

Hej alle derude, jeg vil lige fortælle om mit første tid i min livsstils ændring, med netslank.

Jeg hedder Camilla er 27 år, er uddannet kok og arbejder for firmet Cheval Blanc.

Jeg har i mange år tænkt, at jeg selv kunne klare det at tabe mig, da jeg med min uddannelse sagtens vidste hvad jeg skulle spise, men indså, at det var mængder der var mit problem, kunne bare spise og spise, også selv om man synes det var sund kost.

Jeg havde prøvet alle mulige ting, det hjælp altid lidt, men tog det hele på igen og mere til.

Så da jeg en dag begyndte at få ondt i mine knæ, og stod på vægten og så den var rundet de 144,9, den højeste vægt, jeg har været på. Da kunne jeg tage den beslutning, at jeg havde brug for hjælp.

Jeg kontaktede Majbritt, som havde lært mig op i køkken fri fornuft på arbejdet.

I midten af januar startede jeg på min livsstils ændring og IKKE kur.

Det var en rigtig hård beslutning at tage og det var meget hårdt i starten, da man jo nærmest tog en kold tyrker, det var ikke særlig sjov, der kom mange tåre, da jeg rigtig skulle sige farvel til alt mit brød, det var ikke så meget sukkeret, jo sukkeret i brødet, jeg ikke kunne undvære, men jeg kunne/kan godt lide chips og især popcorn. Også var det især det at jeg ikke havde en mæthed fornemmelse, der var det største problem, så hvis jeg forsatte med den kost jeg havde, så ville det jo ende galt. **Den gamle kost skulle simpelthen lægges på hylden.**

Men selvom det var hårdt, kunne jeg jo tydelig se hvordan kiloene raslede af mig, da jeg fulgte den madplan Majbritt havde lavet til mig.

Men hold nu op det var svært at undvære brødet, og faldt da bestemt også i ting, der ikke var så godt at spise.

Men jeg har og skal have den indstilling "lidt men godt" Jeg vil ikke forbydes alt det jeg gerne vil have, så kører jeg bare surt i det igen, og ryger tilbage i det gamle igen. Og det har jeg prøvet alt for mange gange.

Jeg ved, at jeg kan og jeg vil forsætte til mit mål er nået og jeg ved, at jeg kan holde det, med det her forløb på netslank, hos Majbritt

Jeg har i dag rundet det 17,1 kg og er godt på vej til 20 kg, så jeg er bare rigtig rigtig glad for at netslank er til og man kan bare se det virker.

Alt held og lykke til alle der ude, vi ved, vi kan alle sammen, selv om det ser lidt umuligt ud nogen gange.

Camilla Moesgaard Sørensen