

36 éves vagyok, egy szüleéssel a háttérrel nőként.
Valójában már a születés előtt is gondom volt a súlyommal. Mindegyféle módszert kipróbáltam, de 3 hónapnál egy sem tartott tovább és utána több jött vissza, mint amennyi lement. A tu-beu láblam erről a módszerről egy riportot és úgy gondoltam, hogy talán orvosi segítséggel menni fog az, ami eddig egyedül nem sikerült. Hittém egy időpontot, ahol minden lehetőséget elmondtak. Én a fogószira programot választottam. A célom - hogy, aminek a felém már túl vagyok 5 hónap alatt és nem kellett semmilyen szoptatásba kezdenem. Az életmódomat változtattam meg az étrend és a mozgás terén egyaránt. Minél többet fogok, annál nagyobb a motiváció arra, hogy tovább folytassam a programot megerőltetés nélkül. Remélem, hogy a folytatásom meghozza a várva várt eredményt és végre 15 év után újra jól fogom érezni magam a bőrömben.

Sz. Tünde

Budapest

Email cím: szamoni@t-email.hu