

Juli 2026

Wohlfühl Workplace

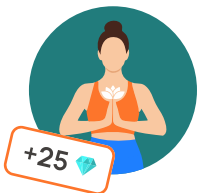
Entspannt, gesund & motiviert am Arbeitsplatz

Fühlst du dich an deinem Arbeitsplatz wirklich wohl? Oft sind es kleine Veränderungen, die deinen Alltag spürbar verbessern können. Eine Arbeitsumgebung, die dich unterstützt, schafft Raum für Fokus, Energie und Wohlbefinden. Nicht perfekt – aber bewusst gestaltet.

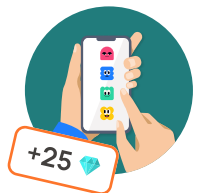
Im Juli dreht sich alles darum, wie du deinen Arbeitsplatz so gestalten kannst, dass er dir guttut. Mit einfachen Impulsen für mehr Bewegung, bessere Ergonomie und kleine mentale Pausen zwischendurch. Denn Wohlbefinden am Arbeitsplatz beginnt bei dir – und wirkt in deinem ganzen Tag.

„Ein guter Arbeitsplatz unterstützt dich – nicht nur bei der Arbeit, sondern auch dabei, gut für dich zu sorgen.“

Juli Missions & Challenges



**Mindful Monday:
Jeden Montag!**



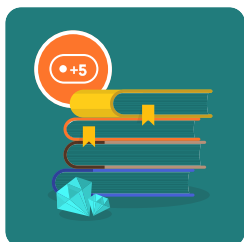
**Tune-In Tuesday:
Jeden Dienstag!**



**Quiz Time:
Jeden Mittwoch!**



**Feel Good Friday:
Jeden Freitag!**



01.07. – 07.07.

Wohlfühl Wissen
Wissens-Challenge



10.07. – 16.07.

**Achtsamkeit &
Ausgeglichenheit**
Achtsamkeits-Challenge



20.07. – 29.07.

Bewegung im Alltag
Schritte Challenge