 - 2009

Đại sứ dinh dưỡng,
ĐH Larenstein (Hà Lan)

1997 - 2023

DANIDA,
Bộ Nông nghiệp &
Phát triển nông thôn.

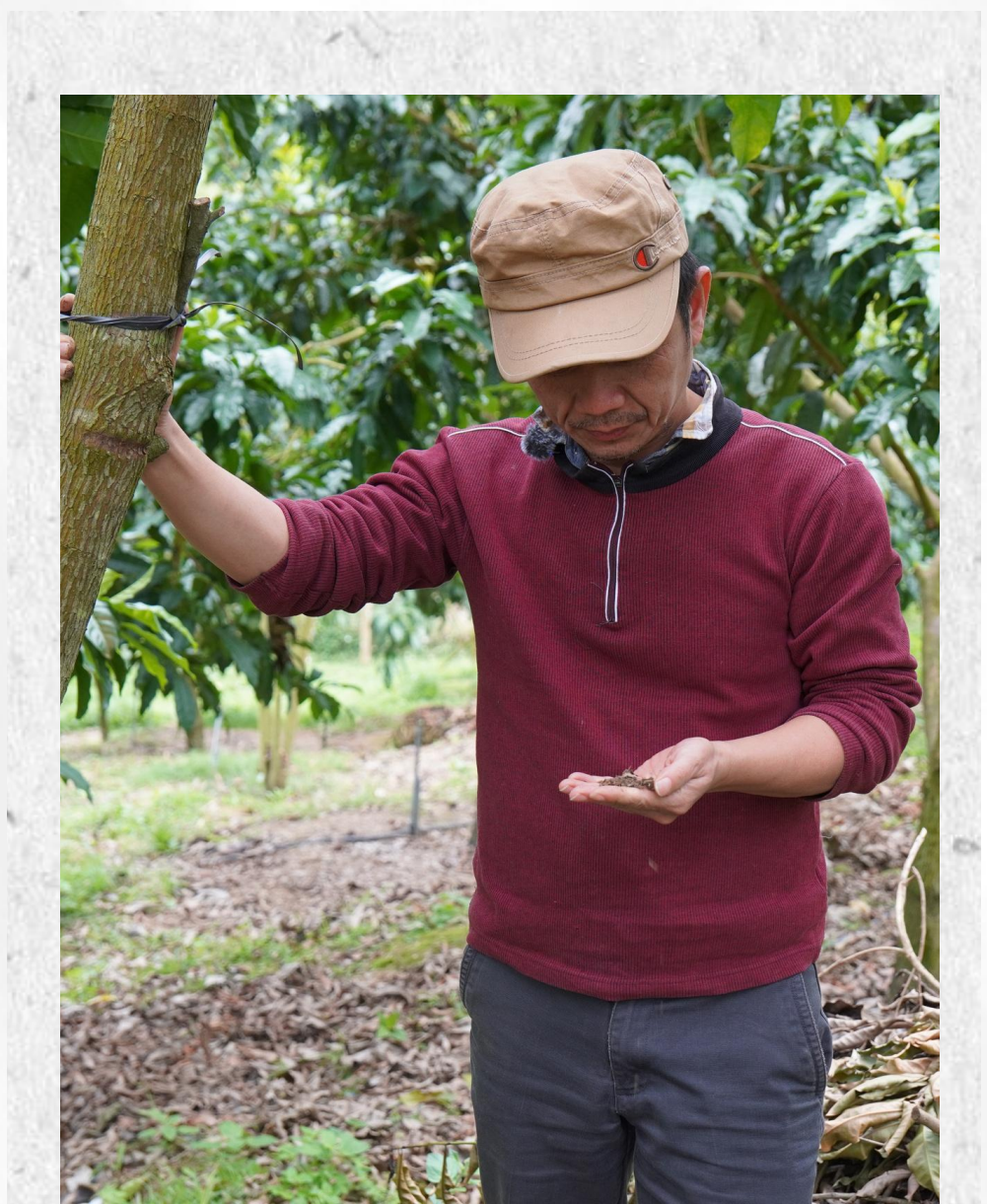
2024

Trưởng ban
điều phối
PGS Việt Nam

HOẠT ĐỘNG CHÍNH



CEO BÁC TÔM & FARM



**TRƯỞNG BAN ĐIỀU PHỐI
PGS VIỆT NAM**



