



Aloys Steppuhn zum „Tag des Wanderns“

„Wandern ist Vielfalt“

Aloys Steppuhn war Landrat des Märkischen Kreises, ist 1. Vizepräsident der Europäischen Wandervereinigung und Vorstandsmitglied sowie Ehrenamtsbeauftragter des Deutschen Wanderverbandes. Außerdem sitzt er dem Arbeitskreis „Tag des Wanderns“ vor. In diesem Tag, der am 14. Mai 2016 erstmals bundesweit über die Vielfalt des Wanderns in Deutschland informieren soll, sieht Steppuhn eine riesige Chance. Vorausgesetzt, alle Verbände, Vereine, Ortsgruppen und Abteilungen ziehen mit.

Wanderzeit: Deutscher Mühlentag, Tag des Kusses, Tag der offenen Töpferei. Die Liste der Aktions- bzw. Gedenktage ließe sich beliebig fortführen. Warum nun noch ein Tag des Wanderns? Steppuhn: Weil wir das Wandern und die im Deutschen Wanderverband organisierten Wandervereine an diesem Tag deutschlandweit ins Bewusstsein der Menschen rücken wollen.

Was hebt den Tag des Wanderns ab von anderen Aktions- oder Gedenktagen, etwa aus den Bereichen Sport und Gesundheit? Wandern ist Vielfalt, die im Deutschen Wanderverband organisierten Vereine kümmern sich um diverse Themen. Ziel des Tages des Wanderns ist es, Lust auf's Wandern zu vermitteln. Außerdem wollen wir einer breiten Öffentlichkeit das Engagement unserer Vereine für die Gesellschaft klar machen.

Worin genau besteht dieses Engagement? Kaum jemand weiß, wer die Wege

in unseren Wäldern kennzeichnet; kaum jemand weiß, dass gerade das Wandern uns Menschen gut tut und welche positive Wirkung dieses Wandern auf unseren Körper hat. Der Tag des Wanderns soll den Wandervereinen eine Bühne bieten, ihre vielfältigen Aufgaben darzustellen und die Menschen in unserem Land zu informieren; informieren über Wegepflege, Naturschutz, Kultur- und Heimatpflege, die Bewirtschaftung von Wanderhütten, die Förderung von Familie und Jugend sowie das Engagement für das wichtige Thema Gesundheit.

WANDERN IST GESUND

Schön und gut. Aber was heißt das konkret? Was zum Beispiel hat die Öffentlichkeit davon, dass Wege markiert werden? Wandervereine bilden historisch und aktuell das Fundament für den Wandertourismus. Tourismus und Wandervereine arbeiten Hand in Hand. Der Wandertourismus hat sich zu einem

wesentlichen Wirtschaftsfaktor entwickelt, gerade in ländlichen Regionen.

Und wie profitiert der Naturschutz von der Wanderbewegung? Bevor wir Wege markieren, planen wir den Verlauf des Wegenetzes. Durch diese Besucherlenkung werden Schutzgebiete geschont. Viele Vereine kümmern sich darüber hinaus um den Naturschutz, indem sie zum Beispiel Streuobstwiesen pflegen oder Brutkästen für Vögel aufhängen.

Was bringt der Tag des Wanderns hinsichtlich der Gesundheit von Menschen? Die Hauptrisikofaktoren für die Gesundheit verringern sich durch das Wandern deutlich, das Herz-Kreislauf-System wird gestärkt. Außerdem ist Wandern eine Ausdauersportart, die im Gegensatz zu anderen Sportarten auch Menschen mit starkem Übergewicht betreiben können. Auch das Immunsystem wird durch das Wandern gestärkt. Dazu hilft Wandern gegen Isolation und innere Abkehr von der Gesellschaft. Un-



bestritten ist auch, dass Wandern gut gegen Stress ist. Selbst leichten und mittleren Formen der Depression kann durch regelmäßige Bewegung präventiv und therapeutisch begegnet werden. Manche Studien sagen sogar, dass die antidepressive Wirkung des Wanderns teilweise diejenige von einschlägigen Medikamenten und psychotherapeutischen Behandlungsmethoden erreicht. Über all das werden wir am Tag des Wanderns informieren.

WANDERN VERBINDET

In den vergangenen Monaten sind Tausende von Flüchtlingen nach Deutschland gekommen. In Politik, Wirtschaft, Kirche und Gesellschaft ist eine Willkommens-Kultur gewachsen, die immer wieder erneuert werden muss. Wie heißt der Deutsche Wanderverband Flüchtlinge willkommen? Die Wandervereine können und sollten mithelfen, Flüchtlinge in unsere Gesellschaft zu integrieren. Selbst kleine Angebote wie „Komm – ich zeige Dir unsere Region“ helfen. Gerade den Kindern, aber natürlich auch deren Eltern können wir die neue Heimat, unseren schönen Wald und unsere Tierwelt zeigen. Deutschland und unsere Gesellschaft stehen vor einer großen Herausforderung. Hier können und sollten die Wandervereine einen kleinen Beitrag leisten.

