



להיות אמא מחוברת

את לפני לידה או מיד אחריה?

מזל טוב!

אצל הרבה מאד אימהות, קורה שהתקופה המרגשת הזו שנראית מבחוץ קסומה כל כך, עם ריח גן עדן ותמונות ניו בורן- היא יום אחד ארוך... מאתגר ומתיש.

לכל אמא יש חלום.

להיות האמא הכי טובה
להצליח לתת לתינוק את המקסימום.

בפועל, את כל היום סביב ההנקה.

אין לך רגע לעצמך,
את מוצאת את עצמך מבולבלת.
את כאובה ועייפה, וכל הדיבורים היפים ששמעת על
הנקה נראים לך לא קשורים.

את יודעת כמה זה חשוב...
אבל לא מבינה איך לעשות את זה בפועל
ועדיין להשאיר מקום לחיים?
את תוהה מתי יהיה לך רגע לעצמך?
**האם זה שווה את המאמץ המשמעותי
שההנקה דורשת ממך?**
איך לנהל את ה"פרויקט" הזה שקיבלת
בעסקת חבילה עם התינוק?
מרגישה אשמה כי הוא לא מספיק
רגוע?
**חוששת שאין לך מספיק חלב והוא
פשוט... רעב?!**



לפעמים קשה לך עם הסביבה שלא תומכת ומחלישה, ואת ממורמרת ולא בטוחה בעצמך

וכשהתינוק לא עולה מספיק במשקל, והאחיות בטיפת חלב נוזפות ומטיחות בך ביקורת, את בכלל מרגישה אשמה ואמא לא מספיק טובה...?

לא רק אצלך.

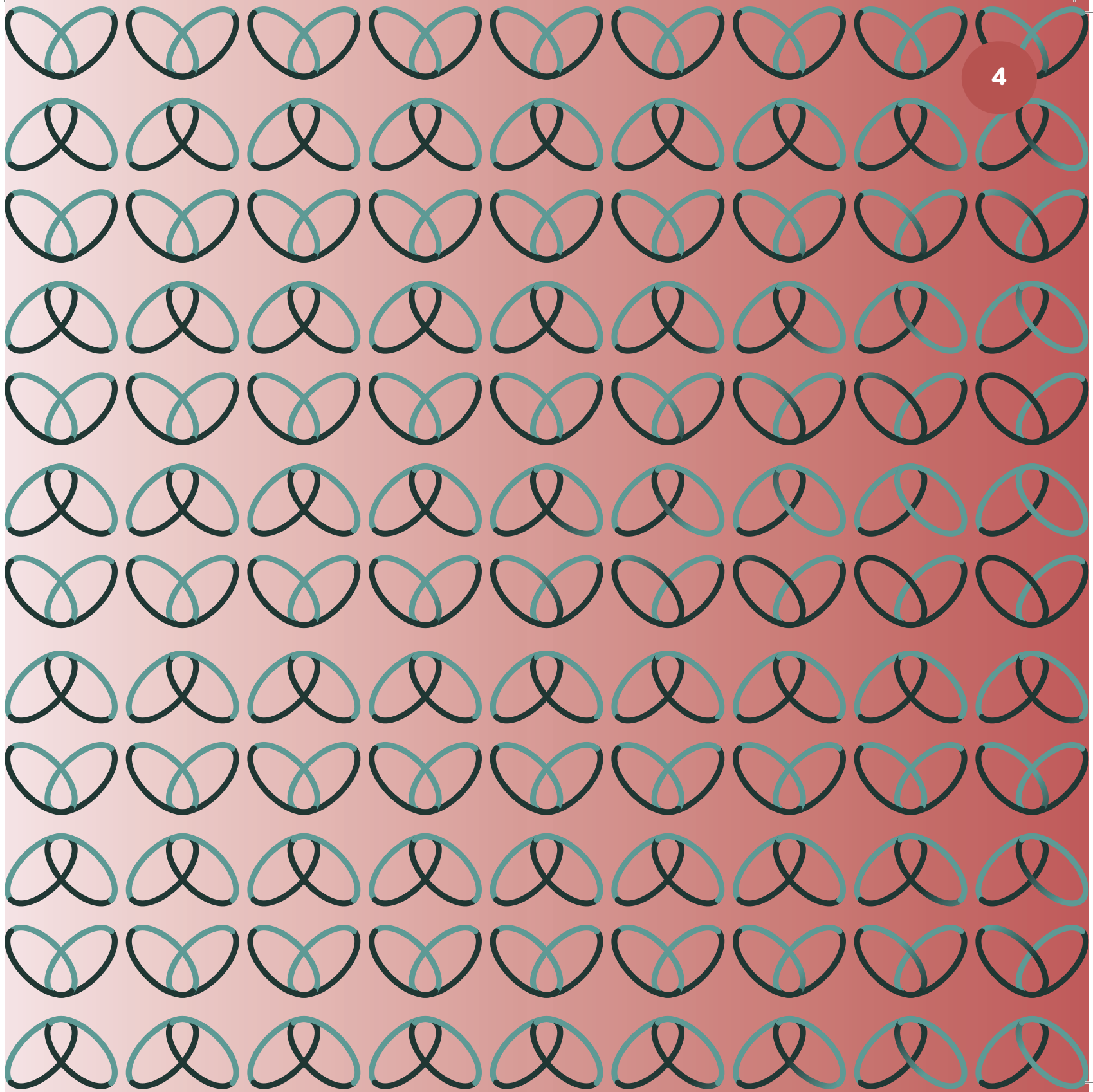
אלפי נשים מספרות שההנקה הפכה אצלן לשם נרדף לסיוט, וזה קרה למרות שהן יודעות מצוין כמה בריאה וחשובה ההזנה הטבעית, וגם להן חשוב ליהנות מההנקה נקיה, רגועה וממושכת,

אז איך מסתדרים בפועל עם המשרה הנוספת שקיבלת כאמא?
כשאת מנסה לחשוב על חזרה לעבודה, שאיבות או הנקה מתמשכת, בכלל נהיה לך כאב ראש ואת מרימה ידדים...

