



אדים ראבי

תזונאית קלינית מוסמכת

למה אדים – ולא תזונאית אחרת?

אדים ראבי- הכשרות ותעודות

- תואר ראשון במדעי התזונה בהצטיינות יתרה, המרכז האקדמי פרס-2019-2022
- התמחות בהשמנת ילדים ומתבגרים, עמותת עתיד לדיאטנים ודיאטניות- 2025
- קורס בררנות אכילה במבוגרים מטעם תרצה שני- ינואר 2025
- תעודה תזונה צמחונית וטבעונית מטעם עמותת עתיד דיאטנים ודיאטניות- דצמבר 2024
- קורס תזונת ספורט מאוניברסיטת תל אביב- ינואר - יוני 2025
- תעודה בתוספי תזונה מטעם אלטמן-2025
- תעודת בתזונת פגים, תינוקות וילדים מטעם עמותת עתיד- 2025
- תעודה בריפוי יחסים עם אוכל מטעם עמותת עתיד- אפריל- יוני 2025

אדים ראבי- ניסיון מקצועי

- תזונאית ארצית בלאומית למגזר הערבי והיהודי להעברת סדנאות קבוצתיות זום ופרונטלי -על מגוון נושאים ולא רק ירידה במשקל (ריפוי יחסים עם אוכל , שחלות פולסטיוטות , כבד שומני , אוכל התרבות הערבית והיהודית , אכילה מחוץ לשגרה ועוד)
- בעלת קליניקה פרטית לתזונה קלינית במרפאת מומחים לב הארץ לצד רופאים מהתמחויות שונות (א.א.ג , אורתופדיה, עור מין , גסטרו ואנדוקרינולוג.
- מרצת הקורס תזונה במנוחה ובמאמץ במוסד האקדמי וינגט
- תזונאית ראשית לחברת פיזיוגרפט- לגיל השלישי עם פיזיותרפיסטים.
- תזונאית ראשית בחברת רויטל יעיש לליווי נשים לבחור בעצמן בגילאים שונים.
- תזונאית ראשית ומרצה בקורסים אצל הקוסמטאית הידועה חוה זינגבוים.
- קליניקה אונליין - ניתן לקבל ייעוץ מכל מקום בארץ ובעולם
- עבודה ישירה מול גופים מובילים בתעשייה - פמי פרימיום, מובמנט, אגף השיקום במשרד הביטחון , חברות ביטוח (מגדל, מנורה , הראל , כלל), פראקטיב ואפסטייל.
- ניסיון עשיר ומגוון בתהליכי ליווי אישי בנושאי תזונה ואורח חיים בריא
- גישה הוליסטית המשלבת גוף ונפש -גישת נון דיאט.



קליניקה פיזית וזום (אונליין)

הדקלים 18, ראש העין, קומה 2 מרפאת מומחים לב הארץ

למה אדים – ולא תזונאית אחרת?

ראש העין | קליניקה פרטית + זום ארצי ובינלאומי

יש אתכם לפני אדים, ויש אתכם אחרי אדים.

בריאות אמיתית לא מגיעה מפחד, מבושה, או השוואה לאחרים – אלא מערכים עמוקים

כשמישהו מפנים שינוי ברמת זהות – שום דיאטה בעולם לא תוריד אותו חזרה

לפני התהליך: אוכלים לפי מצב רוח ולחץ. אחרי: אוכלים מתוך מודעות ובחירה

מטופלים מדווחים שלא יכולים לחזור לאכול כמו שאכלו קודם – לא כי אסור, אלא כי כבר לא מרגיש נכון

02

כנות

כנות היא לא ביקורת. היא הדרך שלי לכבד אתכם.

לא מבטיחה ירידה מסוימת, חיטוב תוך X שבועות, כניסה להריון

מסתמכת על מחקרים עדכניים – ומדברת בגלוי על מה ריאלי

חבילה של עד שנה שלמה – כי כך מגיעים לתוצאות שמחזיקות

03

זמן טיפול

הזמן שמשקיעה בכך הוא חלק מהתהליך עצמו.

