

Mor & datter

Nicoline, 22 år og Lone, 55 år har begge deltaget på Livsstilsholdet i efteråret 2011.

FØR



EFTER



Nicoline; ”Jeg kan ikke huske, hvornår jeg sidste har været normalvægtig. Lige så længe jeg kan huske, er jeg blevet mobbet med min vægt, både i skolen og på arbejdspladser. Hver dag var en krise, når jeg skulle have tøj på, jeg hadede mit spejl billede! At deltage på Livsstilsholdet har vist sig at være den bedste beslutning, jeg nogensinde har taget for mig selv. Jeg har tabt 16,5 kilo på forløbet. Det har ikke altid været lige nemt. Til tider har det været hårdt, og her var det virkelig rart at have sin personlige coach. Den dag i dag, vil jeg ikke bytte det for noget i verden. Ikke blot har jeg tabt mig, jeg har også lært en masse om mig selv, og hvor meget jeg egentlig er i stand til.”



Lone; ”Jeg har altid været lettere overvægtig. Da jeg stoppede med at ryge for 1 ½ år siden, steg vægten med yderligere 10 kg. Jeg blev derfor utrolig glad, da jeg hørte om Livsstilsholdet. Jeg meldte mig straks til, og det har jeg ikke fortrudt et eneste øjeblik. Jeg har tabt 15,5 kilo på under 3 måneder. Det har indimellem været hårdt, men er kommet igennem med støtte og opbakning fra min personlige coach. Det har været det hele værd.”