האם יש דרך להתחבר נכון לתהליך הזה ולהגיע להנקה רגועה, מוצלחת, מספקת, נקיה וללא כאבים?

אולי אצלך ההנקה דווקא בסדר והולכת טוב ויש לך חלב בשפע וב"ה בלי בעיות מיוחדות, אבל את שואלת את עצמך בתסכול למה הטוב הזה נגמר כל כך מהר?
ובפנים מפרפר בך חלום להניק למשך תקופה ארוכה יותר - רק שאין לך מושג מה צריך לעשות לשם כך ואיך?







עם אסתי בראון בס"ד זה אפשרי.

גם את יכולה להרגיש טוב עם ההנקה,
להצליח לנהל אותה בביטחון ומתוך שלמות פנימית
ולהפוך לאמא מחוברת.

בעזרת תוכנית ליווי מקיפה שבמהלכה:



תהיי אמא רגועה,
מסוגלת, יכולה,
ומלאת אמון בעצמה



תדעי בדיוק מה
ואיך בכל שלב
בהתפתחות התינוק
ותהיי בטוחה בעצמך,
ש-כן! **את יכולה!**



תקבלי כלים
פרקטיים להנקה
נכונה ומצליחה,
עם **שפע של חלב**
ולאורך זמן



תלמדי את השפה
של התינוק שלך ובכך
תחדדי את **היכולת**
ההורית הבלעדית
שלך



תיכנסי למסע של
העצמה, ביטחון ואנרגיות
חיוביות, שיאפשרו לך
להיות שלמה עם עצמך
ולהתמודד בצורה נכונה
גם מול ביקורת בסביבה



תניקי את התינוק
מתוך **ביטחון שהוא**
שבע וביכולת שלו
לגדול ולהתפתח
בזכותך



תחוויו הצלחה במערך
ההנקה הנקייה, מתוך
נוחות מקסימלית
ורגשות חיוביים



תהפכי את ההנקה
לקלה, רגועה, ונעימה
ותנהלי אותה מתוך
רצון, בחירה וחוויה



תיצרי **קשר מלא**
חיבור ואהבה לתינוק,
ותחוו סיפוק, אושר
ומימוש מעצם
תפקידך כאמא



תצליחי גם לשאוב
ולהמשיך את החוויה
גם לאחר החזרה
לעבודה



בחוכמה וברגישות
תגייסי גם את בעלך
למשימה, ותהפכי
אותו **לשותף מלא**
ותומך



תצליחי להגיע **להנקה**
מלאה וממושכת,
ללא צורך בתוספות
ועם תינוק שעולה
במשקל וב"ה
מתפתח יפה



**ותודי לה' על המתנה העוצמתית של הנקה מחוברת
שמשפיעה רק טוב עליך, על התינוק וגם על הסביבה!**

כמה מילים על אסתי בראון- שהובילה אלפי אמהות לחווית הנקה מוצלחת וממושכת

**נעים להכיר, אסתי בראון
מדריכה ומאמנת אימהות להנקה חווייתית
ומחוברת.**

כבר מעל עשור, אני מצליחה בסייעתא דשמיא,
לסייע לאלפי נשים -
להגיע להנקה מוצלחת ומדויקת, **בגישה מאוזנת שמתאימה
למציאות בדורנו.**
באמצעות הדרכות ייחודיות בקורסים טלפוניים/דיגיטליים,
ועם **אחוזי הצלחה פנומנליים.**

כשאמא מוציאה מהכח אל הפועל את היכולות הטבעיות
שיש בכל אישה,
היא יכולה להתחבר לתפקיד **ולהניק מתוך ביטחון יציבות
וקשר איכותי עם התינוק.**

המנוע שמפעיל אותי הוא הרצון להפיץ את הבשורה
ולאפשר לכמה שיותר נשים,
לקבל את הכלים היחודיים שפיתחתי שיאפשרו להן **להפסיק
את סבב התסכולים סביב קשיי ההנקה, ולהתחיל להניק מתוך
חוויה רגשית עמוקה, במקביל לשיפור איכות החיים, מערכות
היחסים והביטחון האימהי.**

מאז ומתמיד הייתי יסודית ומעמיקה... ולכן, כשחקרתי את נושא ההנקה לעומק, לא הופתעתי לגלות עד כמה ההנקה נוגעת בנו בצורה מקיפה והוליסטית כל כך! והיא כוללת את כל ההיבטים הקשורים לחוויית ההנקה והחיבור: ההיבט הרגשי, ההיבט הפסיכולוגי, ההיבט התודעתי, ההיבט התזונתי, ההיבט החברתי ואפילו ההיבט הזוגי. כך שמבחינתי אין מדובר רק בכלים להנקה וחיבור לתינוק, אלא ממש **בכלים לחיים של אושר, מימוש וסיפוק.**

זו גם הסיבה שחשוב לי שכל אישה תקבל את המקסימום מהתכנית שלי ותצליח ליישם בפועל בשגרת היום יום את כל הכלים היסודות והתובנות. לכן, התוכנית המלאה להנקה מוצלחת וממושכת - כוללת שירות לקוחות זמין ומענה אישי טלפוני ע"י צוות יועצות מקצועיות, עבור משתתפות התכנית והבוגרות.