ECOFARM

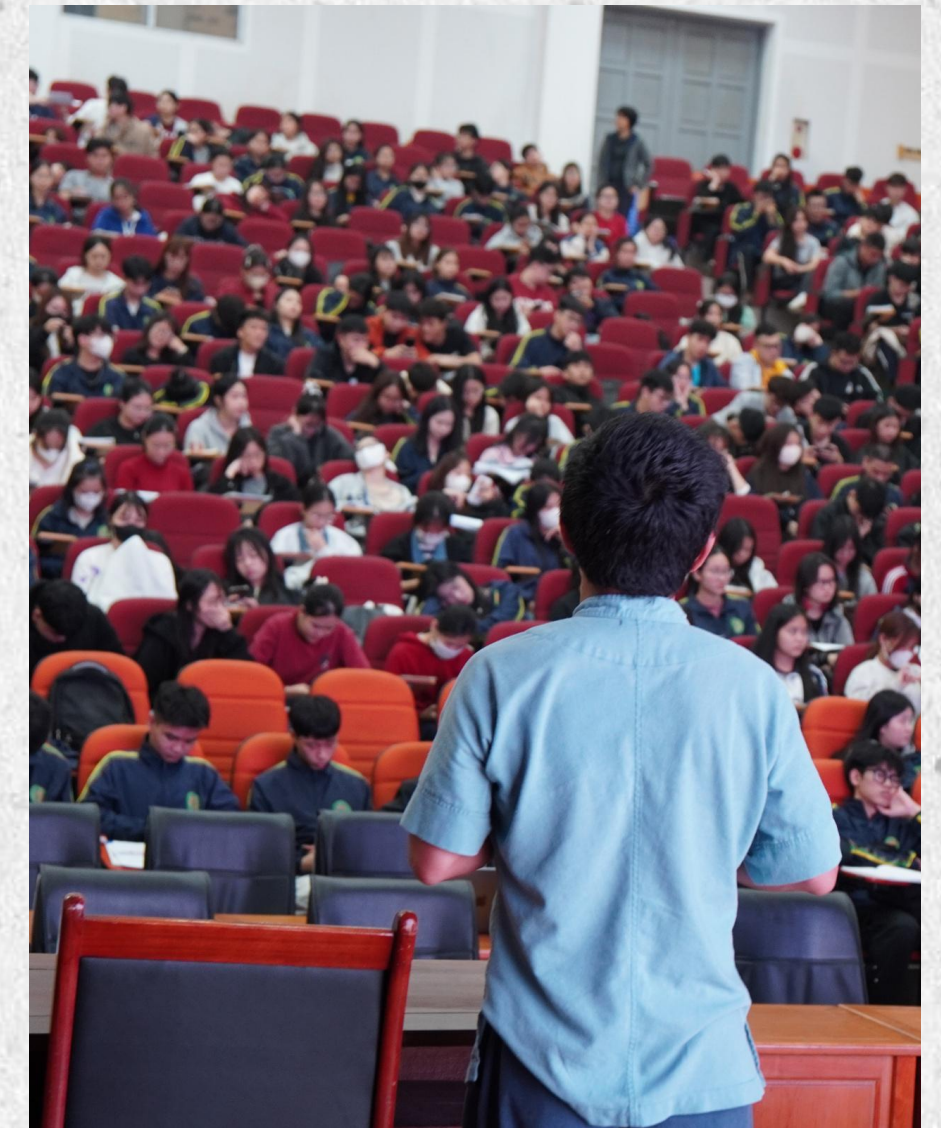
HOẠT ĐỘNG CHÍNH



SCHOOLFARM



BẾP THUẬN



CÂY NỀN THUẬN TỰ NHIÊN



Bác Tôm & Farms

là hệ sinh thái lấy nguyên tắc Tâm Thuận tự nhiên làm nền tảng văn hóa và chỉ đạo mọi sản phẩm dịch vụ.

