משכן עוז הרמוניה

מרכז לבריאות מיטיבה והצערה

תינוקות / פעוטות / ילדים / בני נוער / מבוגרים

שלומות,

מה שלומך?

ראשית, אני מברכת אותך וכה מעריכה אותך עבור הפתיחות שלך, האומץ ובייחוד הרצון להטיב עם בריאותו של ילדך וללא פשרות.

ילדך הוא ילד כה ראוי ומגיע לו שכולנו נתמוך בו, בבריאותו להפוך להיות רק מי שהוא – יחיד ומיוחד באמת.

יש כאן מטה מידע שכל כוונתו לפתוח בפניך את נתוני האכילה על פי מפת העיצוב של ילדך, לתמוך ולעודד אותך להתנסות עבור ילדך בנושא הכי מדובר ומשמעותי בחיינו עבור ילדנו שנולדו לחיות את היחודיות שלהם גם דרך מערכת היחסים שלנו עם האוכל וכבר בגיל צעיר לבדל עצמם מהאכילה ההומגנית המתנה את כולנו.

הידעת?
מסתבר שלכל בן אנוש על האדמה בכדור הארץ יש דרך יחודית בה הוא מכניס את האוכל ומעכל את המזון,המידע והחיים בכלל.

בואי יחד נגלה ונתוודע מה ההמלצה הספציפית המותאמת עבור ילדך.

בהצלחה.
אירית

מה ילדך יכול להשיג מעיכול האוכל עפ"י המלצת מפת עיצוב האכילה שלו?

על פי מפת האכילה האישית, ילדך יכול להשיג את התמיכה והמידע בדרך המומלצת עבורו להכניס את המזון לגופו באופן שיטיב ויתמוך בבריאותו. את המידע הזה לצערי את לא תראי בגוגל וגם לא בטיפת חלב ולכן הוא כה יקר מפז להעמיק בו וביחוד, להתחיל להתנסות בו ולבדוק את ההשפעה לטובה שזה יעשה עבור בריאות ילדך ולאורך זמן.

המידע מתאים לתינוקות, פעוטות וילדים

אז מה בעצם נבדוק כאן יחד דרך הסרטונים ודפי המידע?
בנוסף לכל הפעולות והטיפים שקיבלת בנושא האכלת תינוק,אני מציעה לך כאן גם לבדוק זוית נוספת ומשמעותית שתתמוך בבריאות ילדך, הנתונים המציינים את ההמלצה על הדרך להכניס את המזון באופן שהגוף זקוק לו.

המידע בסרטונים הינו על אופן האכילה הספציפי לילדך בשלושת הנושאים הבאים:

<u>עיכול -</u> תנאי האכלה או הנסיבות המומלצים עבור ילדך כך שזה יכול לתמוך בעיכול נכון ומיטיב עם ההזנה שהוא מקבל, גם האוכל וגם הידע סביבו.
-ככול שתסכימי להיפתח כמה שיותר מוקדם למידע ולישם אותו, כך תתמכי ותפתחי לפוטנציאל האינדבידואליות של ילדך.
-כך יחיה את ה'עצמי' שלו, את מי שנולד להיות.

<u>החוש –</u> מהו החוש הכי דומיננטי אצל ילדך שהוא יותר בולט משאר החושים? במילים נוספות, מהו החוש היותר דומינטי של ילדך שישמש לו כג'י.פי.אס להחליט מה נכון עבורו בבחירותיו?

<u>אופי הגוף -</u> האם אופי גופו של ילדך הוא אקטיבי או פסיבי ומה זה אומר?

מה זה אומר - אופן האכילה הספציפי לילדך?
לכל אכילה יש דרך שונה להכניס את האוכל למערכת העיכול של כל ילד וילד וזה מתקיים כשישנם **תנאים ספציפים** או **נסיבות סביבתיות** בהם ילדך מעכל את האוכל באופן המיטבי ביותר עבורו. בואי נגלה יחד מה מומלץ עבורו וזאת כדי למצות את הפוטנציאל שלו לעכל נכון את האוכל, את הנתונים שהוא סופג מהסביבה ואת החיים.