אני כאן גם בשבילך, עם הלהט בלב והאש בעיניים, כדי לתת לך את כל המידע והסודות, על מנת שגם את תוציאי לאור את החיבור האימהי הטהור שלך, ותהיי אמא מחוברת.

אסתי.

התוכנית המלאה להנקה מוצלחת מבית אסתי בראון

**תוכנית ההדרכה והאימון
להנקה מוצלחת וממושכת
כוללת מעבר לידע הפרקטי והמעשי
גם:**

- ♥ כלים לביטחון עצמי ותודעתי,
- ♥ פיתוח יכולת המנהיגות וההובלה,
- ♥ שיפור מערכות יחסים,
- ♥ העצמה אישית.

מטרת התוכנית היא:

להוביל אותך להנקה ממושכת ומצליחה
לאפשר לך להיות את - בגרסה הכי טובה של עצמך!
מתוך השקפה יהודית נכונה וכלים מעשיים
שישפיעו לטובה על איכות החיים שלך.





מה כוללת התוכנית?



**הקורס המרכזי:
סודות ההנקה המוצלחת**

1 סודות ההנקה המוצלחת

הקורס המקיף והיחיד מסוגו עם שיטה פורצת דרך, שנותן לך את כל המידע והכלים שיעזרו לך להגיע להנקה רגועה עם שפע של חלב, במלוא השמחה וההנאה, ולאורך זמן בעזרת ה'!

בין הנושאים החשובים שהקורס מקיף:

- ♥ התנאים להנקה מוצלחת וממושכת
- ♥ יסודות ההנקה בהיבט הריגשי והתודעתי
- ♥ הורמונים בהנקה – הנקה נקיה
- ♥ הימים הראשונים והתחלה ברגל ימין
- ♥ מדדים אמיתיים לייצור חלב תקין
- ♥ יתרונות ההנקה לתינוק, לאם ולכל המשפחה
- ♥ התמודדות עם ביקורת
- ♥ גיוס תמיכה במעגלים הקרובים והרחוקים
- ♥ הצבת גבולות
- ♥ נזקי הקיצוניות ואיך מגיעים לאיזון
- ♥ העצמה אישית וזוגית
- ♥ בריאות ותזונה - אורח חיים כמקדם הנקה
- ♥ הנקה בשילוב עבודה במשרה מלאה
- ♥ היערכות לקראת החזרה לעבודה
- ♥ הדרכה נכונה לשאיבת חלב אם ולמתן הבקבוק על ידי המטפלת
- ♥ הנקת יום והנקת לילה
- ♥ שילוב מוצקים בתזונת התינוק
- ♥ ממידע ליישום: כלים מעולם האימון להגברת המוטיבציה והנעה להצלחה
- ♥ אימון מנטאלי: כוח המחשבה והשפעתה
- ♥ שאלות ותשובות: אתגרים ופתרונות





סדרת צעדים ראשונים



סדרת צעדים ראשונים

2

הימים והשבועות הראשונים לאחר הלידה ותרומתם להצלחה ולהתחלת ההנקה ברגל ימין!

הסדרה כוללת מגוון נושאים חשובים:

- הימים הראשונים ותרומתם לביסוס ההנקה. ♥
- את לא לבד! אתגרים נפוצים בתחילת הדרך. ♥
- כלים טכניים להצמדה והנקה נכונה. ♥
- למה לכאוב? מניעת כאבים וסדקים ♥
- ביסוס הקשר הרגשי בין האם לתינוק ♥
- אפס הפרדה וביות מלא ♥
- גיוס תמיכה מהיקרים לך ביותר. ♥
- ועוד. ♥



מתחברות



מסע מדהים של חיבור רגשי עם התינוק, לפני הלידה, במהלכה ולאחריה קבלת פנים נעימה ומחוברת לעולם, שתיצור בתוכו ביטחון ועוצמה להמשך חייו, ותאפשר לך לבטא את הרגש האימהי שלך בצורה ממומשת ומיטבית.

הקורס מעניק לך את הזכות לחיבור רגשי עם ילדך עוד טרם הלידה, תוך מימוש של כלים עוצמתיים לאימהות מעצימה ומלאת רגש וביטחון.

הקורס נוגע במגוון נושאים חשובים:

- ביסוס הקשר והחיבור של האם והתינוק. ♥
- ידע רוחני מעשיר וחיזוק אמוני. ♥
- הפגת מתחים וחששות לפני הלידה. ♥
- מניעת סיבוכים באמצעות חיבור רגשי ♥
- העצמה אימהית פורצת דרך. ♥
- חיזוק הקשר הזוגי. ♥
- ועוד. ♥





שנה פלוס



שנה פלוס

4

פתאום הוא גדל כל כך, ואת מוצאת את עצמך תוהה...
 האם ההנקה עדיין מספיקה לו? אולי כבר לא?
 איך אדע אם לא חסר לו חלב והוא נשאר רעב?
 מה עם טעימות?
 ובכלל... מה נכון לעשות?
**גם כשהתינוק שלך כבר גדול,
 את יכולה להמשיך להניק אותו בצורה שהכי טובה לך ולו!**

התוכנית פרקטית, ויוצרת שינויים תודעתיים משני חיים, כמו:

- ♥ פתרונות לכל האתגרים הקשורים להנקה תינוק גדול.
- ♥ להמשיך להיות מסופקת ומחוברת גם לאחר גיל שנה.
- ♥ כל מה שלא ידעת על טעימות.
- ♥ שילוב מזונות נוספים בתזונה.
- ♥ מדדים לאבחון רעב, שובע ומשקל תקין.
- ♥ עזרים לגיוס תמיכה מהסביבה הקרובה.
- ♥ ההנקה - תמונה משפחתית: אבא - אמא - תינוק
- ♥ המשך ההנקה מתוך התרעננות והתחדשות.



