

Engagement Roadmap

Q1 2024

Zeitplan & Überblick

Januar 2024



Mentales Wohlbefinden als
Neujahrsvorsatz



Ein achtsamer Start



L(auf) ins neue Jahr



Ein Streben nach Gelassenheit



Eine Reise zu mehr Harmonie



Atme dich frei



Große
Firmen-Schritte-Challenge



Januar 2024

Überblick



Ein achtsamer Start

Mission: 01.01 - 14.01

Deine Mission: Schließe die 3 Einheiten ab und hole dir deine +100 💎 Belohnung, indem du dir Vorsätze für das neue Jahr setzt.



L(auf) ins neue Jahr

Schritte-Challenge: 07.01 - 14.01

Gehe oder laufe 7 Tage lang 10.000 Schritte pro Tag und erreiche deine Schrittziele.



Ein Streben nach Gelassenheit

Mission: 15.01 - 25.01

Teste dein Wissen über Stressmanagement mit unserem exklusiven Stressmanagement-Quiz und verdiene +100



Eine Reise zu mehr Harmonie

Achtsamkeits-Challenge: 15.01. - 21.01

Motivation ist angesagt: Erreiche täglich 5 Achtsamkeits-Punkte: Für mehr Selbstfürsorge und innere Stärke.



Atme dich frei

Mission: 26.01 - 31.01

Mach mit bei der Mission "Atme dich frei" und verdiene +100 💎 in dem du einmal tief mit uns durchatmest.

Februar 2024



Kampagne für Herzgesundheit



Große Firmen-Schritte-Challenge
- WETTBEWERB



70.000 in 7 Tagen



Liebe dein Herz



Herzschlag-Trivia



Februar 2024

Überblick



Große Firmen-Schritte-Challenge

Schritte-Challenge: 05.02 - 25.02

Geh oder laufe 21 Tage lang, sammle die meisten Schritte und fordere dein Team heraus!



Herzschlag-Trivia

Mission: 19.02 - 29.02

Teste dein Wissen über Herzgesundheit mit unserem exklusiven Quiz und erhalte +100 💎.



70.000 in 7 Tagen

Mission: 05.02 - 11.02

Deine Mission: Schaffe 70.000 Schritte in 7 Tagen, stelle dich der Challenge und hole dir deine +100 💎 Belohnung.



Liebe dein Herz

Mission: 12.02 - 18.02

Hol dir das Herzgesundheits-Programm und erhalte +100 💎.

März 2024

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----

Kampagne: Glücklich & gesund

Glücklich & gesund	Rezept	Tag des Glücks
--------------------	--------	----------------

Nimm dein Glück in die Hand



Essen, Lachen, Strahlen



Quiz zum Glücklichsein



Happy Body



Schließe den Trainingskreis



März 2024

Überblick



Nimm dein Glück in die Hand

Wissens-Challenge: 04.03 - 10.03

Bei dieser Challenge dreht sich alles ums Lernen: Sammle täglich 5 Wissenspunkte und schließe den Wissenskreis.



Essen, Lachen, Strahlen

Mission: 04.03 - 10.03

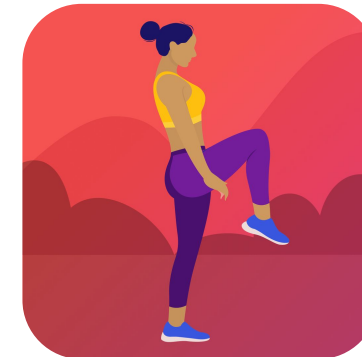
Schließe die Einheit ab und erhalte +100  als Belohnung.



Quiz zum Glücklichein

Mission: 11.03 - 17.03

Teste dein Wissen in unserem exklusiven Quiz und verdiene +100 .



Happy Body

Fitness-Challenge: 18.03 - 24.03

Stelle dich mit der Fitness-Challenge vor eine Herausforderung: Sammle 150 Herz-Punkte in einer Woche und schließe den Trainingskreis ab, um dein Ziel zu erreichen.



Schließe den Trainingskreis

Mission: 18.03 - 24.03

Deine Mission: Schließe den Trainingskreis innerhalb einer Woche und hole dir deine +100  Belohnung.