

Thomas på 22 år tabte 40 kilo

Endelig tør Thomas tage skjorten af

Thomas på 22 år var næsten blevet menneskesky. I dag takker han EasyLife programmet for, at han tabte sig fra 132 kilo til 92 kilo og fik et helt nyt liv.

"Nu vil jeg tage skjorten af, så snart vejret er til det. Det kan du være sikker på. For det her har jeg længe set frem til", jubler den 22-årige, som var aktiv idrætsudøver som dreng helt frem til knallerten overtog føringen i hans liv. I løbet af 1 år ved militæret og 2 år som student gik det helt galt. Kiloene hang ved, et efter et. I alt tog han 40 kilo på i løbet af de 3 år.

"Det begyndte med, at jeg fik et stillesiddende arbejde i militæret. Jeg sad på kontor, og så spiste jeg det samme som gutterne, der kom hjem fra øvelser i skoven. Det skulle jo gå galt. Så blev det til 2 år ved dataingeniørstudiet. Det blev endnu værre. De 20 kilo blev til 40 kilo i løbet af 2 år. Jeg flyttede i studenterhybel og levede af slik og cola. Hvis jeg blev sulten, spiste jeg bare nogle flere chips og mere chokolade, som jeg havde i skabet", fortæller Thomas, som blev helt asocial i løbet af 2 år.

Han ville ikke ses

Det gik helt ad H til både med studierne og det sociale liv. Det første havde den unge mand slet og ret ikke energi til. Det andet havde han ikke lyst til.

"Jeg ville ikke ses af andre. Hvis familie og venner spurgte, om jeg ville med Syd på, svarede jeg "hvad skal jeg lave der med skjorte på og i skyggen?" Thomas' badevægt viste på dette tidspunkt 135 kilo.

Men så skete der noget. En dag lå EasyLife magasinet i hans postkasse. Det var et held for den 22-årige, som blev skubbet i gang af sin familie. På 4 måneder sank pilen på vægten fra 132 til 92 kilo. Siden har den ligget stabilt lige over 90 kilo. Thomas spiser helt anderledes end tidligere, samtidig med at han også er begyndt at træne igen. Nu går han til styrketræning 3 gange om ugen for at stramme kroppen op.

Han har fået ny energi

Men det har taget tid, selv for en fyr med skolerekord i terrænløb.

"På fodboldbanen var der heller ingen, der kunne løbe fra mig. Jeg var aktiv hele tiden, cyklede med aviser osv. Men da jeg fik knallert og senere bil, blev jeg lad og initiativløs. Energien var væk", fortæller Thomas.

I dag har han derimod 2 job - et i børnehaven og et på sygehuset. Han tipper på, at det til sammen er halvanden stilling. Energien er vendt tilbage.

"Det havde aldrig kunnet lade sig gøre før", smiler den 22-årige, som ikke længere er bange for at blive set, hvad enten det er på stranden eller i byen en lørdag aften. Thomas har på mange måder fået livet tilbage, takket være EasyLife programmet.



Se hvor flot og slank Thomas er blevet. Han var så tung og fed, at han ikke engang vovede sig ud mellem folk. Nu er det kun få som genkender ham. 40 kilo lettere end før han blev deltager i EasyLife programmet. Her går han på stranden med blikket rettet mod næste sommer.



Thomas har omlagt sin livsstil efter at have gennemført EasyLife programmet. Her er han i gang med en af sine tre ugentlige styrketræningstimer i fitnesscentret.

Få mere energi