גמילה מהנקה



גמילה מהנקה

5

גמילה נכונה היא כזו שמתנהלת בצורה בטוחה ורגועה, מתוך המשך החיבור הרגשי, וכשאת מרגישה סמכותית ומלאת ביטחון.

התוכנית כוללת הדרכה מפורטת ויסודית, בה תקבלי כלים מעשיים, צעד אחר צעד, איך לגמול את הילד שלך מהנקה - בצורה הכי טובה ונכונה מבחינה פיזית ורגשית, בצורה סמכותית ומשפיעה ומתוך תחושת מנהיגות ועוצמה, ללא נקיפות מצפון ועם התייחסות נכונה ויעילה במקרה של סירוב הילד לגמילה.





חברות במועדון



חברות במועדון

6

המשך הליווי -

תקבלי גישה למעטפת חמימה של מידע ותכנים לעוד תמיכה והעצמה, למשך שנה מיום רכישת הקורס.

החברות במועדון היא אוצר בפני עצמו, וכוללת גישה לתכנים מוקלטים מעצימים ומעשירים המשך החיבור גם לאחר שהקורס מסתיים נותן לאמהות החברות בו את מקסימום האפשרות להמשיך להתפתח ולהצליח.



לכל שאלה יש תשובה



לכל שאלה יש תשובה

7

יש לך שאלה?
מוצאת את עצמך מתלבטת ולא בטוחה?
צוות התמיכה המקצועי מבית אסתי בראון כאן בשבילך,
למענה ותשובה לכל שאלה או התלבטות,
בזמינות יומיומית ובמגוון ערוצי תקשורת בטלפון ובמייל.





אימהות מחוברות ממליצות:

"ברוך ה' אחרי הנקה מוצלחת וממושכת אצל 5 הילדים המתוקים שחנני ה',
 הגעתי ללידה השישית בערב הקורונה.
 נחתתי לבית אחרי ניתוח קיסרי כשכו-לם בבית והייתי ביאוש עם ההנקה.
 החלטתי שלא שייך להתפנות ולהשקיע כשסביב כזה בלגן ועומס.
 כצעד אחרון לפני נטישה סופית נרשמתי לקורס של אסתי,
 ומה אומר ומה אדבר – דבר ראשון היא הצילה את ההנקה של התינוק הזה!
 אני כל כך מודה לה על החוויה המדהימה שחוינו בזכותה –
הנקה נקייה עד שהתינוק החמוד היה בן שנתיים++ ברוך ה'.
 קיבלתי את הכוח והידע והבטחון והעיקר היכולת –
לשלב את ההנקה בחיי היום יום כחלק אינטגרלי ובזרימה טבעית
 עכשיו ברוך ה' אני כבר מניקה את התינוק הבא אחריו בתור – הוא בן שנה,
 יונק ומתפתח סוכר ואני נהנית בכל ארוחה מחדש ונהנית גם מהבונוסים ברוך ה'.

הכלים שקבלתי בקורס מלויים אותי לאורך כל הדרך,
 ובעיקר עכשיו כשנתקלתי בביקורת בטיפת חלב לגבי המשקל.
 במקום להתייאש ולהגיז –
 אם אחרי כל ההשקעה עדיין לא עולה מספיק במשקל אז תמ"ל וזהו.
 הקורס לימד אותי מהו הערך של הנקה וגם נתן דגש על מדדים נוספים,
 וכשהם תקינים אז נרגעים.
 אחרי חודשיים הלכתי בעצמי לתחנה אחרת של טיפת חלב רק כדי לשקול אותו
וברוך ה' הוא הכפיל משקל לידה לפני גיל חצי שנה!
 כמה חבל על כל האמהות שאין להן את הידע והכלים ולכן הן עושות טעויות וזה משמעותי
 לכל החיים!
 אז בהחלט אפשר להגיז שבאתי לקורס עם הרבה ידע ורקע של הצלחה
 ועם כל זה ברוך ה' שדרגתי המון ובגדול.
 אני שמחה כל כך שהייתי בקורס למרות שלא היו לי בעיות לפתור.
 הנה התוצאה המדהימה ואני ממליצה להרבה.

גם ביומיום שיניתי מבט על כל חווית ההנקה - שאכן **נהפכה לחוויה ולהשקעה שווה**. על שאיבות, על הנקות ממושכות, על הרגשת הריקנות שבעבר גרמה לי חששות, הכי מיוחד אצל אסתי זה החיבור לקרקע - בתוך עמי אנוכי יושבת ולכן היא לא תמליץ על צעדים דרסטיים או קיצוניים שלא מתאימים למציאות.

מעריכה ומודה!"