Wandern ist die mit Abstand beliebteste Outdooraktivität der Deutschen. 69 Prozent und damit die Mehrheit der deutschsprachigen Bevölkerung sind aktive Wanderer. Über 50 Millionen Deutsche wandern. Man könnte meinen, es hat sich bereits herumgesprochen, das Wandern Spaß macht und gesund ist. Warum noch mehr Öffentlichkeit? Viele Aspekte

wie etwa das Naturschutz-Engagement der Vereine sind eben noch nicht ausreichend bekannt. Außerdem wollen wir noch mehr Menschen zum Wandern bewegen. Und schließlich wollen wir mit dem Tag des Wanderns das bürgerschaftliche Engagement in den Vereinen stärken und die Arbeit unserer Vereine in den Mittelpunkt stellen.

Wie kann der Tag des Wanderns das bürgerschaftliche Engagement in Vereinen stärken? Zum Beispiel können Besucher durch Mitmachaktionen in den Vereinen für die Vereinsarbeit begeistert werden. Einige dieser Besucher werden bleiben und als neue Mitglieder helfen, die Arbeit in den Vereinen zu machen. Außerdem wollen wir durch den Tag auch in der Politik stärker wahrgenommen werden und dort für mehr – auch finanzielle – Unterstützung werben.

WANDERN MACHT SPASS

Wie soll die Öffentlichkeit am Tag des Wanderns von all den positiven Effekten des Wanderns für die Gesellschaft erfahren? An diesem Tag werden wir im Fokus der Öffentlichkeit stehen, eine besonders gute Gelegenheit, uns vielfältig zu präsentieren. Es wird Wanderungen der DWV-Vorstandsmitglieder in ihren Gebietsvereinen geben. Ob der Tag zum Erfolg wird, hängt aber ganz wesentlich davon ab, ob alle Landesverbände, Gebietsvereine sowie Ortsgruppen, Zweigvereine und Abteilungen mitziehen. Sie gestalten den Tag.

Das heißt konkret? Der Phantasie sind keine Grenzen gesetzt. Das kann ein Fachforum zum Naturschutz sein oder ein Tag der offenen Tür in einer

Wanderhütte oder auch eine besonders attraktive Feierabend-Wanderung. Hauptsache, es macht Spaß und die Menschen bekommen Lust, mitzumachen. Ich würde mich freuen, wenn eine Ortsgruppe oder Abteilung diesen Tag nutzt, um Flüchtlingen die Heimat zu zeigen. Deutlich werden soll an diesem Tag die Vielfalt unserer Bewegung, ebenso wie regionale Besonderheiten. Auch Kooperationen mit Gastwirten, Naturparks oder Naturschutzverbänden sind in jedem Fall erwünscht, da gibt es viele wirklich tolle Beispiele gelungener Zusammenarbeit.

Viele Vereine klagen darüber, dass sich zu wenige junge Menschen engagieren. Was bringt der Tag des Wanderns hier? Natürlich sind wir froh, wenn wir auch die junge Generation vom Wandern überzeugen. Schön wäre es deswegen, wenn an diesem Tag viele Familien rausgehen; auch einen Schnuppertag zum Markieren von Wegen, einen Hüttenaktionstag oder eine Kulturveranstaltung kann ich mir gut vorstellen.

Hilft der Deutsche Wanderverband bei entsprechenden Aktivitäten? Wir verstehen uns als eine Plattform, als eine Art Ideensammler. In der Geschäftsstelle des Wanderverbandes sammeln wir gute Ideen, schöne Beispiele, die wir auch gerne weitergeben.

Warum der 14. Mai? Das ist der Gründungstag des Deutschen Wanderverbandes. Und es freut uns sehr, dass die Mitgliederversammlung diesen 14. Mai als zukünftigen bundesweit gemeinsamen Aktionstag beschlossen hat. Wir freuen uns drauf und hoffen auf eine große Unterstützung.

Tag des Wanderns mit Leben füllen

Künftig wird es jedes Jahr am 14. Mai einen Tag des Wanderns geben. An diesem Tag stehen die Vielfalt des Wanderns und das Engagement der Vereine für die Gesellschaft im Mittelpunkt der Öffentlichkeit. Außerdem ist der Tag dazu da, möglichst vielen Menschen zu zeigen, wie viel Spaß Wandern macht.

Gelingen kann der Tag des Wanderns jedoch nur, wenn möglichst alle Landesverbände, Gebietsvereine sowie Ortsgruppen, Zweigvereine und Abteilungen mitmachen und den Tag mit Leben füllen. Die DWV-Geschäftsstelle sammelt deswegen Ideen zum Beispiel für Mitmachaktionen, die auch

gerne zur Anregung für andere Vereine weitergegeben werden.

Kontakt: Deutscher Wanderverband
Wilhelmshöher Allee 157-159
34121 Kassel
0561-9 38 73-0
info@wanderverband.de