



نور الصبان

أخصائية تغذية سورية

سوري - سوريا

اقرأ المزيد

من هي نور الصبان

نور الصبان اختصاصية تغذية سورية تحظى بخبرة واسعة في مجال تنظيم الحميات الغذائية والعناية بالصحة العامة. تعمل على إعداد برامج غذائية علاجية مخصصة لمختلف الحالات الصحية، حيث تساعد المرضى والأفراد الراغبين في تحسين نمطهم الغذائي. كما تتابع الصبان المراجع العلمية في مجال التغذية بشكل مستمر لتوظيف أفضل الممارسات في عملها. وتلتزم بالمعايير العلمية والمهنية، وتسعى إلى تعميق معارفها بُغية خدمة المجتمع من خلال التغذية الصحية. تستعين الصبان بوسائل التواصل الاجتماعي لنشر محتوى توعوي غني حول أسس التغذية السليمة والصحة العامة. تقدّم نصائح مختلفة حول إنقاص الوزن بطريقة صحية، وكذلك حول تناول الأطعمة الداعمة للمناعة وتعزيز اللياقة البدنية. وقد أكدت دائماً على ضرورة استشارة أخصائي تغذية عند اتباع أي نظام غذائي علاجي، لضمان تلبية الاحتياجات الغذائية بصورة علمية. كما شاركت في برامج توعوية بالتعاون مع مؤسسات المجتمع المدني لنشر الوعي الغذائي بين الناس. تقدم نور الصبان الخدمات الاستشارية في مجال التغذية بشكل مستمر، بما يشمل تقديم خطط غذائية فردية والإشراف على برامج غذائية علاجية، إضافة إلى مشاركة معلومات جديدة حول التغذية السليمة مع متابعيها. ولها حضور رقمي قوي بين المهتمين بالصحة؛ إذ تجاوز عدد متابعيها على منصات التواصل أكثر من مئة ألف شخص. وتُعد جهودها التثقيفية عبر هذه المنصات مثلاً على مساهمتها الفاعلة في رفع مستوى الوعي الغذائي والصحي في المجتمع المحلي.