פ. ב

"כשהגעתי לאסתי תהיתי מה היא כבר תחדש לי? נחשפתי בלימודים לבלי סוף לחומר על הנקה, הרצאות, חומר כתוב ועוד. ובהתחשב בעובדה שגם זכיתי להניק 7 אוצרות, הייתי מופתעת מכמות הידע שהתחדשה לי ובעיקר מהגישה שכבשה את ליבי! מענף מקצועי ועתיר במונחים - אל שפת הלב מכלי להזנת התינוק - להענקה של אהבה ומעוד מטלה עמוסה - לרגעים של קסם!"

**רבקי שיינקר - "מרכז רבה"
(דולה ומדריכת הכנה ללידה
ומעבירה קורסים לחיזוק רצפת אגן)**

"אסתי יקרה!"

השתתפתי בקורס לפני לידה ראשונה, לידה שחיכיתי לה כמה שנים, מיד כשהתבשרתי בבשורות טובות ידעתי שאני הולכת להשקיע את המקסימום בשביל להיות הכי אמא שאפשר

והנקה מבחינתי היא חלק משמעותי בזה.
האמת, היה לי קצת מוזר לבוא לפני הלידה היה נשמע לי לא מעשי,
ויותר מזה, חשבתי שאם אבוא אחרי הלידה אוכל ליישם מיד ולראות איך שהכל עובד,
אבל ה' דאג לי

חברה טובה שלי היתה אחרי לידה ושכנעה אותי להשתתף בקורס יחד איתה
ואכן נרשמתי

הקורס היה בשבילי חוויה שאי אפשר לתאר במילים

למדתי המון!! קיבלתי ידע, העצמה וביטחון

גם בהנקה, אבל כ"כ הרבה מעבר!

השקפה על אימהות, על התפקיד שלי, על הקשר עם התינוק, על הלידה עצמה,

ובצורה מקיפה מכל הכיוונים

פרקטיקה, כלים אימוניים והשקפה יהודית,

בצורה מאוזנת שמשאירה אותי אמא טובה בכל מצב,

אחרי כל שיעור הייתי מוצפת,

לא הצלחתי להירגע עד שלא העברתי לבעלי מילה במילה...

התוצאות היו מעל ומעבר למה שציפיתי

הגעתי מוכנה!

וב"ה היתה לי לידה מדהימה (ואני זוקפת המון לזכות סידרת 'מתחברות'),

הנקה חווייתית ומלאת חיבור לתינוק

הייתי מלאת ביטחון גם בקשיים של ההתחלה

ידעתי שהכל טבעי ונורמלי

ואני והבייבי צריכים את הזמן שלנו להכיר וללמוד אחד את השני

היום הבן שלי בן שנה ושלושה חודשים אוכל הכל וגם יונק מלא.

אני אסירת תודה לך אסתי שלימדת אותי את הדרך הזו

ומודה לה' ששלח אותי עוד לפני הלידה

לא גומרת להמליץ"

"לפני קצת יותר מ-4 שנים נולד הבן השני שלי
היה לי ברור שאני האמא הכי אלופה ויודעת להניק פרפקט
כמו בילד הקודם ... (מלבד הנקה נקיה שלא היתה לי)

וכאן הייתה בעיה:
היו לי כאבים חזקים מאד,
אז פשוט שאבתי ונתתי בבקבוק במשך חודשיים וחצי.

הרגשתי שכל היום הולך לי על לנקות בקבוקים לשאוב להאכיל וחוזר חלילה
יום אחד קיבלתי טלפון מחברה שיש מישהי שעושה קורס להנקה
והיא הולכת וכדאי לי ממש לבוא גם,
הרמתי טלפון לאסתי כדי לקבל פרטים על הקורס ושיתפתי אותה במה שקורה לי,

אחרי כמה דקות אסתי עלתה על הבעיה והנחתה אותי מה לעשות ואיך.
ואז היא אמרה לי: "תפסיקי לשאוב ותתחילי להניק!"
ומאז פשוט הצלחתי להניק רגיל!

שבועיים אחר כך התחיל הקורס ואני קיבלתי פרופורציות אחרות לחיים!
נהייתי אמא אחרת לגמרי, פתאום הבנתי **כמה אני משמעותית לילד שלי וההנקה היא לא
רק אוכל!!!**

אני כותבת וממש מתרגשת!!!
כי היום אני אמא אחרת לילדים שלי
קיבלתי תובנות מדהימות לחיים שלי בכלל ולהנקה בפרט
הנקתי את הבן שלי קרוב ממש לשנתיים בצורה נכונה ובריאה עם כל הבונוסים!
תודה לך אסתי על מה שהיית בשבילי, ונתת לי"

"שלום אסתי יקרה!"

זאת שליחות לכתוב לך ולהביא אמהות נוספות למקום המדהים שאני הגעתי דרכך
 ובזכותך!!!
 הדבר הכי משמעותי שחוויתי אצלך בקורס
 הוא תחושה חזקה שאפשר לסמוך עליך,
 מין מבוגר אחראי שאישור ממנו, מילה שלו, נקודת המבט שלו תתן לי את הביטחון שזה
 אכן כך.
 אני אמא לילד בכור (בן שנה ורבע יונק מלא בלי עין הרע לפי הכללים בדיוק)
 ובמהלך השנה האחרונה המשפטים - "אסתי אומרת, שמעתי בקו, שאלתי בקו, אבל אסתי
 אמרה" ועוד היו חלק מדובר מאד אצלנו
 אוסיף שגם שתי אחיותי היו בקורסים בעבר וזה היה שיח משותף
 שולחן שבת, מפגשים בגינה ועוד - בלי סוף דיברנו את הגישה שלך
אני מרגישה שהאמא שאני לילד שלי זה המון בזכותך ויש לי הכרת הטוב אליך!!!

