

# Christine ERARD



J'ai 44 ans. Je suis maman de trois grands jeunes de 19, 18 et 15 ans. J'habite à CERGY.

A l'âge de 40 ans, j'étais ce qu'on appelle une femme très active, persuadée d'arriver à égaler les performances de « superwoman », atteinte du « syndrome de la femme parfaite ». Oui mais voilà, avec le stress et la fatigue accumulés, et en plus une rupture familiale, j'ai craqué et la dégringolade fut vertigineuse. J'étais déjà en surcharge pondérale et mes formes se sont plus que généreusement arrondies. Quand je m'apercevais dans une vitrine, je ne pouvais croire que c'était moi. Je regardais les silhouettes des autres personnes pour vérifier, en les comparant avec leur reflet, que ce n'était pas la glace qui était grossissante. J'appelais mon style vestimentaire « sac à patate ». Et puis, j'ai perdu le goût de la vie et je passais la plupart de mon temps somnolente devant la télévision, sans force ni énergie, au point de ne plus monter mes escaliers qu'une fois par jour : pour aller me coucher. Ma vie se résumait à utiliser mon peu d'énergie pour assurer la survie familiale : quelques courses, les repas, la vaisselle et les lessives.

Il y a un an, une amie m'a invitée chez elle, pour l'aider à apprendre une nouvelle activité professionnelle. C'est là que j'ai connu Herbalife. Et alors que j'étais bien décidée en partant de chez moi à ne rien acheter, je me suis entendue dire que je voulais bien être la première cliente de mon amie.

J'ai choisi un programme de contrôle de poids complet et j'ai pris les produits très sérieusement. Je les ai trouvés bon, facile à prendre et je n'ai pas eu faim. Je fus la première surprise : en une semaine, j'avais contrôlé mon poids de quelques kilos ! Et cela a continué.

Aujourd'hui, je suis de nouveau debout avec une énergie que je n'avais jamais atteinte ! La télévision reste éteinte, je monte et descend les escaliers pour un rien et je ne joue plus à cache-cache avec mon reflet : je suis encore étonnée de me voir avec cette silhouette ! J'ai totalement modifié ma garde-robe avec la complicité de mon aînée qui, quand on lui demande qui je suis, s'amuse parfois à répondre : « ma grande sœur » ! Je me sens vivante plus que jamais et j'ai confiance en l'avenir. Mon poids est parfaitement stabilisé !

Je serai toujours reconnaissante envers mon amie qui m'avait demandé de l'aider : c'est en fait elle qui m'a aidée et oh combien !