

Agata po śmierci brata zmieniła życie, dziś pomaga ludziom

data aktualizacji: 2020.02.26 autor: Justyna Napierała



Agata Szymańska przez lata pracowała w korporacji, dziś zdecydowała się na inną drogę. (archiwum Agaty Szymańskiej)

Ponad rok temu przeżyła jak mówi niewyobrażalną tragedię, wskutek nowotworu jelit zmarł jej ukochany brat Jacek, już wtedy bardzo dużo wiedziała o tej podstępnej chorobie i postanowiła uświadamić ludziom jak ważna jest dbałość o siebie.

Dziś w każdą środę zaprasza do mszczonowskiej pizzerii na osiedlu Północ, gdzie w godzinach od 19 do 20 odbywają się spotkania.

Agata Szymańska do niedawna była wiecznie zapracowaną kobietą, karierę robiła w warszawskiej korporacji, dodatkowo jak na pasjonatkę sportu przystało prowadziła zajęcia sportowe dla pań w Mszczonowie.

Po śmierci brata powiedziała dość, podjęła ryzyko i zamknęła etap korporacji.

Dziś oddaje to co dostała w trudnym dla siebie momencie, rozmowy, porady i wiedzę jak dbać o zdrowie.

-Tak wiele możemy sami dla siebie zrobić a często wydaje się nam, że jesteśmy maszynami nie do zdarcia - mówi Agata Szymańska.

- Mamy na wszystko receptę, najlepsza jest tabletki przeciwbólowa ale to do czasu - dodaje.

Przyznaje, że smutek, zmęczenie, brak siły tego przyczyną mogą być zanieczyszczone jelita, często nazywane drugim mózgiem. Ona sama poleca detoks kilkudniowy, pod jej czujnym okiem.

Włącza w profilaktykę aloes, który wewnątrz organizmu działa cuda, naprawia miejsca, które mają jakieś ubytki.

Przyznaje, że po czterech dniach stosowania programu kobiety są już inne, mają więcej energii i dużo lepiej wyglądają, co dodaje im sił, by dalej dbać o siebie.

Spotyka się z nimi w każdą środę. Dodatkowo ważny jest ruch przyznaje, chociażby spacer, codzienna gimnastyka.

- Dziś oddaję to co dostałam, kiedy byłam w wielkim bólu, rozmowy z innymi pozwoliły mi się pozbierać, teraz sama wspieram ludzi - mówi.

Niestety często przez lata my sami doprowadzamy się do ciężkich schorzeń a organizmy dają znaki, chociażby bólem, czy osłabieniem, które często jest lekceważone.

- Pora się obudzić i działać dla siebie - przyznaje mieszkanka Mszczonowa.

Nie można jeść niedbale, zaleca się pięć posiłków dziennie, przygotowanych dzień wcześniej do tego aloes i białko, ale w ustalonych parametrach.

Źródło: <https://zyrardow.eglos.pl/aktualnosci/item/34756-agata-po-smierci-brata-zmieniła-zycie-dzis-pomaga-ludziom>