ועוד דבר,

חווית ההצלחה שלי ותחושת הערך של "אני אמא טובה!"
 זה הבונוס הכי גדול של הקורס הזה שהוא חובה חובה!

אפשר לומר שציבור האמהות מתחלק לשתיים:
 מי ששייכת לאסתי בראון ומי שעוד לא, וזה שתי שפות של אמהות!
 וזה לא מליצה ולא פתגם יפה או משפט בשביל לשלוח,
 זה באמת מהאמת הכי עמוקה של הווייתנו האמהית.
 תודה מעומק הלב
 תמשיכי להפיץ את התורה הזו, כי לימוד היא צריכה

**בהערכה
 ציפי**

"שלום אסתי,

הייתי לפני לידה ראשונה והצטרפתי לקורס כדי להעשיר את הידע או יותר נכון: פשוט לדעת על הנקה וגידול ילד, מושגים שהיו לי חדשים כמובן והקורס שלך אסתי, הוא הרבה הרבה יותר מזה!
זה לא רק לימוד טכני איך עושים ומה עושים
זה הכנה ריגשית, פשוט מתנה לנפש!

התחלת ההנקה בימים שאחרי הלידה (וכן לכל אורך הדרך) היתה כל כך מענגת ולא שמבחינה פיזית הכל היה חלק, אלא שהעוצמות שקיבלתי בקורס והאמון העצום שזה נטע בי נתנו לי את הכוחות לעשות את התפקיד, ולא להתייאש מהכאב והקשיים.

אולי מיותר לציין:

כיום בני בן שנה פלוס, עדיין יונק באופן מלא וללא תחליפים בלע"ה, ברוך השם!
והרבה מאד בזכותך!

מילה קטנה ממני לכל מי שחושבת האם להירשם לקורס, ואולי מתלבטת...
הקורס של אסתי זה קורס שאי אפשר להסביר במילים מהו לדעתי הוא כל כך חשוב לאישה שעומדת לפני לידה,
הוא נותן מושגים שלא חשבנו עליהם!
והכי חשוב- **גם אישה שהניקה או מניקה ללא בעיות -תתן לעצמה מתנה לנפש,**
כמו שאמרת, אם תבחר להיות חלק מההצלחה הזאת!

**תודה לך אסתי,
בטוחה שזכויותיך רבות!
מירי לוי**

"הכל התחיל לפני שנתיים בדיוק,
שמעתי עליך מחברה ומאד נמשכתי, הבת השלישית שלי כבר היתה בת חודש,
אצל הראשונה פעלתי ע"פ הספר בדיוק כל מה שאמרו עשיתי,
בגיל חצי שנה מוצקים וכו' היא ינקה עד גיל שנה וחודשיים והיה לה קשה להפסיק אבל
מבחינתי - זהו היא כבר גדולה, כי כך אמרו לי.
את השניה הנקתי רק 5 חודשים ורק דרך בקבוקים ולא ישירות,
היא סבלה מאד בחצי שנה הראשונה שלה ובכתה המון,
ריפלוקס ועוד כל מיני תירוצים שהיום אני יודעת שיש מה לעשות וזאת לא סיבה.
אצל השלישית ב"ה בורא עולם שלח לי שליחה מיוחדת במינה, אותך יקרה!!!
הידע שלך עם כל ההסתכלות האמיתית השורשית פשוט משכו אותי עוד ועוד,
והמילים שלך כ"כ נגעו לליבי.
הקשבתי לדבריך בצמאון, והישום ב"ה היה קל ונעים,
קיבלתי גם מענה בכל שאלה או בעיה,

נתת לי המון כוחות ונטעת בי **סמכותיות ורוגע להתנהל נכון בכל החיים,**
ובפרט עם התינוקת שלי, ומה שזה עשה לקשר עם הבת שלי...
החיבור האהבה והקשר הנכון והאמיתי הזה הוא בזכותך,
אסתי כמה מילים שאכתוב זה לא יספיק!!!
אני כותבת לך ומתרגשת מאד!!!
רק בורא עולם יכול להחזיר ולשלם לך בכפל כפליים על כל פעלך הטוב!!!
הגיע אצלי למצב שכשהייתי בלחץ או לא הסתדר משהו,
בעלי אמר לי תתקשרי לבראון זה בטוח יעזור לך!!!
וזה היה כל כך נכון בכל שלב!!!
במשך שנתיים שלמות היתה הנקה נקיה לגמרי, שזה לכשעצמו נתן לי המון כוחות!!!
ההצלחה שלי היא בזכותך!

תמשיכי לעשות עוד בקרב נשים שצמאות או לא מודעות בעמ"

ותהיי שליחה טובה בכל מעשייך
הקב"ה ישלם לך בטוב ובנעימים בילדים שלך והארת השם הפרטית שלך!

מעריכה אותך מאד
ולא מפסיקה להודות על הזכות שנפלה בחלקי להכיר אישה מיוחדת כ"כ שהאירה את
עולמי!!!"

רות מהדרום

"אסתי יקרה,

התחברתי לקו שלך בהמלצת חברה.
הייתי לפני לידה ראשונה מלאת רצון להנקה מלאה וארוכה,
אך לא ידעתי מה מצפה לי, בכל זאת פעם ראשונה בחיים.
לאחר האזנה לתכנים בקו ובפרט לקורס "מתחברות" שאהבתי מאד,
החלטתי להירשם לקורס ההנקה המלא.
אמנם רציתי קורס פרונטלי אבל כבר לא התקיים יותר,
אז נרשמתי בחשש לקורס הטלפוני בתקווה שאבין גם דרך הטלפון
ואני לא מתחרטת לרגע!!

