أبانوب ألبرت : التغذية السليمة رحلة ممتعة لصحة رائعة

تضامنا مع مبادرة السيد عبد الفتاح السيسي رئيس الجمهورية للتوعية "بمخاطر السمنة و سوء التغذية للأطفال" وقعت كل من شركة EGY Pharma للأدوية ، وشركة Rotabiogen للمستحضرات الطبية بروتكول تعاون لإقامة العديد من الفعاليات التى تبدأها يوم الجمعة الموافق 6 ديسمبر المقبل ، حيث تقيم يوم صحي رياضى ترفيهي بمقر أحد الصالات الرياضية بمدينة نصر " Peak Gym " ، وذلك بالتعاون مع خبير التغذية أبانوب مجدي ألبرت.

وعن أهداف هذه الفاعلية يقول خبير التغذية أبانوب ألبرت : هذا اليوم هو عبارة عن رحلة مشوقة وجذابة في مجال الرياضة واللياقة البدنية و التغذية والوعي بمخاطر أمراض السمنة الناجمة عن سوء التغذية وذلك من خلال تعلم أساسيات التغذية السليمة، ومعرفة الإحتياجات الغذائية من البروتينات والنشويات والدهون والأملاح المعدنية والفيتامينات والسوائل ، هذا الى جانب تعلم إعداد البرامج الغذائية لمرضى السكر والضغط وأمراض القلب والأوعية الدموية و الأمراض السرطانية ، وتعليم الأمهات كيفية إعداد البرامج الغذائية للأطفال ، هذا بالإضافة الى معرفة كيفية إعداد البرامج الغذائية الخاصة بالرياضيين خاصة رياضة كمال الأجسام و شرح فوائد و مخاطر الهرمونات و لماذا يستعملها الرياضيين .

وعن مميزات هذه الفاعلية يشيرأبانوب ألبرت الى انه يوم رياضي شامل تدريب لياقة بدنية وحصص تدريب زومبا مجانية للسيدات وحصص اللياقة البدنية و كمال الاجسام للرجال ، هذا الى جانب تعلم كيفية تصميم البرامج الغذائية المناسبة لكل شخص سواء كان رياضي أو مريض، كذلك علاج مشاكل السمنة و النحافة ، هذا بالإضافة الى الحصول علي شهادة بالتدريب علي تغذية الرياضيين و التغذية العلاجية ، والحصول علي كشف تغذية مجاني وعمل تحليل مكونات الجسم بدون مقابل.

وعن فكرة هذا الحدث يوضح خبير التغذية أبانوب ألبرت قائلا : هذا الحدث حلم حلمته من زمان ، الحلم يتلخص فى أنى أقدر أساعد الناس أنها تغير حياتها وتعيش صح ، وتبعد عن كل المعلومات الخاطئة عن التغذية ، بحلم أعلم كل الناس معلومات صحيحة عن التغذية حتي يتمتعوا بصحتهم و حياتهم بدون مرض أو ألم ، ويكملوا رحلة عمرهم وهم بصحة رائعة .

ومن الجدير بالذكر إن خبير التغذية أبانوب مجدي ألبرت حاصل علي البورد الامريكي للتغذية الرياضية ، والتغذية العلاجية من جامعة ستانفورد ، والتغدية الاكلينيكية من جامعة ايدمور الأمريكية ، و السمنة و النحافة و تغذية الأطفال من جامعة عين شمس، هذا الى جانب انه محاضر التغذية الإكلينيكية بالإكاديمية الدولية للإدارة العربية، وإخصائي التغذية الرياضية بأكاديمية كرة قدم نادي انبي، ومحاضر التغذية الرياضية بشركة ايجي فارما، ومحاضر التغذية العلاجية بشركة روتابيوجين .