

Kristie Sullivan – andra intervjun (San Diego 2017) – förhandstitt 2

Kristie Sullivan: Sociala tillställningar är svåra. Om man är på fest och det är tårta och alla tar en bit... "Ska du inte ha en bit?" Om man då säger att man bantar så tycker de synd om en. "En liten bit gör ingen skada. Det är ju kalas." Man fyller år, nån annan fyller år, det är jul...

Andreas Eenfeldt: Det finns alltid skäl att fira.

Kristie Sullivan: Så jag kom tidigt underfund med att i stället för att säga "jag bantar" eller "det där kan jag inte äta", säger jag "jag väljer att avstå". Då visar jag att jag bestämmer. Jag prioriterar min hälsa framför en bit tårta. Men jag brukar säga: "Jag har märkt att jag mår dåligt av att äta socker." Det är helt sant. Och ingen vill att man ska må dåligt på deras fest. Ens vänner vill inte det. När man säger så eller att man inte tycker om det så är det inget man försakar, utan bara: "jag mår bättre utan". I de flesta fall godtar folk det. Man kan ju alltid ta en kopp kaffe, ett litet glas vin – eller bara vatten. Jag har märkt att umgänget går bättre nu när jag inte tänker på vad jag ska äta, utan på vem jag ska prata med.