הבנתי שמעבר לצורת ההנקה שפשוט ללמוד אותה, הנקה היא בראש!
ואת זה אין שום בעיה להעביר טלפונית
מעבר לכך קיבלתי סיכומים מסודרים למייל, כך שלא היה חסר מעבר.

אני ב"ה מניקה מלא ובשמחה כבר חצי שנה!
ומתכוונת להמשיך הלאה בעז"ה.
במהלך הקורס למדתי להיות שלמה עם עצמי ועם הטוב שאני מ(ע)ניקה לבן שלי.
אני לא נבהלת ממילים ומתגובות של אנשים שמנסים להחליש אותי

ומשתדלת לחזק אחרות.
גם כשהיו לי שאלות היית זמינה וענית מכל הלב!

מעריכה מאד

נ.ב.

לא יכולתי שלא לצרף לך תמונה קטנה
רק שתראי את הפירות שלך"

פעסי

"אין לי מילים להודות לך על כל השיעורים המושלמים,
את פשוט אלופה!!
שינית לי כל כך הרבה דברים
אני לוקחת את ההנקה בכיף ובאהבה
זה ההפך הגמור ממה שהיית...
בקיצור הכל בזכותך!!!"

עדכון אחרי כמה חודשים:

אסתי האלופההה שבוע טוב
אין לי מילים איך להודות לך, את מלאךךך!!!
ההנקה פשוט מושלמת ועוד עברנו 2 צומות!
שבדרך כלל היו בשבילי נקודות המשבר בהנקה
ועכשיו ההנקה פשוט זורמת לי ב"ה, התינוקת שלי בת כמעט חצי שנה והיא כזו מפותחת
בלי העין הרע והדובדבן שבקצפת שההנקה שלי נקיה!!!
מאמינה!? אני שתמיד מקבלת בהנקה מידי חודש בחודשו לא מקבלת....
את כזו מתוקה איזה כיף לשמוע אותך,

בדיוק לפני כמה ימים שמעתי את השיעור בונס וזה שיעור מאלףףף
 חחחח לא נעים לי איך אני מחמיאה לך ככה
 אבל זה פשוט מגיע לך
 אין לי מילים פשוט תודה ענקית וממש כיף שיש אנשים כמוך בעולם!"

ר' קורץ מהצפון

"התוכן שאת נותנת הוא באמת מכרה של זהב!
 עשה לי שינוי בכל מהלך החיים
 הוסיף לי המון אמונה תמימה ורוגע מיוחד!
 אני ממש מודה לך מכל הלב!"

נ.ק.

"פשוט אין לי מילים! אני מרוגשת!
 הקורס מעל לכל הציפיות...
 כל שיעור כל כך מלא טעם, ותוכן, ורגש, ואנרגיות שמאיפה את מביאה אותן? כמו תמיד.
 באיזשהו מקום, לקח לי הרבה זמן להגיע לקורס
 דווקא מכיוון שברוך ה' אני מאד מצליחה בהנקה,
 ותמ"ל לא נכנס אלי הביתה אבל רציתי יותר... בזכותך!
 ואני מרגישה לא פחות ממהפך
 בעיקר במחשבות ובחיבור הרגשי, ברצון, ובשמחה, אלו לא סתם מילים"

טובי ז'

"כאמא למשפחה ברוכה וכחובבת הנקה,
שמחתי מאד להשתתף בקורס המחכים של אסתי בראון
אני כ"כ אוהבת לשמוע את השיעורים בקו שלה
ומשך אותי להשתתף בקורס
אפילו שלא היו לי בכלל קשיים בהנקה נרשמתי לקורס אחרי לידה מתקדמת
הידע הנרחב של אסתי ממש תרם לי והעשיר את ידיעותי.
נהניתי מאד, ואני ממליצה לכל אחת בכל שלב,
אמא צעירה, אמא ותיקה וסבתות!"

אילה טרופר

"הגעתי לקורס של אסתי מיואשת,
לאחר שהנקתי את בתי הגדולה עד גיל 7 חודשים בלבד ותמיד בשילוב תוספות.
אחותי שהיתה בקורס ונהנתה לא רגיל אמרה לי שאין לי מה להפסיד.
הלכתי והתפללתי לד' שאסתי תהיה שליחה נאמנה,
בני השני היה אז בן חודשיים - והייתי דקה לפני הפסקת ההנקה
אבל איך שהתחלתי את הקורס - הכל השתנה!
התמלאתי באמונה וביטחון בה' ששלח לי את הילד ישלח לי את החלב בשבילו ואת כל מה
שצריך וכו'.
ואכן כך היה!
אחרי חודש כבר התחלתי להוריד את התוספות
ואחרי חודשיים הגעתי להנקה מלאה ובלעדית!
והבן שלי היה רגוע ושליו ושמח וטוב
הנקתי אותו שנה ושבעה חודשים - הנקה מ-ל-א-ה!
מגיל שנה הוא אכל טעימות קלות מכל דבר אבל התבסס על ההנקה
את השלישי אני מניקה כבר שנה וחודשיים,
הנקה מלאה, הנקה מוצלחת ויעילה כיפית וטובה

ואסתי השליחה המדהימה, ד' ישלח לך את כל הטוב שבעולם
תמשיכי לעשות טוב לאנשים ולעזור ולסייע לכולם!"

