

Gesunder digitaler Adventskalender



Genießen Sie in diesem Jahr eine achtsame und gesunde Winterzeit. Gemeinsam mit Ihnen möchten wir jeden Tag ein „gesundes Türchen“ öffnen und Sie mit vielfältigen Impulsen und Inspirationen für die kalte Jahreszeit überraschen.

Freuen Sie sich täglich auf wertvolle Anregungen aus den Bereichen Bewegung, Ernährung und mentale Gesundheit. Gönnen Sie Ihrem Körper und Geist etwas Gutes und starten Sie voller Energie in eine entspannte Winterzeit.

Ab dem 1. Dezember geht es los!



Klicken Sie sich ab dem 01.12.2024 hier rein:
<https://uksh.adventskalender.digital/>