**De coronakilo’s**

Ja hoor, ze bestaan, de coronakilo’s. Ik heb het zelf aan den lijve ondervonden.

Ik had al een flauw vermoeden omdat mijn jeans de laatste tijd toch ietsje meer spant, en vanmorgen heeft mijn weegschaal het bevestigt: 1,5 kilo erbij!

Pfff, alle moeite van de afgelopen maanden voor niets! Een mens zou van minder depressief worden.

Een van de oorzaken is natuurlijk een gebrek aan beweging. Door de week trekt mijn stappenteller sowieso dagelijks aan de alarmbel. Wat wil je, op kantoor beperkt mijn bewegingsvrijheid zich van mijn computer naar de kopieermachine en terug. Vroeger werd dit ruimschoots goedgemaakt door de talrijke uitstapjes die tijdens de weekends en vrije dagen op het programma stonden.

Ik probeer de schade wel te beperken door wat te gaan wandelen in mijn directe omgeving, maar da’s toch niet helemaal hetzelfde.

De grootste oorzaak van mijn extra kilootjes komt toch wel vanuit een andere hoek.

Wat doen we als we ons te pletter vervelen? Juist ja, we schaffen onszelf een keukenrobot aan en we slaan aan het bakken. Zoonlief komt vol enthousiasme meehelpen.

Mama, maken we van die lekkere cookies, en misschien nog een taart, en een lekkere appelcake, en en en …! De verleiding was te groot om er aan te weerstaan.

We hadden natuurlijk ook gezonde hapjes kunnen maken, maar geef toe, een lekkere taart maken geeft toch zoveel meer voldoening!

Het internet is bezaaid met tips om de coronakilo’s te bestrijden, maar de moed ontbreekt me nog.

Laat ons nog even genieten van de vele zoete zondes en onze goede voornemens verschuiven naar het moment dat we ons sociaal leven opnieuw kunnen uitbouwen!

*Suzy Aerts*