



# ניוזלטר ספטמבר



צוות פרויקט 10K מאחלים למשתתפות ולמשתתפים שלנו חג שמח  
ושנה טובה!

## הרצאת החודש למשתתפי 10K : אסתטיקה של הפנים וטיפול בהזדקנות העור

08.10.2023 | 20:00-19:00



ד"ר פראסלמה, מומחה לרפואת עור  
ידברעל:  
התהליכים הפיזיולוגיים שלהזדקנות  
עור הפנים,  
הגישה האסתטית העדכנית לטיפול  
בסימני הזדקנות,  
סקירה כללית של הטכנולוגיות הקיימות  
בשוק לטיפול בביטויים השונים של  
התופעה.

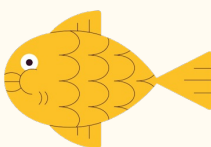
להרשמה לחצו כאן

## הכירו את הקהילה - גרסת ראש השנה!

\*המידע מבוסס על דיווח המשתתפים באפליקציה

שנהיה לראש ולא לזנב!  
אילו דגים הכי פופולריים למאכל בקרב המשתתפים שלנו?

- סלמון אפוי
- דניס
- טונה בשימורים



הידעתם שיש מנהג בראש השנה לאכול פרי חדש, כזה שלא אכלתם זמן מה ולומר את ברכת "שהחיינו"? זהו מנהג שמסמל את השנה החדשה, הזדמנות לאחל שנה טובה ומתוקה ליקרינו ולהיות בהודייה שהגענו לזמן הזה:

### מהם הפירות הפופולריים ביותר למאכל בקרב המשתתפים?

- בננה
- תפוח
- תמר



### אילו פירות המשתתפים שלנו פחות נוטים לאכול?

- פג'ויה
- פיטנגו
- חבוש



באופן מסורתי, טובלים את התפוח בדבש, המסמל שנה חדשה ומתוקה. עם זאת, ישנם ממתיקים אחרים שהמשתתפים שלנו אוהבים לאכול!

**האם המשתתפים נוטים לדבוק בדבש, או שהם מעדיפים להמתיק עם מוצרים אחרים לאורך השנה (פרט לסוכר)?**

- דבש
- מייפל
- סילאן

## טיפול תרופתי להשמנה



## טיפול תרופתי להשמנה

השמנה הוגדרה על ידי ארגון הבריאות העולמי כמגפה, המשפיעה על בין שליש לחצי מהאוכלוסייה הבוגרת. בסרטון זה, ד"ר רלי רייכר, מומחה לרפואה פנימית, יספר על טיפול נלווה למחלת ההשמנה, שעד לפני מספר שנים לא היה בשימוש נרחב: הטיפול התרופתי.

לצפייה לחצו כאן!

לצפייה ביוטיוב לחצו כאן

## מבשלים עם החוקרת והתזונאית מיכל ריין - סמבוסק בריא!

מיכל מכינה סמבוסק..... בריא! על אף שזה נשמע אבסורדי לחלוטין, מיכל טוענת: "זה סמבוסק, עם טוויסט בריא! מילה של תזונאית:זו ארוחת הערב המושלמת מכיוון שהיא טעימה, מכילה ירק, חלבון, סידן וגם קלה להכנה!"



לצפייה לחצו כאן!

לצפייה ביוטיוב לחצו כאן

תודה רבה לד"ר יעלה טלמור-ברקן על הרצאה מרתקת! ההרצאה עסקה במחלות לב וכלי-דם, גורמי סיכון, דרכי אבחון וטיפול, וכיווני מחקר חדשים בתחום רפואת הלב. בהתאם לביקוש הרב, מצורף לינק להקלטת ההרצאה



לצפייה בהרצאה המלאה 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](#)