

Jeanette tog på af lykkepiller:

SLANK OG GLAD IGEN

Da Jeanette blev ramt af en alvorlig depression, fik hun ordineret lykkepiller af sin læge. Desværre tog hun 25 kilo på af pillerne, og kiloene var ikke nemme at komme af med igen. Men Jeanettes bedste veninde var der for hende med støtte og opmuntring, og hun er nu nede på den vægt, hun havde, før hun blev ramt af sit livs nedtur.

Klar til forår og sommer i jakke til 1499,-, vest til 999,-, strik til 699,- og nederdel til 1199,-. Alt fra By Groth. Sandaler i solv fra H & M til 179,- kr.

FRA **XL** TIL SLANK

Som hun står der og stråler i forårets klare, friske farver – smuk og sund – er det svært at forstå, hvad Jeanette Petersen har været igennem.

For kort tid siden kunne den 34-årige kvinde ikke se lys for enden af tunnelen. Hun var ramt af en depression og følte, at alt var gået i sort. Hendes læge ordinerede hende derfor lykkepiller.

– Jeg tog 25 kilo på af medicinen. Det var bestemt ikke rart. Jeg undgik mit spejlbillede og kunne ikke holde ud at se på min krop. Jeg skammede mig helt enormt over mig selv.

Jeanettes stemme bliver alvorlig, når hun taler om de måneder, hvor hun nærmest ikke magtede sit liv. Selv om Jeanette isolerede sig, svigtede hendes bedste veninde hende ikke. 31-årige Bethina besluttede sig for, at Jeanette skulle med ned og træne, om hun så skulle tage Jeanette i hånden og trække hende ned i træningscentret.

– Bethina har været en uvurderlig støtte. Hun hjalp mig, da jeg havde det sværest. Hun bakkede mig op i min beslutning om at tabe mig, og vi udvekslede op-



Jeanette gemte sig typisk i store, uformelige trøjer.



Navn: Jeanette Petersen
Alder: 34
Bopæl: Gladsaxe
Stilling: Social- og sundhedshjælper
Vægt før: 105
Højde: 174
Tøjstørrelse før: 50
Tøjstørrelse nu: 40
Sådan tabte jeg mig: Kostomlægning og motion

– Jeg er helt vild med den kjole. Jeg havde aldrig selv fundet det sæt, udbrød Jeanette begejstret, da hun trak i endnu et sæt fra By Groth. Kjole til 1199,- og frakke til 2199,-.

skrifter og trænedes sammen. Hun har en stor del af æren for, at jeg er glad igen, forklarer en taknemmelig Jeanette. Fra at være en størrelse 50, passer Jeanette i dag en størrelse 40. Hun har tabt sig godt 25 kilo fra 105 til 80.

– Det har ikke været nemt. For jeg elsker mad og er typen, der spiser med øjnene. Derfor bruger jeg enorm lang tid på at anrette min mad. Jeg går meget op i farvesammensætningen på min tallerken. Det skal se indbydende ud, og så spiser jeg rucola-salat på alt. Jeg bruger det nærmest som krydderi,

SANNES RÅD TIL JEANETTE:

– Jeanette har nogle helt fantastiske stærke, blå øjne. Dem bør hun understrege så meget som muligt. Jeg har brugt en lys perlemorsskygge på hele øjet for at "åbne" det og løfte brynene. Skyggen har jeg tonet ud med en kobberfarvet skygge, der fremhæver det blå i hendes øjne. Til sidst har jeg lagt en brun skygge i globelinjen og lidt blå skygge midt på øjet. Et godt trick er at bruge en hvid eyeliner på øjets væde



Sanne giver Jeanettes ansigt de rette flatterende skygger med rougen.

Jeanette med bedsteveninden Bethina, 31, der var der for Jeanette, da hun var allerlængst nede.



JEANETTES SLANKERÅD:

– Jeg laver en slags smoothies med fedtfattig yoghurt, frossen frugt og eventuelt lidt vand. Det blander jeg sammen, og smagen er både sund og sød. Desuden mætter det rigtig godt, forklarer Jeanette.

forklarer Jeanette.

Hun vil gerne tabe sig yderligere 10 kilo. Et mål, hun regner med er realistisk.

– Jeg spiser sundt, grønt og fedtfattigt, og så motionerer jeg meget. Jeg cykler på motionscykel, og en overgang boksetrænede jeg. Det gav virkelig sved på panden, forklarer Jeanette.

Hun har et ømt punkt med sit lange hår, for hun er ikke meget for at blive klippet og forklarer, at for hende er det værre at gå til frisør end til tandlæge.

– Jeg kan godt se, at mit hår trænger, og så mangler jeg inspiration med hensyn til mit tøj. Jeg ender altid i det samme – nemlig jeans og bluse. Det kunne være rart med lidt variation. Desuden synes jeg, det er svært at finde rundt i størrelserne.



Tekst: RIKKE HAST
Foto: GREGERS KIRDORF
Stylist: SANNE JUNKUHN HOLM

Læs i næste uge:

ENDELIG KAN JEG LEGE MED MINE BØRN



Med sine 148 kilo var Susanne bange for at lege med sine børn. Hun frygtede, at gyngen ville knække, hvis hun satte sig op på den. I lang tid forsøgte hun at fortrænge tanker om sin overvægt. Men da en veninde begyndte at tale om slankekur, indså hun, at noget måtte gøres. I dag er Susanne 68 kilo lettere – slank og fuldt ud i stand til at tumle med sine børn.