מפגש ראשון: שעתיים שלמות (השוק: עד שעה וחצי)

מפגשי מעקב: שעה שלמה (השוק: 10-20 דקות)

זמינות בוואטסאפ כל יום – כולל שישי ושבת

04 משך ליווי

משך זמן ליווי

● חבילות: חודש / 4 חודשים / 6 חודשים / שנה שלמה

● השוק: עד 9 חודשים. אצלי: שנה – כי כך מגיעים לשמירה אמיתית

● מפגש ביניים אחת לרבעון לבדיקת התקדמות ועדכון מטרות

● הקפאה זמנית מהחיים – ללא עלות נוספת

05 גמישות

גמישות

● אין "אסור" ו"מותר" – אלא הבנה מה מתאים לך

● ארסנל כלים: תבנית שגרה, יומני אכילה, בנק הנחיות רגשיות

● מסעדה פעם בשבוע, מתוק לנפש – כל אלה חלק מהתהליך

● גישה: CBT, Non-Diet, ACT, 80/20 – לפי מי שאתה

מוטיבציה פנימית

- לא מקבלת אנשים שנשלחו – רק מי שרוצה בעצמו
- מי שמגיע מתוך לחץ חיצוני חוזר לנקודת ההתחלה
- טובת המטופל חשובה יותר מהכיס הכלכלי שלי
- "אני לא מחפשת מטופלים. אני מחפשת שותפים."

נגישות כלכלית

- בדיקת זכאויות: מילואים, שיקום, ביטוחים, מגדל, הראל, כלל
- מפגש ניסיון ראשוני (שעתיים) שמתקזז מהחבילה
- תשלום גמיש: אשראי, ביט, פייבוקס, צ'קים, הוראת קבע
- הנחה לחבילת המשך למי שממשיך לאחר סיום תהליך

08 מקצועיות

גישת מחקרית

ידע מעודכן לכל מצב רפואי
למדה 5 קורסים עבור מטופלת ספציפית
מאמרים עדכניים לפני כל מפגש

השקעה בלמידה

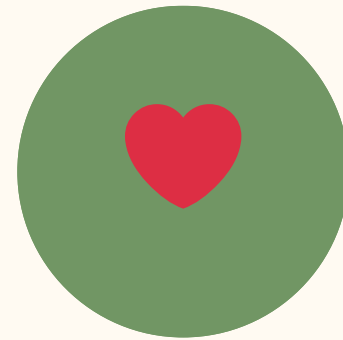
קורסים בשווי רבע מיליון ש"ח
50 קורסים דיגיטליים בתכנון השנה
כנסים ופורומים מקצועיים שוטפים

אחריות מקצועית

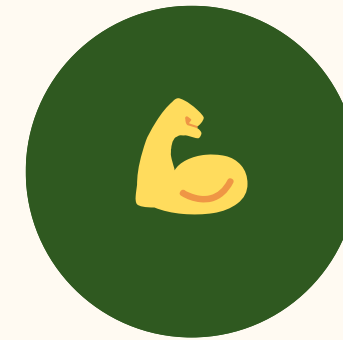
הצלחת התהליך תלויה בשנינו
כתוב בחוזה הטיפול – שחור על גבי לבן
כל השקעה בלמידה חוזרת אל המטופל

התמחויות

ספורט • ילדים • הריון • פוריות
הפרעות אכילה • בררנות • ניתוחים
תזונה צמחית • גיל השלישי



