



Bild: ViktVaktarna.

2018-02-27 08:58 CET

Anders Bagge ska tappa 20 kilo till bröllopet

ViktVaktarna har fått en ny ambassadör. Under ett halvår, från invägningen i februari till bröllopet i augusti, kommer Anders Bagge att låta svenskarna ta del av en viktminskningsresa på nära 20 kilo. Förutom coachen på ViktVaktarna får Anders stort stöd från sin blivande fru Johanna Lind. – Jag känner mig trött och orkeslös. Jag vill inte må så, inte i den här lyckliga tiden i mitt liv, säger Anders Bagge.

Vid Anders invägning den 19 februari visade vågen på 108,1 kilo. Hur mycket han vill gå ner totalt är ännu inte helt säkert – men ett stort mål är att nå nittiostrecket till bröllopet med Johanna Lind i augusti.

– Jag känner mig trött och orkeslös. Jag vill inte må så, inte i den här lyckliga tiden i mitt liv. Nu handlar allt om att få hjälp till sunda vanor – varje dag, för gott. Jag ska äta bättre men också träna. Det blir en stor omställning men jag är väldigt taggad, säger Anders Bagge.

En viktig del av omställningen för Anders, som har mat och matlagning som passion, blir att börja laga betydligt mer hälsosam mat än tidigare. Den nya kosten kommer att bestå av nyttiga kolhydrater och mycket frukt, grönt och protein som kyckling, ägg, fisk och skaldjur – livsmedel som ViktVaktarna numera räknar som ”nollmat” och som kan ätas i valfri mängd.

För att sporra sig själv i matlagningen har Anders bjudit in en privat matjury bestående av fästmön Johanna och två vänner som löpande kommer att smaka och betygsätta hans rätter.

– Jag har gett mig fan på att laga mat som smakar lika bra som den är hälsosam. Jag ligger och skrollar receptinspiration med mobilen hela kvällarna, det finns hur mycket som helst, säger Bagge.

För Anders, som genom sin mamma mer eller mindre vuxit upp med ViktVaktarna, var valet av vikthanteringsprogram självklart. Nu inleds ett samarbete med ViktVaktarna som innebär att han kommer att dela sin viktresa i sina sociala kanaler.

– Samarbete eller inte, jag hade valt ViktVaktarna oavsett. Skillnaden är väl att jag kommer dela med mig mer av min nya livsstil än jag kanske gjort annars. Jag ser det här som en jätte viktig möjlighet att inspirera fler att ta tag i sin hälsa. Det handlar inte om att banta utan om att förändra synen på hur vi lever; att faktiskt vilja må bra och göra det som krävs för att komma dit. Jag tror många fler än jag skulle behöva det, säger Bagge.

Kontakt: Anders Bagge nås genom management Peter Carnello på peter@carnello.com eller 070-532 70 00 Press- och intervjufrågningar kring samarbetet kan även gå via Ulrika Ennen, marknadsdirektör på ViktVaktarna ulrika.ennen@viktvaktarna.se eller 073-364 15 74

ViktVaktarna, internationellt kallat Weight Watchers, är ett globalt hälsoföretag och världens ledande kommersiella viktminskningsmetod. Vi

inspirerar miljontals människor till hälsosamma vanor i vardagen. Med vår digitala tjänst och genom personliga möten tar ViktVäktarnas medlemmar del av en hållbar livsstil som omfattar nyttig mat, fysiska aktiviteter och ett positivt sätt att tänka. Med mer än fem decenniers erfarenhet av att skapa communities och en stark expertis inom beteendevetenskap strävar vi efter att inspirera till god hälsa för alla. För att läsa mer om ViktVäktarna och vår syn på en hälsosam livsstil, besök www.viktvaektarna.se