

2006-11-29 14:05 CET

## Minst två anställda försvinner när ViktVaktarna själva jagar kilon före jul

Sveriges största viktminskningföretag minskar personalen. Minst två ska bort - men ändå får alla vara kvar. Det handlar om att ViktVaktarna själva ska tappa kilon, lagom till julen. Cirka 30 personer från huvudkontoret i Helsingborg har tillsammans med viktväktarkonsulenter runt om i Sverige blivit inviterade att följa PowerStart\*. Just under den tid då julfrestelserna är som flest. För varje tappat kilo skänker ViktVaktarna dessutom 100 kronor till forskning. Målsättningen är en viktminskning på 0,5-1,5 kg per person i veckan. - Man blir tyvärr aldrig vaccinerad mot övervikt. Vi är bara vanliga människor och även vi behöver ibland gå ner några kilon. Att låta vår personal prova PowerStart, ser vi som en bra sak. Det skapar en större förståelse för våra kunders vedermödor samtidigt som det ökar kännedomen om vårt program både bland personal och konsulenter, säger Karin Nileskog, kost- och utbildningsansvarig, på ViktVaktarna i Helsingborg. Hur ska Viktväktarnas personal och konsulenter få hjälp med sin viktminskning? -En gång i veckan under de här fyra veckorna fram till jul, får personalen väga sig på kontoret. Vi erbjuder powerstartmenyer som garanterar en bra start på viktminskningen. Till menyerna kommer också en färdig inköpslista för att det ska bli lätt att komma igång. Vi kan inte avslöja mycket mer eftersom PowerStart kommer att erbjudas våra medlemmar i januari nästa år, säger Karin Nileskog. Jessica Svensson 27, arbetar som marknadsassistent på huvudkontoret. Hon är en av dem som deltar i PowerStart och hon är mycket motiverad att gå ned. - Jag tycker det här är jättebra och jag behöver själv gå ned några kilo i vikt. Powerstart ger en bra viktminskning just i början och det är en kick som motiverar mig. Det är en tuff tid nu i december med många frestelser och då är det extra viktigt, men också inspirerande, att ha ett mål att sträva mot, säger Jessica Svensson. \*PowerStart är ett tilläggsprogram med speciella menyer som garanterar en enklare start med snabbt resultat. Följ de anställdas kamp mot kilona på [www.viktvaktarna.se](http://www.viktvaktarna.se). Här får du dagliga rapporter om hur de lyckas. Bilder finns på: [www.bildwebb.com/viktvaktarna](http://www.bildwebb.com/viktvaktarna) ViktVaktarna Sverige ViktVaktarna är dotterbolag till världens största viktminskningföretag WeightWatchers.

ViktVäktarna startade i USA 1963 och etablerades i Sverige 1972. I Sverige har över 1,6 miljoner svenskar minskat sin vikt med hjälp av ViktVäktarna. ViktVäktarna har bidragit till en total viktminskning i Sverige på över 7 000 ton sedan starten. ViktVäktarna är Sveriges största kursverksamhet och bedriver verksamhet på många orter runt om i Sverige. Kurserna leds av konsulenter. Alla konsulenter har personlig erfarenhet av övervikt och har nått sin Målvikt med metoden som ViktVäktarna skapat. Programmet för att nå och behålla sin önskevikt bygger på de fyra M: en; Mat, Motion, Motivation och Möten.

---

WW ViktVäktarna, internationellt kallat WW, är ett globalt hälsoföretag och världens ledande kommersiella viktminskningssmetod. Vi inspirerar miljontals människor till hälsosamma vanor i vardagen. Med vår [digitala tjänst](#) och genom [personliga möten](#) tar WW ViktVäktarnas medlemmar del av en hållbar livsstil och inspireras till god och nyttig mat, lustfyllda aktiviteter och ett sunt tankesätt. 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 WW ViktVäktarna och vår syn på en hälsosam livsstil, besök [www.viktvaktarna.se](http://www.viktvaktarna.se)