

online Leberfasten-Challenge bei UNITO

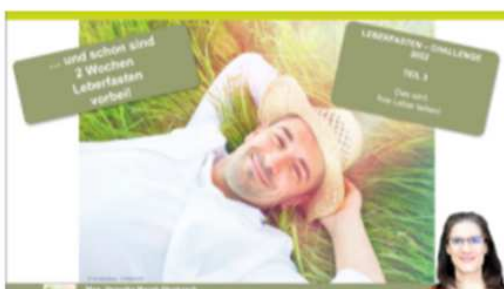
Feedback Fotostory

Heute ist bei UNITO die **Leberfasten-Challenge mit 20+ motivierten Teilnehmer*innen** gestartet! Wir freuen uns auf die nächsten Wochen und sind gespannt, welches Ziel wir am Ende der Challenge gemeinsam erreichen können! 🍌 🥦 🍎



Unitobetrieblichesgesund...

Die ersten zwei Wochen sind geschafft! **Heute war Teil 3 der Leberfasten-Challenge 2022!** 🍌 🥦 🍎 Für alle gibt es hier auch nochmals einen **TV Tipp: Gesundheitsmythen: 10 Fragen zur Verdauung** auf ORF III Diese Sendung ist noch eine Woche in der **TVthek** abrufbar. <https://tvthek.orf.at/profile/Treffpunkt-Medizin/3084273/tre...>
Weniger anzeigen



Unitobetrieblichesgesund...

„Danke für die super Challenge und die süße Schokoladenreise“ 😊
„Vielen Dank für die tollen Infos, war sehr interessant!“ 😊

„Vielen Dank für alles!
In den letzten Wochen war meine Ernährung abwechslungsreicher, bunter und "bis auf Ausnahmen" leichter.“ 😊

Veröffentlicht in UNITO Community

Von 296 angezeigt

Die erste Woche ist geschafft! **Heute war Teil 2 der Leberfasten-Challenge 2022** mit spannenden Inputs aber auch wertvollen Tipps & Tricks fürs weitermachen! 🍌 🥦 🍎



Unitobetrieblichesgesund...

🍌 **Heute war der letzte Teil unserer Leberfasten-Challenge 2022** Der Gruppen BMI & Bauchumfang wird noch ermittelt und wir werden dann sehen, wie viel sich gesamt betrachtet bei uns getan hat! Auf jeden Fall konnten die Kolleg*innen einiges mitnehmen. Ein schöner Kommentar einer Challenge-Teilnehmerin soll dies verdeutlichen: „In den letzten Wochen war meine Ernährung abwechslungsreicher, bunter und "bis auf Ausnahmen" leichter.“ 🍌

Hier noch ein Link für alle, die nicht mitmachen konnten, aber vielleicht gerne neue Rezepte ausprobieren möchten: [Rezepte - Bodymed](#)
Weniger anzeigen



Unitobetrieblichesgesund...