



د. أنجي كاسابي

أخصائية تغذية لبنانية

لبناني - لبنان

اقرأ المزيد

من هي د. أنجي كاسابي

الدكتورة أنجي كاسابي هي أخصائية تغذية لبنانية ذات شهادات علمية رفيعة. ولدت في بيروت ودرست الطب والأسس العلمية للتغذية، ثم نالت درجات عليا في مجال التغذية السريرية. حصلت على الماجستير والدكتوراه في التغذية من إحدى جامعات الولايات المتحدة، بالإضافة إلى درجة دكتوراة في الوظائف الرياضية من الأكاديمية الرياضية في صوفيا (بلغاريا) عام 2014. تعمل حالياً أستاذاً مساعداً في قسم الصحة والتغذية بإحدى الجامعات الطبية، حيث تُدرّس وتُشرف على بحوث علمية متعلقة بالصحة الغذائية. تتمتع د. كاسابي بخبرة طويلة في مجال الاستشارات الغذائية وإدارة الوزن، وهي ممارس معتمد في إعداد البرامج الغذائية المتخصصة. أسّست عام 2006 شركة متخصصة في التغذية الصحية في بلغاريا تُعرف باسم "AND DIET"، لتقديم وجبات وبرامج غذائية متكاملة. لقد اكتسبت شهرة دولية من خلال عملها مع عملاء من ذوي الشهرة العالمية والرفيعة المستوى، فعملت على وضع برامج غذائية لأصحاب عمل مهتمين، بما في ذلك نجوم سينما عالميين وأفراد من العائلات الحاكمة في الخليج. كما شاركت في برامج تلفزيونية عالمية (منها النسخة البلغارية من برنامج الواقع «Big Brother VIP» عام 2017)، مما أسهم في رفع مستوى الوعي بأهميتها كخبيرة تغذية. بالإضافة إلى عملها الأكاديمي والمهني التقليدي، نشطت د. كاسابي بشكل مكثف عبر منصات الإنترنت والتواصل الاجتماعي لنشر الخبرات الصحية بشكل واسع. تدير قنوات إعلامية متعددة تعدّ من المنصات الرائدة عالمياً، حيث تقدم من خلالها محتوى تثقيفياً يُعنى بالتغذية الصحية واللياقة، وتقدّم نصائح عملية حول أنماط الحياة الصحية. أطلقت أيضاً مبادرات غذائية إلكترونية مبتكرة، منها برامج إرشادية لتنظيم الوجبات الصحية وإدارة الوزن، بالإضافة إلى خدمات تحضير وجبات متوازنة («مطبخ أنجي») متوفرة حالياً في مدينتي بيروت وصوفيا لدعم الراغبين في الالتزام بحمية متوازنة.