



# Geh-Treff

Bewegt ÄLTER werden  
in Steinhausen

**Einfach mal mitgehen!**

## Gehtreffs laden zu Spaziergängen ein!

Gemeinsam spazieren gehen macht Spaß und ist gleichzeitig gesund! Wer sich auch im fortgeschrittenen Alter gemeinsam mit anderen an der frischen Luft bewegen möchte, für den sind die Gehtreffs in Steinhausen genau das Richtige.

- Spaziergänge - ca. 1 Stunde - nicht zu schnell, nicht zu langsam - mit Pause(n)
- Auf die Gruppe angepasste Runden durch Quartier, Natur und Umgebung
- Spaß und ein nettes Miteinander

Unsere geschulten, ehrenamtlichen Gehtreff-Paten freuen sich darauf, Sie bei Ihren Spaziergängen zu begleiten.

**Die Teilnahme ist kostenfrei! Anmeldungen sind nicht erforderlich!**

**Informationen:** Bianca Kersting, Tel. 05204 / 997 209

Das Angebot ist eine Initiative der Gemeinde Steinhausen im Rahmen des Projektes „Jung trifft Alt“ in Zusammenarbeit mit der Realschule Steinhausen und der Spvg. Steinhausen.

**Wann**  
**Jeden Montag,**  
**15.30 Uhr**

**Treffpunkt**  
**Rathaus Steinhausen**  
**Vorplatz**

Im Rahmen des Programms „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“  
des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen.

Gefördert durch:



Staatskanzlei  
des Landes Nordrhein-Westfalen



**KREISSPORTBUND GÜTERSLOH**  
Mitglied im Landessportbund Nordrhein-Westfalen



Familiengerechte Kommune  
Steinhausen  
Zertifikat bis 06/2017