



رشا الأحمد

أخصائية تغذية علاجية وصانعة محتوى

أردني - الإمارات العربية المتحدة

اقرأ المزيد

من هي رشا الأحمـد

رشا الأحمـد أخصائية تغذية علاجية ورائدة أعمال أردنية مقيمة في الإمارات العربية المتحدة، تتمتع بخبرة تزيد عن خمس سنوات في مجال التغذية الطبية. حصلت على درجة البكالوريوس في التغذية السريرية والحميات من جامعة البتراء في الأردن، وهي معتمدة من هيئات صحية مختلفة. تعمل رشا في عدد من العيادات المرموقة في دبي، بما في ذلك عيادة "تاجمليس" و"دايناميك كلينيك"، حيث تقدم استشارات متخصصة في إدارة الوزن ووضع خطط غذائية شخصية وبرامج لنمط الحياة الصحي. إلى جانب عملها السريري، تعد رشا صانعة محتوى نشطة على منصات التواصل الاجتماعي مثل إنستغرام ويوتيوب تحت اسم "dietrasha". تشارك من خلال قنواتها نصائح غذائية مبسطة، ووصفات صحية، ومعلومات تهدف إلى رفع الوعي بأساليب الحياة الصحية. أسست أيضاً متجر "RAHI Store"، وهو علامة تجارية متخصصة في توفير المنتجات الغذائية الصحية والمكملات الغذائية، مما يعكس التزامها بتوفير حلول متكاملة لمتابعيها وعملائها. تتحدث رشا اللغات العربية والإنجليزية والألمانية بطلاقة، مما يمكنها من الوصول إلى شريحة واسعة من الجمهور.

إنجازات رشا الأحمـد

أسست رشا الأحمـد علامتها التجارية الخاصة "RAHI Store" المتخصصة في المنتجات الغذائية الصحية، مقدمة لمتابعيها وعملائها خيارات موثوقة تدعم أهدافهم الصحية. يركز المتجر على توفير بدائل صحية ومكملات غذائية عالية الجودة. بنت رشا حضوراً قوياً ومؤثراً كصانعة محتوى صحي على منصات مثل إنستغرام ويوتيوب. تقدم من خلال محتواها نصائح علمية مبسطة ووصفات عملية، مما ساهم في بناء مجتمع متابعين مهتم بالصحة والتغذية السليمة. اكتسبت رشا خبرة عملية تزيد عن 5 سنوات في مجال التغذية العلاجية، وعملت مع مؤسسات وعيادات رائدة في دبي مثل هيئة الصحة بدبي (DHA) وجمعية الإمارات الطبية (EMA). تتخصص في إدارة الوزن، وخطط الحمية المخصصة، وعلاج الحالات المرتبطة بالتغذية مثل ارتفاع الكوليسترول.