איך אופן האכילה הספציפי לתינוקך יכול לעזור ולתמוך בבריאותו?

- הוא בעל פוטנציאל לשפר את העיכול ולספוג באופן מלא את החומרים המזינים
- הוא יכול להביא להרגשת נוחות ורווחה.
- הוא יכול לשפר ולהביא הקלה מבחינה פיזיולוגית.
- הוא יכול לעזור לשפר את תפקודי המוח, את היכולת הקוגניטיבית שלו לעכל ולעבד נתונים בצורה חדה ונכונה לו.
- הוא גם יכול לתמוך במעבר לתודעה חדשה שכולנו חווים בתקופת חיים זו עם כל השינויים בעולם הנמצא כרגע בכאוס כשאנו מתמודדים איתו בחיינו האישיים וכקולקטיבים.
- הוא בעל פוטנציאל להעניק לילדך חיבור בריא לחיים ולמסלול החיים של ילדך לאורך חייו.

זו אינה עצה רפואית וזה לא משהו שאת צריכה "להאמין" בו.
תחשבי על זה כעל עדשה נוספת משהו שאת יכולה לבדוק בשגרת יומך ולראות מה קורה לאורך זמן כשאת מספקת את התנאים הנכונים להאכלה ומה קורה כשלא.

מה תקבלי בשירות זה שיכול לתמוך בך ליישם ביתר קלות?

- סרטונים
- דפי הסבר להורדה/להדפסה
- **- בונוס מתנה -** מידע מרתק על המבנה האנרגטי של ילדך

המלצה -
כפי שילדך מגיע לעולם ויש לו תהליך של גדילה, התפתחות ולמידה, כך אני ממליצה לתת מקום, כבוד, מרחב וזמן, להתוודע על תהליך זה לאורך זמן, ועל מערכת היחסים הנכונה לילדך עם מערכת העיכול.

חשוב להבין!
יחודיות האכילה של ילדך, זה לא איזשהו קונספט נבנה אלא זה באמת חי בתוכו, זה מה שבעצם גם יעזור לו להרגיש את הבידול של עצמו.
זו הסכמה להתנסות עם המידע, לחקור ולעקוב באמצעות התנסות עם המידע. אפשר לומר שזה מן מסע לעזור לילדך לגלות את היחודיות שלו ומה יותר מתאים מאשר ליצור הפרדה מהאכילה ההומוגנית, לטובת אכילה מותאמת אישית ומתוך כך לזכות בבריאות גדולה ויציבה יותר עבורו.

מידע כללי:
ישנם 6 אופני אכילה שהן בינריות, כלומר יש להן שני צדדים/חלקים.
***
סך הכל, 12 מסלולי אכילה שונים המחדדים את השונות והאינדבידואליות שיש לכל ילד וילדה ואת האופן השונה שאנחנו מכניסים את האוכל והמידע שאנו מעכלים שהוא כה שונה מאחד לשני.

<u>כל אחד מאיתנו מעכל ומכניס את האוכל באופן שונה לגוף</u>

איך תדעו שהאכילה מותאמת לילדכם?

- הכירו ובחנו את מה שקורה בפועל בתהליך ההתנסות שלכם עם ההמלצות, כשילדכם מאופשר לאכול על פי התנאים או הנסיבות הנכונות עבורו. התתבננו על תגובותיו לפני, בזמן האכילה ואחריה, ועל יכולותיו הקוגנטיביות, ועקבו לאורך זמן...

- עקבו גם על ההשפעה על **הדרך שילדכם מעכל ומעבד את המידע סביבו**.

לא עוד מוח שמן! אנחנו רוצים שהמוח של ילדך יתפקד באופן בריא לו ומדויק עבורו ושהתגמול יהיה בהתאם – גוף בריא, חשיבה בריאה ואופן אכילה המוציא אותו ממסלול הומגני, אחיד. אלו המלצות שיש בהן הנכחה לגדול עם אותו הפוטנציאל, שילדכם יחיה את מי שהוא.

לבריאות ילדך!

אני כאן לכל שאלה.

תמיד, באהבה ואיכפתיות כנה, שלכם,
אירית עוז