



خديجة الخالد

أخصائية تغذية علاجية وشمولية

سوري - كندا

اقرأ المزيد

من هي خديجة الخالد

خديجة الخالد هي أخصائية تغذية علاجية وشمولية مسجلة (RHN) ورائدة أعمال سورية مقيمة في أونتاريو، كندا. تخرجت من المدرسة الكندية للتغذية الطبيعية (CSNN) في عام 2022، وأسست ممارستها الخاصة في مايو من نفس العام. تتبنى خديجة نهجاً شاملاً يربط بين الغذاء والجسد والنفس، مستلهمةً ذلك من رحلتها الشخصية في التغلب على مشاكل صحية معقدة مثل حب الشباب الشديد ومشاكل الجهاز الهضمي والاختلالات الهرمونية. من خلال منصتها "Holistic with Khadijeh"، تقدم استشارات فردية وخطط وجبات مخصصة وورش عمل جماعية. تركز في عملها على تمكين النساء من فهم أجسادهن وتحقيق توازن صحي مستدام عبر تغييرات في نمط الحياة والتغذية. تقدم محتوى تعليمياً باللغتين العربية والإنجليزية عبر منصات التواصل الاجتماعي وموقعها الإلكتروني، مستهدفةً مساعدة العميلات على استعادة حيويتهن وصحتهن بشكل طبيعي.

إنجازات خديجة الخالد

أسست خديجة الخالد ممارستها الخاصة في التغذية الشمولية في مايو 2022، بعد فترة وجيزة من تخرجها. نجحت في بناء علامة تجارية شخصية عبر الإنترنت، حيث تقدم برامج متخصصة مثل "برنامج العافية الشمولي لمدة 6 أشهر" لمساعدة النساء على معالجة المشاكل الصحية المزمنة. طورت منهجاً خاصاً يدمج بين علم التغذية والوعي الذاتي، وتقدم محتواها باللغتين العربية والإنجليزية للوصول إلى جمهور عالمي. من خلال منصاتها الرقمية، تمكنت من بناء مجتمع يركز على الصحة الطبيعية والعافية المستدامة.