



Søren Christiansen og Rene Basse Jensen har ændret deres livsstil og har holdt fast i deres væggtab. Foto: Katrine Lund Walsted

Søren og Renes vilde væggtab blev betalt af deres chef

Morten Anker Petersen, ejer af firmaet Karl D. Petersen, valgte at sige noget til to af sine medarbejdere, da usund livsstil havde givet dem for mange kilo på kroppen. Det blev Søren og Rene glade for, og de har tilsammen tabt 58 kilo.

Katrine Lund Walsted
klw@jv.dk

AVNBØL: Smilet er stort hos Søren Christiansen, men det var det ikke for halvandet år siden. Dårlige vaner og en stor utilfredshed med sig selv havde fået vægten op på 142 kilo. Det fik Søren Christiansens chef, Morten Anker Petersen, til at tage en snak med Søren.

Morten Anker Petersen tilbød Søren Christiansen at betale for et 18 ugers forløb ved Body Invest i Sønderborg.

- Jeg blev meget taknemmelig, for det er mange penge, som Morten vil bruge på udvikling af mig. Jeg vejede 142 kilo, og havde lært at leve med det. Men Morten gav mig skubbet den rigtige vej. Jeg har

100 procent mere overskud nu, smiler Søren Christiansen, der arbejder som tømrer ved Karl D. Petersen i Avnbøl.

Forløbet indeholdt opskrifter, kostvejledning, personlige samtaler og træningsprogram.

- Et er at træne og gå lange ture. Men at åbne øjnene og kigge ind i sindet. Det er meget personligt. Jeg fik virkelig åbnet øjnene for, at det er vigtigt, at have det godt med sig selv, siger Søren Christiansen.

Vil aldrig ende der igen

En af Søren Christiansens øvelser var at kigge sig selv i spejlet og rose sig selv.

- Jeg synes ikke, at jeg var god nok, så det var svært at se sig selv i spejlet. Men mit mindset er ændret fuldstændigt nu. Hvis jeg stadig havde haft det dårligt med mig



Jeg synes ikke, at jeg var god nok, så det var svært at se sig selv i spejlet. Men mit mindset er ændret fuldstændigt nu. Jeg vil aldrig ende der igen.

SØREN CHRISTIANSEN

selv, så var kiloerne bare røget på igen efter et stykke tid. Jeg vil aldrig ende der igen, slår Søren Christiansen fast.

Hans forløb sluttede for et år siden, og han tabte 30 kilo. Det var især fravalg af sodavand og energi-

drikke, der har givet det flotte væggtab, samt seks faste måltider om dagen.

Søren Christiansens kollega, Rene Basse Jensen, har for nylig afsluttet sit 18 ugers forløb ved Body Invest. Det resulterede i et væggtab

på 28 kilo.

- Jeg var for stor. Når jeg kigger på mine gamle bukser, kan jeg slet ikke forstå det. Jeg skal aldrig det sted hen igen. Min kæreste blev også glad, og vi har nu investeret i træningsudstyr derhjemme, siger Rene Basse Jensen, der har droppet unødvendige kalorier i slik og øl.

Nu holder han af at sætte sig på romaskinen derhjemme i stedet for.

For Rene Jensen gjorde det en forskel, at det ikke var ham selv, der betalte forløbet.

- Når der er en andens penge, så blev motivationen større, fordi jeg følte en stor forpligtigelse for at gennemføre, siger Rene Basse Jensen.



Morten Anker Petersen, ejer af tømrerfirmaet Karl D. Petersen, har betalt for forløb for fire medarbejdere hos Hanne Michelsen, Body Invest.
Foto: Katrine Lund Walsted

Vægttabet har også haft positiv effekt på arbejdet.
- Det er blevet nemmere det hele, når vi er på arbejde, smiler Rene Jensen.

God investering

Morten Anker Petersen har tilbudt fire medarbejdere et forløb hos Body Invest. Han ser forløbene



som en investering i både sin medarbejdere og firmaet.

- Hvis jeg bare havde givet dem et fitnessabonnement, hvad var det så blevet til? Jeg vil jo gerne beholde dem som de gode medarbejdere, de er. Hvis man vejer for meget, så har man det ikke godt med sig selv. Og det går ud over arbejdsglæden og firmaet, siger Morten Anker Petersen.

Hanne Michelsen fra Body Invest i Sønderborg er tidligere sygeplejerske, men gik ned med stress og vejede 25 kilo for meget. Det blev begyndelsen på hendes firma Body Invest.

- Hvis en medarbejder ender med at sygemelde sig med stress, så går det ud over hele virksomheden.

Søren Christiansen, til venstre, og Rene Basse Jensen har tilsammen tabt 58 kilo. Det har blandt andet betydet, at det er nemmere for at at passe deres arbejde hos Karl D. Petersen i Avnbøl. Foto: Katrine Lund Walsted

den. Derfor har jeg stor fokus på den mentale del også. Jeg har selv oplevet hvordan tanker og bekymringer kan ødelægge den mentale energi. Det handler om det hele menneske, siger Hanne Michelsen.

Det er sådan Søren Christiansen og Rene Basse Jensen føler sig nu. Som hele mennesker, og de er glade for, at deres chef gav dem skubbet.

- Når chefen tænker på dig, så er man også klar til at gøre en ekstra indsats, siger Søren og Rene.