Bao gồm **6 lĩnh vực**:

1. Thực phẩm sạch Healthy Food
2. Ecofarms
3. Health Coach
4. School Farms
5. Xây dựng cộng đồng: Cấy nền Thuận tự nhiên
6. Bếp thuận

Tầm nhìn

Trở thành hệ sinh thái thuận tự nhiên ngày càng toàn diện

Sứ mệnh

Đánh thức và lan tỏa lối sống thuận tự nhiên cho mọi người

Since
2009

Thuần Tự Nhiên

🍏 Thực phẩm tươi

Gần thời điểm thu hoạch nhất. Hạn chế chế biến sâu, ưu tiên lên men tự nhiên → Nhiều enzyme, nhiều vi chất và vi sinh vật có lợi hơn.

🍏 Ăn đa dạng màu sắc

Xanh, đỏ, vàng, trắng, tím → Mỗi màu cung cấp một nhóm dưỡng chất và chất chống oxy hóa khác nhau.

🍏 Địa phương - Đúng mùa - Nguyên cả

Ít nhất 80% thực phẩm từ quanh nơi bạn sống, bán kính < 100km → Cơ thể, hệ vi sinh & môi trường địa phương đang hòa cùng nhau.

🍏 Ăn theo thứ tự: Xanh trước trắng sau

Rau củ → Đạm & Chất béo tốt → Carb → Dinh dưỡng trước, năng lượng sau => Giúp ổn định đường huyết, giảm thèm ăn và mệt mỏi.

🍏 Nhai 50 lần

Nhai đến khi thức ăn thành dạng "cháo" → Ăn nhanh tiêu kém. Ăn chậm tiêu tốt.

🍏 Thực phẩm thật

Không hóa chất. Nuôi trồng ngoài trời, trong đất - nước sạch, hệ sinh thái sống → Nhiều năng lượng sống, giàu enzyme, đậm dinh dưỡng.

🍏 Lòng biết ơn

Một trái tim biết ơn kích hoạt hệ tiêu hóa và làm dịu hệ thần kinh → Biết ơn biến thức ăn thành dưỡng chất, không phải gánh nặng.

🍏 Năng – Đất – Nước – Giấc ngủ

Năng sáng đánh thức sinh lực → Tiếp đất cân bằng điện tử trong cơ thể → Nước sạch kích hoạt trao đổi chất → Ngủ trước 22h và dậy theo mặt trời.

🍏 Vận động tự nhiên

Đi bộ, thở sâu, làm vườn, chơi đùa → Cơ thể khỏe mạnh nhờ vận động tự nhiên, không ngồi triền miên.

🍏 Ăn 80%

Dừng lại trước khi cảm thấy no → Giảm gánh nặng chuyển hóa, tiêu hóa tốt, sống khỏe hơn.

Lý do Bác Tôm trở thành lựa chọn hàng đầu của người yêu tự nhiên

- Hữu cơ & thuận tự nhiên 100%
- Kỹ sư thực địa giám sát farm thường xuyên
- Đối tác số 1 của hữu cơ PGS Việt Nam, CIAT, VOAA
- Đối tác số 1 của trường quốc tế Olympia
- Test định kỳ tại Eurofins Sắc Ký Hải Đăng



