

**FRISCH  
DURCH  
DEN  
SOMMER**

>>  
**AUGUST-  
SPECIAL AUF  
DEM FIT IM JOB  
BLOG**  
<<

## SUMMER HEALTH WEEKS

Im August bringen wir den Sommer auf den Gesundheitsblog: Wir veranstalten die Summer Health Weeks und gestalten den Blog sommerlich und bunt – für das ultimative Sommer-Gefühl.

### WAS ERWARTET DICH?

Wir versorgen dich jede Woche mit neuen Impulsen für die heiße Jahreszeit. Auf dich warten sommerliche Videobeiträge mit praktischen Tipps, wie du an heißen Sommertagen cool bleibst. Zudem haben wir leckere Rezeptideen für die „leichte Küche“ vorbereitet. Interessante Blogbeiträge zu sommerlichen Gesundheitsthemen und eine bewegte Pause mit locker leichten Übungen begleiten die Summer Health Weeks. So bleibst du auch bei heißen Temperaturen gesund und fit.

*Sommer  
Tipps*

#### Wie schaffe ich ein angenehmes Raumklima und was ziehe ich an heißen Sommertagen an?

Ob Freizeit oder Arbeitsleben – In unseren inspirierenden Videobeiträgen geben wir dir hilfreiche Gesundheitstipps rund um die warme Jahreszeit.

*Sommer  
Rezepte*

#### Keine Lust auf schweres Essen bei hohen Temperaturen?

Kein Problem! Mit unseren luftig leichten Rezeptideen bringen wir ganz einfach mehr Genuss in deinen Alltag. Freue dich auf neue, leckere Sommer-Kreationen.

Klicke dich auf den [Gesundheitsblog](#), gib das Passwort [mobilkrankenkasse](#) ein und erlebe einen unvergesslichen und gesunden Sommer!