



ريمان رمضان

صانعة محتوى وخبيرة في الصحة الشمولية

مصري - مصر

اقرأ المزيد

من هي ريمان رمضان

ريمان رمضان هي سيدة أعمال سابقة وصانعة محتوى مصرية متخصصة في مجالات الصحة الشمولية (Wellness) وإطالة العمر الصحي (Longevity). بعد مسيرة مهنية ناجحة امتدت لثلاثين عامًا في مجال الاتصالات المؤسسية والتسويق في العديد من الشركات متعددة الجنسيات، قررت ريمان ترك عالم الشركات وهي في قمة نجاحها المهني. جاء هذا القرار نتيجة شعورها بالإرهاق والرغبة في إعادة اكتشاف ذاتها والتركيز على صحتها النفسية والجسدية. بدأت رحلتها في صناعة المحتوى بتشجيع من ابنها، شريف، وهو مدون أيضًا، حيث وجدت شغفًا جديدًا في مشاركة خبراتها وتجاربها مع الجمهور. من خلال منصات على وسائل التواصل الاجتماعي مثل إنستغرام ويوتيوب، تقدم ريمان محتوى إيجابيًا وملهمًا يهدف إلى تمكين النساء، خاصة فوق سن الأربعين، وتشجيعهن على عيش حياة صحية وسعيدة وملئية بالنشاط. يتنوع محتواها بين نصائح حول التمارين الرياضية البسيطة، اليوغا، التأمل، أهمية السلام النفسي، وتبني نظرة متفائلة للحياة، مؤكدة دائمًا أن العمر مجرد رقم. استضافتها عدة برامج تلفزيونية للحديث عن تجربتها، مما ساهم في توسيع دائرة تأثيرها.

إنجازات ريمان رمضان

حققت ريمان رمضان نجاحًا مهنيًا كبيرًا على مدار 30 عامًا في قطاع الاتصالات، حيث وصلت إلى مناصب قيادية عليا في شركات متعددة الجنسيات. هذا النجاح منحها خبرة واسعة في مجال التسويق والاتصالات المؤسسية. قامت بخطوة جريئة بالتحول من عالم الشركات إلى صناعة المحتوى الرقمي، ونجحت في بناء علامة تجارية شخصية مؤثرة في مجال الصحة الشمولية. يتابعها جمهور متفاعل يستلهم من دعوتها لتبني أسلوب حياة إيجابي وصحي في أي عمر. ظهرت في عدة برامج تلفزيونية حوارية شهيرة في مصر، مثل برنامج "زعفران وفانيلا" على قناة CBC Sofra، حيث شاركت قصتها ونصائحها حول الصحة والسعادة، مما عزز من مكانتها كصوت ملهم للمرأة في العالم العربي.