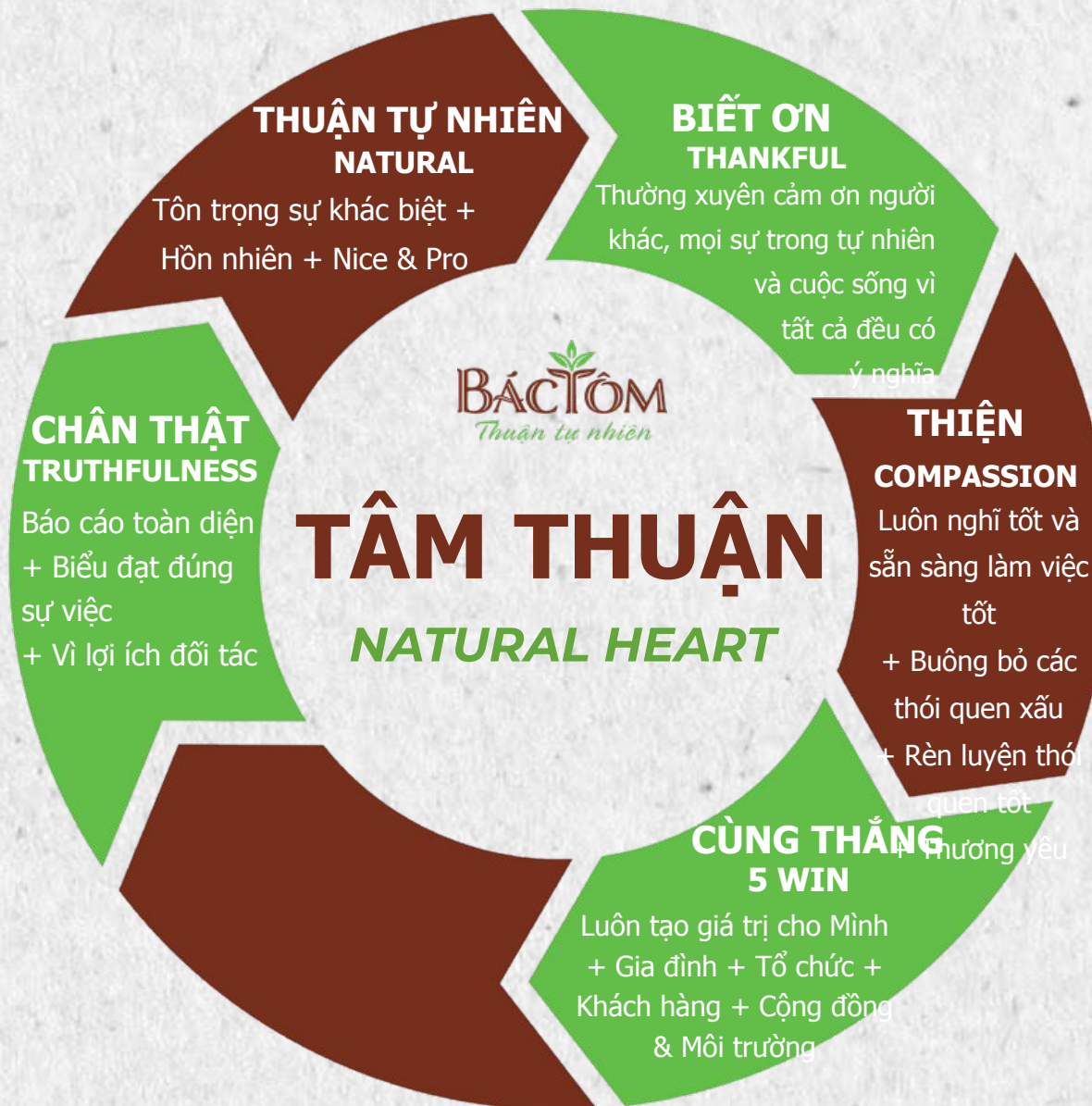
Bác Tôm - Chuối bán lẻ duy nhất được trao tặng cúp vàng, giải thưởng cao quý của VOAA trong sự nghiệp phát triển nông nghiệp hữu cơ



Kỹ sư thực địa Trần Quang thu hoạch vườn sầu riêng chín rộ Huỳnh Lâm
Địa chỉ: Xã Tân Phú, Châu Thành, Bến Tre



Farmtour khách hàng và nhân sự bác tôm thăm nông trại sinh thái Đại Lan
Địa chỉ: Mỹ Tân, Cao Dương, Lương Sơn, Hòa Bình



Khách hàng trải nghiệm vườn rau hữu cơ PGS Đồng Sương
Địa chỉ: Lương Sơn, Hòa Bình



Bác Tôm trong chương trình sẵn sàng kinh doanh và đầu tư cho doanh nghiệp xã hội được chứng nhận bởi Hội đồng Anh, Red Ochre và Mạng lưới học giả Doanh nghiệp xã hội Việt Nam



Kỹ sư thực địa Dương Khối hạnh phúc thu hoạch rau hữu cơ PGS Đồng Sương
Địa chỉ: Lương Sơn, Hòa Bình



Nhân sự Bác Tôm chèo thuyền bắt ốc trên ao sen tại Farm PGS Phù Cừ
Địa chỉ: Phù Cừ, Hưng Yên



Liên hệ

SĐT: 0915.599.780

Email: amachien@gmail.com

SCAN ME



EAT REAL

