

NYT JOB GAV VÆGTTAB

Carina begyndte at trøstespise af ked-somhed. Hun var sygemeldt og kunne ikke bevæge sig på grund af et dårligt knæ. Hurtigt tog hun 13 kilo på, en vægtøgning, der virkede voldsom fordelt på hendes 162 centimeter. Men da hun fik et fysisk krævende job som rengøringsskift, skete der noget.

Carina tog på, da hun gik hjemme med et dårligt knæ. Den nu 23-årige unge kvinde kedede sig bravt og fik tiden til at gå med at trøstespise.

Det viste sig at være en rigtig dårlig idé. Carina tog hurtigt 13 kilo på, men havde svært ved selv at se, at hun var blevet for stor. Godt nok mente hun, at det var lidt vanskeligt at finde tøj, der sad godt, men hun havde det jo egentligt o.k.

Da Carinas knæ var helet, og hun begyndte at arbejde som rengøringsassistent, skete der imidlertid noget.

– Jeg var pludselig i gang hele dagen. Det var afsindigt hårdt fysisk. Ofte vaskede jeg trapper, og det giver en god kondition. Samtidig skete der det, at jeg fik en ny kæreste. Han er meget glad for grøntsager, så jeg begyndte at lave sunder mad og eksperimentere med en masse forskelligt sundt og grønt, forklarer Carina, der har brug for hjælp til at komme ud af den stil, hun føler, hun er groet fast i.



Trøstespising fik kiloene til at sætte sig på Carinas krop i løbet af meget kort tid.

– Jeg vil så gerne have ny inspiration. Det tøj, jeg går i, var smart engang for længe siden. Sådan føler jeg det i hvert fald. Oftest ender jeg i en hvid eller en lyserød bluse og så sorte bukser. For eksempel har jeg kun ét par jeans. I sommer forsøgte jeg mig med en nederdel, men det gik slet ikke. Jeg følte mig som en klump, selv om jeg har tabt mig. Nu trænger jeg til, at der sker noget nyt, siger Carina, der blandt andet drømmer om et stort og fyldigt hår, men ved, at det nok må blive ved fantasien, da hendes hår er typisk nordisk: flyvsk, fint og lyst.

Navn: Carina Bach
Alder: 23
Bopæl: Middelfart
Stilling: Rengøringsassistent
Højde: 162
Vægt før: 74
Vægt nu: 61
Tojstørrelse før: 44
Tojstørrelse nu: 38
Sådan tabte jeg mig: Begyndte at arbejde, hvilket betød mere motion og mindre mad.



Carina i bluse fra Hawaleschka, buks fra Filippa K, bælte fra Gucci og støvler fra Gardenia – udlånt af Zone i Fredericia.



Hos Salon Epcut i Fredericia valgte Sanne at klippe Carinas pandehår kort.

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



Sanne sørger for, at Carinas fine hår får mere fylde.



Med markerede øjne og et nyt friskt look er Carina klar til at komme hjem og overraske kæresten.

STYLISTENS RÅD TIL CARINA

Carina drømmer om et stort hår, men er fra naturens side udstyret med et fint et af slagsen. Det er vigtigt for hende, når hun styler sit hår, at vælge produkter, der ikke er våde. Hun skal vælge dem, der "støver" fint, ellers vil hun opleve, at håret klasker sammen og ser ud af mindre. Carina kan ved at indramme sine øjne med eyeliner og øjenskygge få en rigtig flot "Bambi-effekt", hvilket vil sige store, udtryksfulde øjne. Hun vil ligeledes have glæde af at bruge en læbeblyant til at markere sine læber, før hun lægger læbestift på. Med hensyn til tøjet, så er der masser af muligheder. Carina kan hoppe i mange stilarter og kan sagtens forsøge sig lidt frem. Blandt andet klæder det hende godt med jeans og en frisk lidt drenge-agtig stil. Hun skal være modig.

FRA XL TIL SLANK

CARINAS SLANKERÅD:

Spis flere grøntsager – de indeholder få kalorier og mætter godt og længe. Vær ikke bange for at prøve nogle nye.

LÆS I NÆSTE UGE: LAGDE KOSTEN OM OG TABTE SIG

Susanne har altid været en stor pige. Uadtil var hun glad og smilende, men indeni var hun ked af de mange ekstra kilo. Hun forsøgte alt for at tabe sig: piller, pulvere og forskellige slankekure. Men det gav først resultat, da hun besluttede at lægge sin kost om. I dag vejer Susanne 20 kilo mindre.

