



ניוזלטר יוני



מבשלים עם התזונאית מיכל ריין סלט קינואה טעים במיוחד!

מיכל ריין, תזונאית קלינית וחוקרת בצוות המחקר של 10K מכינה מתכון
טבעוני שהיא ממליצה להכניס לתפריט שלנו!



לצפייה לחצו כאן!

הרצאות אונליין! החודש נערכו שתי הרצאות מרתקות וייחודיות לפרויקט

לאור פניות רבות, מצורפים לינקים להקלטות:



תודה לרופא ד"ר רלי רייכר על
הרצאה מרתקת בנושא
פיזיולוגיה של השמנה ודרכי
טיפול.

לצפייה בהרצאה לחצו כאן!



תודה לרופא ד"ר גל יניב על
הרצאה מרתקת בנושא צנתורי
מוח.

לצפייה בהרצאה לחצו כאן!

מהו המצב התעסוקתי בין חברי הקהילה שלנו?



83.5% שכירים או עצמאיים
8% פרשו לגמלאות
2.5% סטודנטים
2% מובטלים
1.5% מתנדבים
0.3% לומדים בישיבה
2.2% העדיפו שלא לענות

מהן דרכי ההגעה לעבודה?



6.2% באופניים
82% אופנוע או מכונית
25% בהליכה
6.5% בתחבורה ציבורית

מה אורך יום העבודה הממוצע בקרב המשתתפים המועסקים?



8.3 שעות

*האחוזים מסתכמים ל-מעל 100% מכיוון שלעתים המשתתפים נעזרים ביותר מדרך הגעה אחת.

התראת פרסום חדש: מאמר שנכתב על ידי חוקרי פרויקט 10k

הכירו את איה קשת, הכותבת הראשית של המאמר



"משתתפיסקרים, אני נרגשת לשתף אתכם באבןדרך מרגשת במסע שלנו; אני, יחד עם חוקרים נוספים במכון פרסמנו מאמרפורץ דרך במגזין המדעי CELLMETABOLISM, בנושא אפיון רמותהגלוקוז בדם בקרב אנשים שאינםחולי סוכרת - (המתבסס על מער הנתונים העצום של משתתפי הפרוייקטומדי הסוכר הרציפים אותם ענדתםבמשך שבועיים).

בקצרה, באמצעות מתודולוגיה חדשניתהצלחנו לזהות קשרים מרתקים ביןרמות הגלוקוז בדם ובין מדדיםרפואיים כמו מדידות גופניותשונות, מדדי שינה ותזונה. המחקרמספק הבנה ייחודית על הערכיםהתקינים של רמות הגלוקוז שלנופוחת אפיקים חדשים לטיפול מותאמים אישית.

בנימה זו, אני רוצה להודות לכם -הצלחתו של מחקר זה לא הייתהאפשרית ללא השתתפותכם; מעל 10,000 להגיעלתובנות מחקריות שמטרתן שיפראיכות החיים ותוחלתם.

לקריאה בהרחבה על המאמר, לחצו כאן!

מעוניינים לשאול אותנו שאלות נוספות? כתבו לנו בדף הפייסבוק שלנו



לחצו על הלוגו לכניסה לעמוד הפייסבוק שלנו!

פרויקט 10K
מכון ויצמן, רחובות
Unsubscribe - Unsubscribe Preferences