

Tagung „gehen geht immer und überall“ Zu Fuß - gesund und nachhaltig mobil

Freitag, 7. Mai 2010, 11.30 - 17 Uhr
BildungsZentrum St. Benedikt,
Promenade 13, 3353 Seitenstetten
Die Teilnahme ist kostenlos



Die Veranstaltung findet in
Kooperation mit dem BildungsZentrum St. Benedikt statt.

Anreise

Der Tagungsort ist über schöne Wanderwege vom Bahnhof St. Peter/ Au aus zu Fuß erreichbar.
Zugverbindungen finden Sie im Internet unter www.oebb.at
Bitte geben Sie bei der Anmeldung bekannt, ob Sie an der geführten Wanderung teilnehmen möchten oder ob Sie einen Shuttleservice vom Bahnhof St. Peter/ Au bzw. für die Rückfahrt benötigen.

Alle, die an der Wanderung teilnehmen, erhalten das Buch „Zu Fuß. Geschichten über das Gehen“ als Geschenk!

Kinderbetreuung

Auf Wunsch wird Kinderbetreuung angeboten. Geben Sie bei der Anmeldung bitte verbindlich Anzahl und Alter der zu betreuenden Kinder an. Kosten € 10,- pro Kind.

Anmeldung

"die umweltberatung" Niederösterreich
02742/71829, niederosterreich@umweltberatung.at
Rechtsträger: Umweltschutzverein Bürger und Umwelt



„Gehen geht immer und überall“
Zu Fuß - gesund und nachhaltig mobil
Tagung am 7. Mai 2010, 11.30 - 17 Uhr, Seitenstetten

Tagung „gehen geht immer und überall“

Wieso gehen wir? Gehen ist nicht nur eine Fortbewegungsart, um zu einem bestimmten Zielort zu gelangen. Gehen ist Einstellungssache – Viele gehen aus Überzeugung: Um die Umwelt zu schonen, um zu sich selbst zu finden oder um gesund zu bleiben.



Die positiven Auswirkungen des Gehens auf Körper und Seele stehen bei der Tagung, neben den Umweltaspekten im Vordergrund. Es gibt zum Beispiel Vorträge über die heilsamen Wirkungen des Weitwanderns nach einer überstandenen Krebserkrankung (Dr. Freerk Baumann) und über das Potential des Gehens als Fitnessprogramm (Dr. Rudolf Nagiller). Außerdem wird das Buch „Zu Fuß. Geschichten über das Gehen“ erstmals der Öffentlichkeit präsentiert.

Buchpräsentation „Zu Fuß. Geschichten über das Gehen“



Das Buch „Zu Fuß. Geschichten über das Gehen“ liefert eine facettenreiche Betrachtung des Trend-Themas „Gehen“. 21 AutorInnen erzählen darin von persönlichen Geh-Erlebnissen und Reiseerfahrungen zu Fuß oder sie bringen wissenschaftliche bzw. literarische Sichtweisen ein. Im Rahmen der Tagung am 7. Mai wird das Buch erstmals der Öffentlichkeit präsentiert. Nutzen Sie die Chance und lernen Sie die AutorInnen persönlich kennen!

Programm

- 9:40** **Geführte Wanderung**
vom Bahnhof St. Peter/ Au zum Tagungsort
Gehzeit: ca. 40 Minuten
- 11:30** **Buchpräsentation**
mit: - **Landesrat Dr. Stephan Pernkopf**
- **Dr. Rudolf Nagiller**
Herausgeber und AutorInnen präsentieren das Buch „Zu Fuß. Geschichten über das Gehen.“
- 12:30** **Mostviertler Suppenbuffet**
- 13:15** **Tagung "gehen geht immer und überall"**
Begrüßung
DI Franz Angerer, Obmann "die umweltberatung"
Bgm. Franz Deinhofer, Gemeinde Seitenstetten
- 13:30** **gehen geht - zu Fuß gesund und nachhaltig mobil**
Mag. Gerald Franz, "die umweltberatung"
- 14:00** **Gehen und Krebs - Gehen als Rehabilitation**
Dr. Freerk Baumann
- 15:00** PAUSE
- 15:30** **Das 10.000-Schritte-Programm: Fit durch Bewegung**
Dr. Rudolf Nagiller
- 16:15** **Interviewrunde - Zu Fuß. Geschichten über das Gehen.**
mit AutorInnen des Buches
- 16:30** **Signierstunde und gemütlicher Ausklang**
mit Mostviertler Spezialitäten

Moderation: Christa Ruspeckhofer – "die umweltberatung"