



Ge(h)meinsam unterwegs

DER GESUNDE BEZIRKSSPAZIERGANG

DURCH DEN DÜPPELER FORST

**Freitag, 8. September 2023
14 – 17 Uhr**

Treffpunkt: S-Bhf. Wannsee



Carolina Böhm

Bezirksstadträtin für
Jugend und Gesundheit,
Steglitz-Zehlendorf

Liebe Bürgerinnen und Bürger,

der Aktionsmonat zum Spaziergehen in Steglitz-Zehlendorf steht vor der Tür – Zeit für unseren traditionellen Bezirksspaziergang, der wieder von der Fürst Donnersmarck-Stiftung unterstützt wird. Im ganzen September gibt es viele Möglichkeiten, um in Schwung zu kommen.

Statt „3000 Schritte extra“ heißt unsere gesunde Runde jetzt „Ge(h)meinsam unterwegs“. Natürlich hat sich nichts daran geändert, dass mehr Bewegung einen positiven Effekt auf Ihr körperliches und seelisches Wohlbefinden hat. Gute Gesellschaft ist aber genauso wichtig. Wir zählen daher keine Schritte, sondern genießen das Erlebnis, wenn wir zusammen an der frischen Luft unterwegs sind. Das geht auch, wenn Sie dafür ein Hilfsmittel benötigen. Seien Sie dabei, nette Gespräche und Gemeinschaft halten auch gesund. Begleiten Sie mich auf Kneipps Spuren durch den Düppeler Forst. Ich freue mich auf Sie.

Ihre **Carolina Böhm**

Bezirksstadträtin für Jugend und Gesundheit

Ge(h)meinsam unterwegs | 8. Sept. 2023

14 Uhr – 17 Uhr | Start: S-Bhf. Wannsee

Durch den Düppler Forst

Unsere ca. vier Kilometer lange Runde (Hinweg) beginnt am S-Bahnhof Wannsee. Zwischen Bürgermeister-Stiewe-Weg und Königsweg geht es durch den Düppler Forst den Kneippweg entlang. Unterwegs erleben Sie unter sach- und fachkundiger Führung den Wald einmal ganz anders. Förster Felix Haas von der Revierförsterei Dreilinden erzählt Ihnen viel Wissenswertes über die tierischen Waldbewohner, Bäume und die Pflanzenwelt am Wegesrand. Am Ende der grünen Strecke wartet der Kneippbrunnen auf uns. Pumpen Sie sich etwas kühles Wasser für eine natürliche Erfrischung.

Prima Picknick im Wald

Zur kleinen Stärkung erwartet Sie ein Picknick mitten im Wald. Gut erholt, machen wir uns gemächlich auf den Rückweg.

Foto Carolina Böhm: Bezirksamt St-Zehlendorf;
Cover/Innen: FDST



Die Strecke ist im Rollstuhl befahrbar

Im Faltrollstuhl empfehlen wir eine Begleitung zur Unterstützung

Ge(h)meinsam unterwegs

DER GESUNDE BEZIRKSSPAZIERGANG

Freitag, 8. September 2023

14.00 – 17.00 Uhr

Mitmachen kostenlos

Treffpunkt:

**Vorplatz S-Bhf. Wannsee/ Taxistand,
Kronprinzessinnenweg 250, 14109 Berlin**

 *Die Strecke ist im Rollstuhl befahrbar*

Anfahrt öffentliche Verkehrsmittel:

S-Bahnhof Wannsee  S1 / S7

RB21 / 22 / 33, RE1 / 7

Bus 114, 118, 218, 316, 318, 620

Bitte melden Sie sich vorher an:

VILLA DONNERSMARCK

Schädestraße 9-13, 14165 Berlin

Tel.: 030 847 187 0

info@villadonnersmarck.de

www.villadonnersmarck.de



Eine Kooperation von Bezirksamt Steglitz-Zehlendorf – Organisationseinheit für Qualitätsentwicklung, Planung und Koordination im öffentlichen Gesundheitsdienst (QPK) und Villa Donnersmarck, inklusiver Treffpunkt für Freizeit, Bildung, Beratung der Fürst Donnersmarck-Stiftung