Gott & Blandat

lör, 08/05/2010 - 22:11 □ Gunilla Ödin

- Hälsa/träning [1] |
- Arbete [2]

Hade en rätt intressant afton på 1 maj. Bjuden på middag hos Birgitta kl 18. Jag, Marie och Maria anlände på angivet klockslag och då hade jag hunnit värma upp med en stärkande wirre. Hade med mig lite vin som jag drack till maten. Mums! Efter en god paj ringde min tfn, det var Tina som bara ville berätta att hon hittat en man till mig. Jamen, fick prata med honom, en dalmas lite på örat... Men vadå? Skoj iaf, ska få träffa honom på middag nån gång framöver. Var lite på "tura" med tanke på wirre och vin när vi så småningom drog vidare till Nälden o deras dansgala. Första gången för mig, men icke desto mindre trevligt. Nej, jag hade grymt skoj!! Dansade mest hela kvällen och dessutom med en gammal flirt. Skojsigt! Dessutom fastnade jag på bild tillsammans med en god vän. Matts i Zlips var i fotartagen, så... så här kan jag se ut i dansvimlet.

Vidare under veckan blev det klart med min praktik på Food - golfrestaurangen på Frösön. Det känns jättespännande och kommer att vara ett bra underlag för mitt beslut om jag ska gå vidare med min dröm om en egen kombinerad lunchrestaurang/affär med fokus på god och hälsosam mat. Jag fick också besked från A-kassan att jag får börja stämpla från 4/4, vilket innebär att jag slipper avstängning som jag fruktade iom att jag fick en extra bonus när jag blev uppsagd från Cybercom. Känns hur bra som helst!

Igår kväll var det så dax för premiär på sommardanserna och först ut är som vanligt Sandviken. Date bjöd upp till dans tillsammans med ett nytt band, Chapelle, som spelade före och efter själva dansen. Vi kom halv tio, därför hörde jag bara Chapelle mellan 01-02 och de var riktigt bra, lite mycket bas för min smak, men det blev bättre mot slutet. En ok kväll, fick dansa mest hela kvällen och dessutom en massa bugg, vilket känns i kroppen idag.

Åkte till stugan mitt på dan idag och har skurat rent invändigt så nu är jag redo för en sommar här. Imorgon blir det till att göra fint ute, i första hand kratta gräsmattan.

Vill dela med mig av en låt jag hörde igår som passar bra en dag som denna (1 år senare...). Så om du känner som jag... lyssna och njut!!!
Till dom ensamma [3]

Pass ??/60:
Som jag tidigare berättat har jag varit sjuk ett par veckor. Tyvärr har jag senaste veckan haft rethosta som gjort att jag velat ta det lugnt. Men i torsdags var det dax att åter testa om kondisen var helt borta eller om jag hade någon ork kvar. Tog en rask entimmes promenad tillsammans med Gunilla M på fm och det gick bra ända tills vi skulle uppför... Då kände jag att sjukdomen satt sina spår. Men nu är det bara att hänga i. Igår, på dansen, kändes det riktigt bra! Hade bra ork när jag buggade och det bådar gott för kommande vecka!

Kosten
När det gäller maten har det gått bra. Har dock fortfarande ett sötsug som kommer och går. Jag försöker verkligen att motstå suget, men det är inte alltid det går. Iom att jag inte kunna träna så har det heller inte hänt nåt med vikten, vilket iofs är skönt, men ska jag orka tjejmilen i september behöver det hända nåt snart. Bara att ta i med hårdhandskarna, antar jag...

Källa till webbadress: http://www.xn--din-rna.se/blogg/gott-blandat

Länkar:
[1] http://www.xn--din-rna.se/category/artikelkategori/h%C3%A4lsatr%C3%A4ning
[2] http://www.xn--din-rna.se/category/artikelkategori/arbete
[3] http://www.youtube.com/watch?v=4xEOb_U4HYQ&feature=related