



## دورة أسس الميטהيلث

### استكشف دورة دورة أسس الميטהيلث

هل تسعى إلى صقل مهاراتك المهنية أو تحسين صحتك الشخصية وصحة أحبائك؟  
دورة أسس الميטהيلث مصممة خصيصًا للإثراء الشخصي والمهني.

### رؤية الدورة:

تمكنك هذه الدورة الشاملة من فك رموز الأسباب الجذرية للأعراض الجسدية والنفسية وإستكشاف مواضيع مهمة مثل آليات الاستجابة للتوتر، والرابط بين العقل والجسد، والتأثيرات العاطفية على الصحة. سوف تتمكنك من فهم الأصول النفسية والعقلية للأعراض الجسدية، إلى جانب الأدوات العملية للشفاء و التعافي.



## دورة أسس الميטהيلث

**التطبيق العملي:**

نقوم بدمج حالات وعروض توضيحية من الحياة الواقعية للحصول على تجربة تعليمية عملية.

**تطبيقات معرفة أسس الميטהيلث:**

**ممارسو الرعاية الصحية:** فهم الأسباب الجذرية وراء الضغوطات النفسية والسلوكية والتمكن من وضع خطة علاجية مخصصة.

**استراتيجيات العناية الذاتية:** فهم الية التواصل بين العقل والجسد والتمكن من إدارتها. تعريف المشاعر والمعتقدات والأنماط التي تؤثر على صحتك النفسية والتعامل معها.

**التنمية الشخصية:** الاستفادة من الميטהيلث للتطوير الذاتي والتعمق في فهم الرابط بين العقل والجسد لتعزيز الصحة النفسية.

**كوتشيز الصحة النفسية:** دمج الميטהيلث في الكوتشينج بتوجيه العملاء لتحديد العوامل الصحية والنفسية وتحقيق أهداف العافية الخاصة بهم.

**استراتيجيات مكان العمل:** تطبيق الميטהيلث في العمل و تطوير ورش عمل إدارة الضغوطات والتدريب على المرونة العاطفية لتنمية بيئة أكثر صحة وإنتاجية.



## دورة أسس الميטהيلث

### عن المدرب إيمان الطوبجي

- مدرب معتمد في الميטהيلث متعدد التقنيات
- ممارس ومتحدث رسمي ومدرب أسس الميטהيلث
- [/https://www.meta-health.info/professionals/eman-eltoigy](https://www.meta-health.info/professionals/eman-eltoigy)
- مدرب في مجال PEAT & ASPECTS
- [https://spiritual-technology.com/?page\\_id=532](https://spiritual-technology.com/?page_id=532)

إيمان الطوبجي خبيرة في التعبير و التمكين والتشافي الذاتي و مدرب ومذيع ومتحدث عام. لديها أكثر من 10 سنوات من الخبرة في فهم الذات الداخلية. تساعد إيمان الناس من جميع الأعمار، بدءاً من سن 16 عامًا، في تغيير حياتهم بسلاسة. إيمان هتساعدك على فهم قيمك للتكيف مع تغييرات الحياة. هتدعمك في التعبير عن الذات وتحديد الأهداف والتغلب على العقبات وتطوير استراتيجيات عملية لتغيير نمط التفكير إلي هيطور علاقتك مع نفسك ومن حولك.



إيمان الطوبجي



## دورة أسس الميטהيلث

### من يمكنه الانضمام:

لا يوجد شرط مسبق لحضور هذه الدورة. يمكن لأي شخص مهتم بالمشاركة في تدريب META-Health Foundation. التدريب الأساسي هو الخطوة الأولى لتصبح ممارسًا معتمدًا لـ META-Health.

### الوقت:

الدورة عبارة عن تدريب مكثف لمدة 6 ساعات على مدار 3 أيام.  
أيام: 13 و 14 و 15 أبريل 2025

### الرسوم:

250 دولار فقط

### الحجز:

للتسجيل والمزيد من التفاصيل، يرجى التواصل معنا عبر البريد الإلكتروني على  
emandtobgy@gmail.com، أو عبر الواتساب على الرقم +201002227876



## **META-Health Foundation course**

### **Explore Our META-Health Foundational Course**

Seeking to sharpen your professional edge or enhance your personal health and that of your loved ones?

Dive into the META-Health Foundational Course, tailored for both personal and professional enrichment.

### **Course Insights:**

This comprehensive course empowers you with META-Health principles to decode the root causes of physical and psychological symptoms.

Explore critical topics such as stress response mechanisms, the mind-body link, and the emotional impacts on health. Gain a robust framework to understand the emotional and mental origins of physical symptoms, alongside practical tools for healing and wellness.



## META-Health Foundation course

Hands-on Learning:

We integrate real-life cases and demos for a pragmatic learning experience.

Applications of META-Health Knowledge:

**Healing Professions:** Infuse your practice with META-Health principles. Address emotional and psychological root causes to craft personalized treatment plans.

**Self-Care Strategies:** Master the mind-body connection. Identify and tackle emotional, belief, and lifestyle factors impacting your well-being.

**Personal Development:** Leverage META-Health for growth. Deepen your understanding of the mind-body link to enhance emotional and psychological health.

**Wellness Mentorship:** Integrate META-Health into coaching. Guide clients to identify and resolve emotional and psychological health factors, achieving their wellness goals.

**Workplace Well-being:** Apply META-Health at work. Develop stress management workshops and emotional resilience training to cultivate a healthier, more productive environment.



# META-Health Foundation course

## Your Trainer:

**Eman Eltobgy**

- Licensed Meta-Health Modality trainer
- META-Health practitioner & official speaker & foundation trainer.
  - <https://www.meta-health.info/professionals/eman-eltobgy/>
- Peat and aspects Trainer
  - [https://spiritual-technology.com/?page\\_id=532](https://spiritual-technology.com/?page_id=532)

**Eman is a Self Expression, Empowerment & Healing Expert, trainer, broadcaster, and public speaker. She has 10+ years of experience in understanding the inner self. Eman assists people of all ages, starting at 16 years old, in smoothly transforming their lives.**

**She helps you understand your values to adapt to life changes & supports you in self expression, setting goals, overcoming obstacles, and developing practical strategies for change in mindset, attitudes, relationships, and career.**





# **META-Health Foundation course**

## **Who can Join:**

**There is no pre-requisite to taking this course. Anyone who is interested can participate in the META-Health Foundation Training. The Foundation Training is the first step in becoming a certified META-Health Practitioner.**

## **Time**

**The course is a 6-hour Intensive training over 3 days.**

**Course date: 13 - 14 - 15 April 2025**

## **Fees:**

**250 \$**

## **Booking**

**For registration and more details, kindly contact us by email at [emandtobgy@gmail.com](mailto:emandtobgy@gmail.com), or by WhatsApp at +201002227876**