



## **MAŁGORZATA MOSTOWSKA**

Joginka i nauczycielka jogi, trenerka zdrowego stylu życia, blogerka. Ukończyła studia o kierunku psychodietetyka. Zgodnie z teorią Hipokratesa uważa, że odpowiednia dieta może okazać się najlepszym lekarstwem na przeróżne dolegliwości, a swoją wiedzę na ten temat dzieli się z poszukującymi pomocy kobietami. W Indiach poznała tajniki kuchni ajurwedyjskiej oraz podejścia do życia zgodnego z zasadami ajurwedy. Wiedzę tą dzieli się, pisząc artykuły na swoim blogu oraz ucząc kobiety, jak prawdziwie i mądrze zadbać o siebie, nie rezygnując całkowicie z ulubionych przyzwyczajeń. Pasjonuje się rozwojem osobistym i zdrowym stylem życia.