

JAKPAK JE DNES U NĀ•S DOMA? - ASI TAKY HEZKY, CO JĀ• VĀ•M?

NedĀ•le, 28 kvĀ•ten 2023

Od toho okamĀ•iku, co mne synek seĀ•val, Ā•e se chovĀ•m totĀ•lnĀ• nepatĀ•iĀ•nĀ• (cpanĀ• se sladkostma je prej velice f to dokonce nechutnĀ• zobrazilo i na mĀ•m zdravĀ•, se snaĀ•m. Jsem tedy na koncentraciĀ•nickĀ• dietĀ•, kterĀ• mi mĀ•j pro No, aĀ• je to k nevĀ•Ā•me, funguje to. Dopoledne ovoce, odpoledne zelenina. A pohyb. Brrrr. DosavadnĀ• vĀ•sledek? PĀ•t mastnĀ•ch kil je pryĀ•.

MĀ• neladnĀ• tĀ•lo vplulo do domu, kde se normĀ•lnĀ• nejĀ•. Tedy, aby mi bylo rozumĀ•no: JĀ•, ale ne normĀ•lnĀ•.

Matka rodu, mĀ•j dcera, od mlĀ•dĀ• hubne, cviĀ•Ā•, pĀ•ibĀ•rĀ•j, hubne, cviĀ•Ā•, pĀ•ibĀ•rĀ•j.... V souĀ•asnĀ• dobĀ• se stravuje dĀ•usy z nejĀ•znĀ•jĀ•ch zelenin. A cviĀ•Ā•...

Kdyby tohle Ā•etla, asi by to zrovna neodsouhlasila, ale fakt je, Ā•e jsem pĀ•esvĀ•dĀ•enĀ•j, Ā•e je vĀ•cemĀ•nĀ• v rozepĀ•mi se svĀ•m metabolismem. JejĀ• tĀ•lo si kaĀ•dou zĀ•skanou kalorií uloĀ• do toho nejhlubĀ•ho sejfu - a nedĀ•! TakĀ•e to, co snĀ•m jĀ•j, mĀ•m tĀ•lem projde, kdeĀ•to u nĀ• vĀ•jechno zuĀ•itkovatelnĀ• zĀ•stane na vĀ•ky. Nebo do pĀ•Ā•jĀ• pĀ•Ā•jĀ• diety...

Ale dost pomlouvĀ•nĀ•, v souĀ•asnosti vypadĀ•j dobĀ•me, i kdyĀ• jejĀ• dennĀ• pĀ•dĀ•l by bĀ•Ā•m strĀ•vnĀ•kĀ•m nestaĀ•il ani k snĀ•dani.

VnouĀ•ek je guru zdravĀ• vĀ•Ā•ivy. VysokĀ•, Ā•tĀ•hlĀ•, velmi pohlednĀ•, pokud zrovna nebĀ•hĀ•j, nenĀ• v posilovnĀ•, neplave, nebo necviĀ•Ā• nĀ•jakĀ• zhĀ•vĀ•ilĀ• cviky, tak se uĀ•Ā•. JedenadvacetiletĀ• sympatĀ•k.

VnuĀ•ka, dvacetiletĀ• Ā•tĀ•hlĀ• blondĀ•nka si "vaĀ•" taky sama. JejĀ• porce by vyhladovĀ•ly vrabce. Ale ona vypadĀ•j super. Studuje a vzhledem k tomu, Ā•e to lze dĀ•ky studiu z domova nĀ•jak sĀ•Ā•tat, tak uĀ• mĀ•j Ā•spĀ•Ā•nĀ• nastudovĀ•n tĀ•mĀ• celĀ• roĀ•nĀ•k navĀ•c. TakĀ•e teĀ• jste trochu v obraze.

Mj. tady se nenajde nic, co by pĀ•ipomĀ•nalo chleba. Fuj. NormĀ•lnĀ• mlĀ•ko. Fuj. MĀ•slo Ā•i dalĀ•jĀ• tuky. Velefuj. Maso: kuĀ•ecĀ• a libovĀ•hovĀ•zĀ•, jen minimĀ•lnĀ• a jen pro sympatĀ•ka.

RĀ•Ā•e pro vnuĀ•ata, kafe bezkofeinovĀ•, dĀ•us polĀ•vkovou lĀ•ci do rannĀ• vody. Jinak plno citronĀ•, grepĀ•, jablek, avokĀ•da, manga, ananasĀ•, atd., ovoce fakt hodnĀ•. Ale to zas jsou cukry-fuj. takĀ•e jen po rĀ•nu.

To je tak asi vĀ•jechno o zdejĀ•m pro mne dosaĀ•itelnĀ•m jĀ•dle; kdyĀ• tak se ptejte, rĀ•da odpovĀ•m.

OsobnĀ• jsem nadĀ•jenĀ•j, protoĀ•e doma by mne Ā•Ā•dnĀ•j moc nepĀ•minutla, abych tohle fakt dodrĀ•ovala. Inu, musĀ•m vĀ•jak uznat, Ā•e za dosavadnĀ• zhubnutĀ• jsem nesmĀ•rnĀ• vdĀ•Ā•nĀ•j. Opravdu se cĀ•tĀ•m o hodnĀ• lĀ•pe.

Už jsem byla na pláži i ve
zdejší velké bazénu. Pláže jsou dlouhé, takže dvounohá velryba se zas nemusí
tolik stydět. Bylo to fajn. Zdejší velké bazén, který patří zdejší skupince
domů, je větší jinou liduprostě, proto že větší z nich má svůj vlastní
zahradu. Voda patří jemně, plavu sem a tam co zvládnou. Když nezvládnou, plácnou
velrybou na lehátko.

Hernajs, proč jsem na tohle vůbec
musela šekat do takového baběho věku? Tohle si občas káim, ale souasně si
odpovídám, že je žbuřda, nekveruluj, plno lidí tohle nemá. A tak si ležím,
už jsem každou chvíli, občas zavzpomínám na doby minulé. Taky nebyly tak
špatně, no šekněte!

Takže se mějte co nejlépe,

d@niela