בריאות ותחלואה



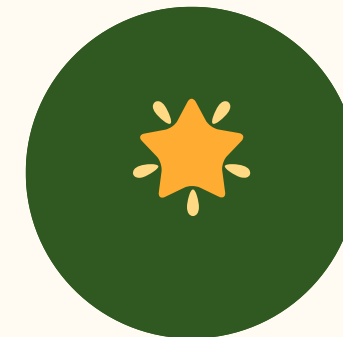
ביטחון עצמי



קלילות ואנרגיה



תוחלת חיים



הנאה מהחיים



פוריות והריון

"אני לא משווקת חסה ותפריט. אני משנה חיים. ואת זה אי אפשר לתמחר." 🌿

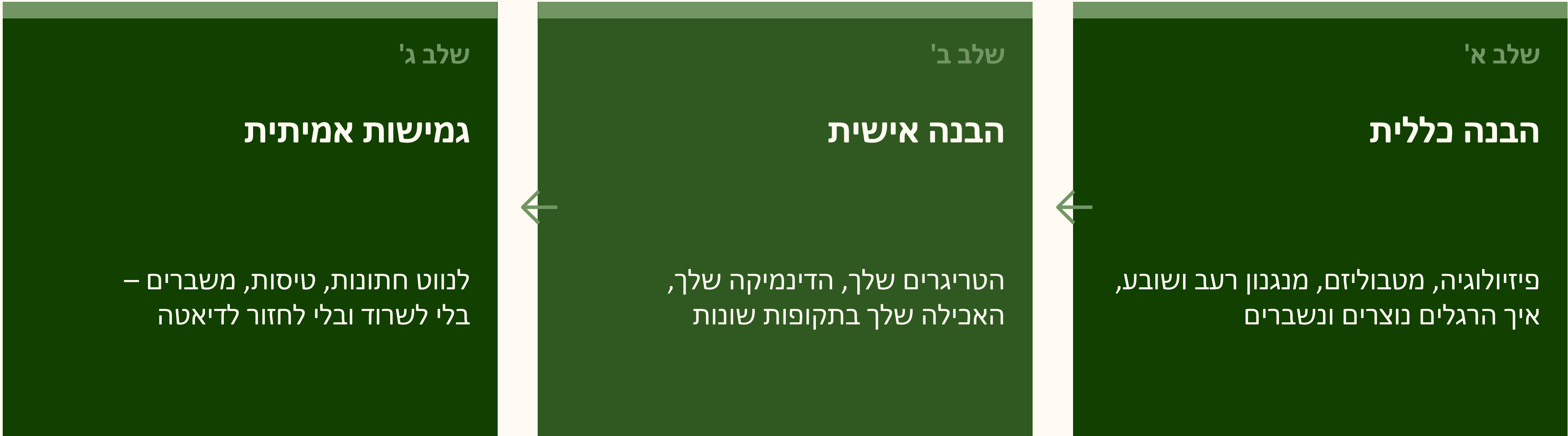
הטיפול הוא שלך:

מודל האניאגרם – התאמה תזונתית לפי טיפוס אישיות

7 הנהנתן שפת הנאה, גיוון, כיף שבאכילה בריאה	4 הדרמטי עומק, משמעות, זהות תזונתית	1 המחוקק מבנה ברור + כללים מוגדרים
8 הבוס שותפות, לא הנחיות – שליטה בתהליך	5 המדען שפת מדע, זמן לעיכול, פרטיות	2 המסייע ההרשאה לשים את עצמך קודם
9 המגשר זיהוי הצרכים שלך – לא של הסביבה	6 הספקן אמון הדרגתי + עדויות ומחקרים	3 המבצע בריאות כהישג, תהליך כניצחון

16 עצמאות תזונתית – המטרה האמיתית

הנישה והבידול המרכזי



"המטרה שלי היא לא שתצטרך אותי לתמיד. המטרה שלי היא שלא תצטרך." 🌿

מחקרים: תוך 6 חודשים-שנתיים, רוב האנשים מעלים בחזרה. הסיבה: אין כלים לשמירה. הפתרון: תהליך שמלמד עצמאות.

חבילות בקליניקה

ייעוץ ראשוני

פגישה בודדת

✓ שעתיים שלמות

✓ אבחון מקיף + שקילה

✓ פענוח בדיקות דם

✓ מרשם תזונתי אישי

✓ מתקזז מחבילת המשך

חודש

4 שבועות

✓ פגישת אבחון ראשונית (שעה)

✓ 2 פגישות מעקב (30-45 ד')

✓ תוכנית תזונה אישית

4 חודשים

חבילת דגל

✓ פגישת היכרות (שעה וחצי-שעתיים)

✓ 6 פגישות מעקב

✓ שובר מתנה למפגש אישי

✓ כלים לעצמאות תזונתית

6 חודשים – שנה

חבילת פרימיום ★

✓ פגישת היכרות מלאה

✓ 12 פגישות מעקב

✓ 2 שוברי מתנה לחברים

✓ כלים מתקדמים לעצמאות

✓ מפגשי מעקב עתידיים

"יש אתכם לפני אדים."

בואו נבנה יחד את ה'אחרי' שלכם." 🌿

רח' הדקלים 18, ראש העין | קליניקה 📍

054-5872881 📞

riton@gmail.com ✉️



שיחת היכרות חינמית בזום – שעה שלמה