

Жительница США приписывает свое долголетие ежедневным пешим прогулкам и диете. Шекели подчеркнула, что каждый день она проходит не менее 1,6 км пешком, часто в сопровождении подруги.

В молодые годы Сзекели регулярно занималась пилатесом. Она придерживается диеты, богатой йогуртом, бананами, цельными злаками, салатами, рыбой и печеным картофелем.

Шекели также ценит «постоянное самосовершенствование». Она часто посещает спектакли и оперы, с удовольствием общается с гостями спа-салона, одним из основателей которого она стала в 1940 году, и страстно любит изучать языки. Она свободно говорит по-французски, ежедневно использует испанский и немного знает немецкий.

Материалы новостного характера нельзя приравнивать к назначению врача. Перед принятием решения посоветуйтесь со специалистом.