

קורס אלקטרוני אישי – בריאות א-ת

לשם מה אני צריך את הקורס?

גיליתי שהרבה אנשים נכנסים לאתר שלי וקוראים כתבה או שתיים שמעניינות אותם. האחד קורא אודות תוסף תזונה מסויים שמעניין אותו, ואחר קורא אודות טיפול למחלתו. בסופו של דבר, מקבל הקורא מידע ספציפי בלבד אודות מחלתו אבל לא מקבל את התשתית לבריאות טובה שהיא הבסיס לכל הטיפולים הקטנים ולכל תוספי התזונה. הקורס נותן את התשתית לבריאות טובה.

מה ניתן למצוא בקורס?

כמו שהסברתי, הקורס מיועד למי שרוצה להבין את התשתית לבריאות טובה. הקורס נותן הבנה ברמה בסיסית של אופן הפעילות של מערכות הגוף. הבנה של אופן הפעילות נותנת לנו את המידע לגבי איך צריך לשמור על המערכת. לדוגמא – אם אנחנו מבינים איך הכליות עובדות, אנחנו מבינים טוב יותר למה חשוב לשתות וכמה ומאילו דברים כדאי להמנע על מנת לשמור על הכליות שלנו. כך לגבי כל איבר ואיבר וכל מערכת ומערכת. כמובן שלא ניתן לגעת בהכל בקורס אחד, אך אני בטוח שתצאו מהקורס עם ידע רב חדש ועם מודעות נכונה יותר לפרטים הנכונים.

מי יכול להשתתף בקורס?

כולם. כל מי שרוצה לדעת יותר על הבריאות שלו, כדאי שירשם לקורס. המגבלה היחידה היא עבור מי שאין ברשותו כתובת מייל...

ומי שאין לו ידע מקדים?

אין צורך בכל ידע מקדים. הקורס מלווה בתרשימים שונים ובהסברים פשוטים כך שאין צורך לבוא אחרי קורסי מבוא בכימיה, ביולוגיה, פיזיקה או כל ידע מקדים אחר.

איך זה עובד?

כל מה שצריך לעשות הוא להשאיר בתיבה המיועדת לכך את כתובת המייל שלכם. לאחר קבלת המייל יתחילו להגיע אליכם השיעורים של הקורס. עליכם ללמוד כל שיעור בזמנכם החופשי ולהפנים. השיעורים יגיעו אליכם בתדירות של אחת לשבוע וזה זמן מספק על מנת ללמוד את הקורס ולהפנים אותו.

למה שלא אקבל את כל הקורס בבת אחת?

מנסיון, רבים מאלו שמקבלים הכל בבת אחת, מדחיקים את הכמות העצומה של החומר ולא מתיישבים לעולם ללמוד את הקורס. החלוקה היא בסופו של דבר לטובתך. הרעיון הוא לתת ללומד ללמוד את השיעור ולהפנים אותו. ההפנמה של השיעור היא חלק בלתי נפרד מהשיעור. מטרת השיעור - לגרום לאנשים לערוך את השינויים שהם צריכים לערוך בסביבה, בבית ובעבודה. אני לא מאמין בשינויים קיצוניים ולכן אתם תקבלו מעט מעט מהידע היישומי.

איך אני ידע מה צריך ליישם?

בסוף כל שיעור תהיה רשימת נקודות ליישום. אתם יכולים לבדוק מה לא יישמתם עדיין ומה נשאר לכם ליישם. בקיצור, מטרת השיעור היא ליישם והשיעור מכונן אתכם ליישם נכון.

כמה זמן נמשך הקורס?

הקורס נמשך כחודשיים וחצי אך כמו שהזכרתי, השליטה בידיים שלכם. אין מצב של החסרת שיעור בגלל חתונה למשל. כל חיסור ניתן להשלים בזמן ובמקום שנוחים לכם. ניתן כמובן להדפיס את הקורס או חלקים ממנו וללמוד אותו בהזדמנויות שנוחות לכם.

כמה זה עולה?

הקורס הוא חינם. לא בערך, לא כמעט. חינם! כל מה שאתם צריכים לעשות בכדי להיות יותר בריאים הוא להשאיר את כתובת המייל שלכם במקום המיועד והקורס בדרך אליכם.