סאסי שטיין

"היי אסתי היקרה!!!"

רציתי לומר תודה ענקית על כל מילה ומילה שלך ששווה זהב בדיוק כמו כל טיפת חלב
אצל שתי בנותי הגדולות חוויתי הנקה וגידול עם המון קשיים וצרחות ללא הפסקה,
תמ"ל במקום לשאוב וכו', הנקה לפי שעון, מחשבות שמימשו את עצמן וכמובן שלא
הרווחתי בונסים ...

אני רוצה לומר לך שהחיים שלי השתנו לטובה!
פשוט מהפך מהקצה אל הקצה!
התינוקת רגועה נינוחה חייכנית ומצליחה לישון,
והכי חשוב מחוברת מאוד מאוד לאמא!
זכיתי שאפילו לא טעמה תמ"ל מרגע הלידה ... והנקה ב"ה נקיה!
אני חולמת להניק אותה שנתיים מלאות!
שה' יעזור לי... אני פשוט רוצה מאודד להעניק לילדה שלי את הטוב ביותר!
אז הכל בזכותך וכל מילה שלך נכנסת ללב!
שתזכי להגיע לעוד המון נשים והלוואי ולכל נשות ישראל!!!"

שושנה ס.

"השתתפתי בקורס הטלפוני
 ואני עדיין עמוק בתוך התכנים, אין מילים!
 כמה תוכן, ידע וכלים!
 אני מרגישה ציפיה מתוקה מתוקה ללידה, וזה הרבה בזכותך.
 כ"כ נהייתי מהחומר ההשקפתי, התפקיד האימהי, ודעת תורה.
 הכל מונגש בצורה ברורה ונהירה.
 זה לא קורס הנקה - זה קורס לחיים, נוגע ביחסים בין אישה לסובבים אותה בכלל ובפרט
 עם הילדים והתינוק היונק.
 תודה ענקית על הכל!"

בתיה בורד

"אני חודש אחרי החזרה לעבודה
 ורוצה לעדכן שמה שאמרת לי היה יעיל ב"ה.
 אכן מספיקות לילד 2 מנות כשהוא במעון.
 החזרה היתה לי קשה מאוד והמטפלת הלחיצה אותי
 התקשרתי פעמיים למענה של הצוות המקצועי שלך כדי לקבל חיזוק שאני נותנת מספיק
 (גם בעלי תמך כל הזמן ועודד אותי שהילד לא רעב ולא חסר לו כלום)
 והרבה תפילות שאצליח לשאוב יותר וליהנות מזה ושלא אהיה כ"כ בלחץ כל פעם.
 השתדלתי בשאיבות להרפות ולא לשבת רק בלחץ כל הזמן לראות כמה יוצא,
 אלא לשבת נינוחה ולהאמין שה' יכול הכל!"

ב"ה עכשיו כחודש אחרי אני מצליחה לשאוב 2 מנות של 120 מ"ל והבייבי מרוצה ורגוע
 אז תודה על כל הליווי, התמיכה והמענה שנותן כוח וחוזק!
 הקורס שינה אותי מאוד בהכל, אני מרגישה שנהייתי אישה אופטימית יותר, נינוחה יותר
 ושמחה.

ממש תודה ושה' יעזור הלאה שתהיי שליחה טובה!"

מלכי

"אני מתכנתת במקצועי.

לפני שחזרתי לעבודה נרשמתי לקורס של אסתי בהמלצה של אחותי.
חברות שהן מורות וגננות אמרו לי: חבל על הזמן שלך, זה מתאים רק לאמהות שנמצאות
יותר שעות בבית,
וזה לא נכון.

הקורס נתן לי המון! קיבלתי כלים מבחינה רגשית,
פתרונות ליציאה מהבית, והדרכה לשאיבות.
והצלחתי!

הקורס גרם לי לחיבור ריגשי מדהים לתינוקת שלי
ואני יכולה לגלות שהנקתי אותה עד גיל שנה ושמונה חודשים – הנקה נקיה!
אני ממליצה לכל אחת ללמוד איך להניק בצורה נכונה"

חני מושקוביץ

אסתי,

אין בפי מילים להודות לך
שהיית בשבילי שליחה משמים לשנות גישה ולשנות מבט על חיי האמהות.
ב"ה חגגנו בבית לכבוד 24 חודשים לתינוק שלנו...
לא האמנתי שהשיטה תעבוד גם עלי וב"ה זה קרה
תודה על הכל!
ה' ישלם שכרך!

ט. זיידה



**מזמינה גם אותך,
להתחבר לעצמך ולתינוק שלך.**



מגיע לך להיות אמא מחוברת!

לכל שאלה התקשרי 054-8461209
להתייעצות עם צוות היועצות המקצועי שלנו.

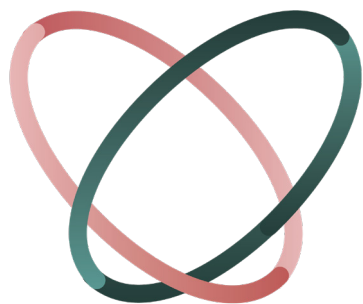


רוצה להכיר?
חייגי כעת לקו אמא מחוברת
במס' **076-5997888**
ותהני מתכנים עוצמתיים ללא עלות.



ניתן לפנות אלינו גם במייל:
info@estybraun.co.il





אסתי בראון

להיות אמא מחוברת