

April 2026

Nachhaltig gesund: Für dich und die Umwelt

Gutes für dich – gut fürs Klima.

Was, wenn Nachhaltigkeit leicht sein darf? Nachhaltig leben bedeutet nicht, perfekt zu sein. Es beginnt mit kleinen Entscheidungen – beim Essen, im Alltag, unterwegs. Mit Klarheit statt Verzicht. Mit dem Gefühl, das Richtige zu tun – für dich und deine Umgebung.

In unserer App zeigen wir dir, wie du Schritt für Schritt zu mehr Balance findest. Einfach, alltagstauglich und wirksam – ganz ohne Druck.

„Ein guter Moment zum Loslassen? Immer dann, wenn du bereit bist, gut für dich zu sorgen.“

Unsere Tipps für deinen Alltag



Iss
saisonal



Geh zu
Fuß



Upcycling



Genieße
regional



Bewusst
leben



Licht
tanken

April Missions & Challenges



Feel You Tuesday:
Jeden Dienstag!



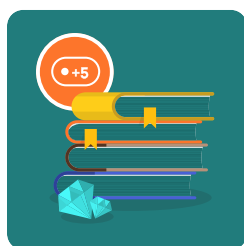
Quiz Time:
Jeden Mittwoch!
01.04. – 29.04.



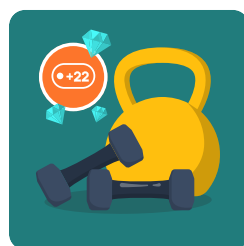
Feel Good Friday:
Jeden Freitag!



**Nachhaltig,
Vielfältig & Gesund**
01.04. – 30.04.



02.04. – 08.04.
Gesund & nachhaltig
Wissens-Challenge



13.04. – 19.04.
Bleib in Bewegung
Trainings-Challenge



20.04. – 29.04.
**Der Weg zu Gesundheit
& Nachhaltigkeit**
Schritte Challenge