

Im amadeus Interview:

Fitnesscoach Lars Bugdahn aus Sonneberg

Ihr neuer Ansprechpartner für Betriebliches Gesundheitsmanagement

● Wir haben nach der Zertifikatsübergabe ein kurzes Interview mit Lars geführt und ihn zu seinen zukünftigen Aufgaben und Zielen als BGMler befragt.

„Als Fitnesstrainer und frisch ausgebildeter Gesundheitsmanager möchte ich die Bevölkerung in erster Linie allgemein zu mehr Bewegung motivieren.“

Außerdem ist es mein Wunsch, Unternehmen zu helfen, ihren Arbeitsalltag aktiver und sportlicher zu gestalten und der Bewegungsarmut durch gezielte Angebote entgegenzuwirken. Zudem sehe ich meine Aufgabe darin, Betrieben mit innovativen Ideen neue Impulse im Bereich der Gesundheitsförderung zu geben. Mit meinen erworbenen Kenntnissen ist es mir möglich, die bestehenden Lücken



in den Bereichen Bewegung, bewusste Ernährung und Stressmanagement gerade im betrieblichen Gesundheitskontext zu schließen.“

Lars ist der Meinung, dass gerade die Corona-Pandemie zeigt, welchen Stellenwert die Gesundheit für uns hat und auch in Zukunft haben sollte.

Leistungsabfall durch Stress oder der Ausfall von Mitarbeitern aufgrund psychischer Erkrankungen

seien mittlerweile leider keine Seltenheit mehr, so

der Fitnesstrainer. Dies koste den Unternehmen gute Mitarbeiter und verursache somit

auch wirtschaftliche Probleme. „Soziale Isolation und die Doppelbelastung durch Familie und Beruf verschärfen die Situation weiter. An die Langzeitfolgen möchte ich gar nicht denken“, stimmt es

den 33-Jährigen nachdenklich. Doch soweit möchte es der Gesundheitsmanager nicht kommen lassen: „Ich stehe Ihnen als fundierter BGM Berater zur Seite, falls Sie sich initial rund um das Thema Betriebliches Gesundheitsmanagement für Ihr Unternehmen kundig machen möchten oder vor der Herausforderung stehen, das Thema BGM erstmalig zu implementieren. Ich informiere Sie mit umfangreichem Wissen, von möglicher gesetzlicher Förderung bis hin zu digitalen Angeboten zur Verbesserung der Gesundheit.“

Lars Bugdahn ist motiviert, den Menschen auf ihrem Weg in ein gesünderes, nachhaltigeres und ausgeglicheneres Leben zu helfen. „Packen Wir’s an und lassen Sie uns gemeinsam die Vision zur Mission machen.“ - So sein Motto.

den 33-Jährigen nachdenklich. Doch soweit möchte es der Gesundheitsmanager nicht kommen lassen: „Ich stehe Ihnen als fundierter BGM Berater zur Seite, falls Sie sich initial rund um das Thema Betriebliches Gesundheitsmanagement für Ihr Unternehmen kundig machen möchten oder vor der Herausforderung stehen, das Thema BGM erstmalig zu implementieren. Ich informiere Sie mit umfangreichem Wissen, von möglicher gesetzlicher Förderung bis hin zu digitalen Angeboten zur Verbesserung der Gesundheit.“

Lars Bugdahn ist motiviert, den Menschen auf ihrem Weg in ein gesünderes, nachhaltigeres und ausgeglicheneres Leben zu helfen. „Packen Wir’s an und lassen Sie uns gemeinsam die Vision zur Mission machen.“ - So sein Motto.



Lars Bugdahn - zertifiziert! und bereit für sein neues Aufgabengebiet.

Wir wünschen Lars die bestmöglichen Erfolge für sein Projekt und bedanken uns für das nette Gespräch.

#bgf #bgm #betrieblichesgesundheitsmanagement #sonneberg #winwin

Lars Bugdahn – Betrieblicher Gesundheitsmanager

Am Stadtberg 10 | 96515 Sonneberg

Tel.: 0171 / 310 13 03 | E-Mail: sonneberg-training@gmx.de