



4 Wochen - 4 Themen!

#AwoFitFürAlle

Nachhaltig und gesund durch den November

Für alle Mitarbeitende der **AWO in Sachsen!**

Vier Wochen, vier Themen.

Beweg dich, iss dich stark, finde Ruhe und geh offline.

- **Zeitraum:** 1. – 30. November 2025
- **So funktioniert's:** Tägliche Challenges einfach abhaken und per Screenshot einreichen.
- **Motivation inklusive:** Wöchentliche Mails mit Tipps, Links und Inspiration.
- **Mitmachen lohnt sich:** Unter allen Teilnehmenden verlosen wir drei Überraschungspakete.
- **Alle Infos & Anmeldung:** awo-sachsen.de/blog

Für mehr Infos und
#AwoFitFürAlle
Kalender Download:



@awosachsen



@awo.sachsen