



Spaziergangsgruppen in Steglitz-Zehlendorf laden zum Informationstag ein

In unserem Bezirk treffen sich regelmäßig Spaziergangsgruppen, die zu einer gemeinsamen Runde durch die Nachbarschaft aufbrechen:

„Die entspannten Spaziergänge bieten neben der gesundheitsfördernden Wirkung auch geistige Anregungen: Wir tauschen uns über unseren Alltag aus, sprechen über Reisen oder auch persönliche Probleme. Anschließend kehren wir in ein nettes Café ein und vertiefen unsere Gespräche ... und die persönlichen Kontakte darüber hinaus.“
(Spaziergängerin aus Steglitz-Zehlendorf)

Gehen Sie auch gerne spazieren? Dann schließen Sie sich den Spaziergangsgruppen an. Jede/r kann mitmachen, ganz unabhängig vom Alter oder der körperlichen Fitness. Begleitet werden die Spaziergänge von ehrenamtlichen Spaziergangsbegleiterinnen und -begleitern.

Vielleicht haben Sie ja selbst Lust, eine Gruppe zu begleiten.
Kommen Sie einfach vorbei, das Programm finden Sie auf der Rückseite.

Informationstag Steglitz-Zehlendorfer Spaziergangsgruppen
Donnerstag, 27.3.2014, 11.00 Uhr bis 13.30 Uhr
Villa Donnersmarck · Schädestraße 9-13 · 14165 Berlin



Kontakt
Angelika Klahr
Villa Donnersmarck
Schädestraße 9-13 · 14165 Berlin
Tel.: 030 - 847 187 16
E-Mail: klahr.fbb@fdst.de

Programm

Begrüßt werden Sie durch Christa Markl-Vieto, der Bezirksstadträtin für Gesundheit und Schirmherrin der Spaziergangsgruppen im Bezirk.

Anschließend lernen Sie die verschiedenen Gruppen im Bezirk kennen.

Durch Erfahrungsberichte und kleine „Spaziergangsgeschichten“ gewinnen Sie einen ersten Eindruck und können offene Fragen stellen.

Alle Gruppen freuen sich über weitere Teilnehmer.

Gestärkt durch ein kostenfreies Mittagessen brechen wir dann zu einem ersten kleinen Spaziergang auf. Kommen Sie mit auf eine Proberunde!

Wir freuen uns auf Sie.

Informationstag Steglitz-Zehlendorfer Spaziergangsgruppen
Donnerstag, 27.3.2014, 11.00 Uhr bis 13.30 Uhr
Villa Donnersmarck · Schädestraße 9-13 · 14165 Berlin

Die Steglitz-Zehlendorfer Spaziergangsgruppen sind eine gemeinschaftliche Initiative von Partnern aus dem Bezirk.

