Jetzt App herunterladen

Ein gesundes Leben leben.

Aktive Challenges, gesunde Rezepte oder attraktive Angebote: Simpla unterstützt und fördert deinen gesunden Lebensstil.

Laden im App Store

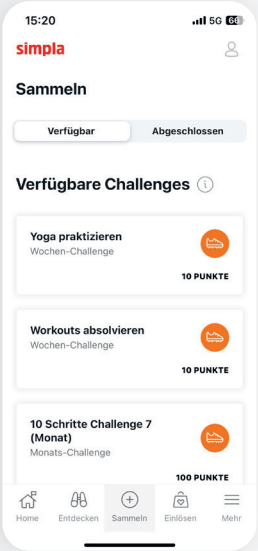
JETZT BEI Google Play

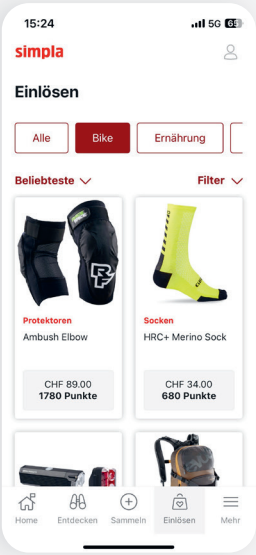
simpla

Ein Angebot von ÖKK

Deine gesunde Begleiterin: die Simpla-App

Drei Bereiche, ein Fokus: dein Wohlbefinden. Simpla ist deine tägliche Begleiterin, die dich unterstützt, fördert und dir zu einem gesunden Lebensstil verhilft. ⟶ oekk.ch/simpla





Prävention

Abseits vom Stress: Nimm dir im Alltag bewusst Zeit für eine geführte Meditation und finde deine innere Ruhe.

Bewegung

Egal, ob drinnen oder draussen: Wähle zwischen mehr als 70 Workouts aus und treibe deinen Puls in die Höhe.

Ernährung

Ausgewogen und abwechslungsreich: Lass dich auf Simpla von einer grossen Rezeptauswahl inspirieren.

Challenges

Top, die Wette gilt: Messe dich bei Wochen- und Monatschallenges, um Punkte zu sammeln.

Shop

Löse deine gesammelten Punkte im Simpla-Shop ein. Es erwarten dich eine Vielzahl an Produkten, die einen gesunden Lebensstil unterstützen.

ÖKK