



DeutscherWanderverband

Pressemitteilung 13 / Kassel, 25. Mai 2018

Deutscher Seniorentag in Dortmund vom 28. bis 30. Mai

Pressemitteilung

Im Alter gesund wandern

Das vom Deutschen Wanderverband zertifizierte Gesundheitswandern ist Thema während des Deutschen Seniorentages in Dortmund. Natürlich gibt es dort auch praktische Übungen und jede Menge Informationen.



Der Deutsche Wanderverband (DWV) stellt auf dem 12. Deutschen Seniorentag, der vom 28. bis 30. Mai 2018 in Dortmund stattfindet, das „Gesundheitswandern, zertifiziert nach DWV“ vor. Der Deutsche Seniorentag bietet mit über 200 Veranstaltungen, prominenten Gästen wie Marianne Koch und Eckart von Hirschhausen, zahlreichen Mitmach-Aktionen sowie vielen Messeständen konkrete Anregungen für ein aktives, möglichst gesundes und selbstbestimmtes Älterwerden.

Deutscher Wanderverband
Kleine Rosenstraße 1-3
34117 Kassel
Telefon 05 61 / 9 38 73 -0
Telefax 05 61 / 9 38 73 -10
info@wanderverband.de
www.wanderverband.de
www.wanderbares-deutschland.de

Am Montag und Dienstag, dem 28. und 29. Mai, ist der Deutsche Wanderverband mit dem DWV-Gesundheitswandern am IN FORM-Stand (Halle B3, Stand B04) präsent. Jeweils um 12.00 Uhr wird DWV-Gesundheitsreferentin Christine Merkel Übungen aus dem Gesundheitswandern zum Mitmachen anbieten. Im Mittelpunkt wird die Förderung der Koordination stehen, was unter anderem das Gleichgewicht verbessert. Merkel: „Das ist für Seniorinnen und Senioren besonders wichtig, um Stürzen vorzubeugen.“ Außerdem stehen einfache Übungen zur Förderung der Beweglichkeit und zur Kräftigung auf dem Programm. Alle Übungen können auch einfach zu Hause selber durchgeführt werden – oder bei geführten DWV-Gesundheitswanderungen, welche die 750 vom DWV ausgebildeten und zertifizierten Gesundheitswanderführer bundesweit anbieten. Dabei werden kürzere Strecken von etwa drei bis sechs Kilometern gewandert, unterwegs werden Übungen aus der Physiotherapie eingebaut.

Das DWV-Gesundheitswandern wurde in Kooperation mit der FH Osnabrück entwickelt und ist laut § 20 SGB V präventionsanerkannt,

wenn es von Gesundheitswanderführern mit bewegungstherapeutischer Grundausbildung in Kursform durchgeführt wird. In diesem Fall erstatten die gesetzlichen Krankenversicherungen einen Teil der Kursgebühren.

Das DWV-Gesundheitswandern gehört zur Bewegungsinitiative des DWV „Let´s go – jeder Schritt hält fit“ und ist Teil von IN FORM – Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung. Die Initiative verfolgt das Ziel, das Ernährungs- und Bewegungsverhalten in Deutschland nachhaltig zu verbessern.

Insgesamt erwartet die Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen e.V. (BAGSO) zum Seniorentag mehr als 15.000 Teilnehmerinnen und Teilnehmer in den Westfalenhallen in Dortmund. Die Großveranstaltung wird von Bundespräsident Frank-Walter Steinmeier als Schirmherr eröffnet. BAGSO-Vorsitzender Franz Müntefering: „Es werden spannende und unterhaltsame Tage sein in Dortmund. Es geht um wichtige Herausforderungen und es geht um Lebensqualität im Älterwerden. Wir informieren, diskutieren und zeigen Handlungsbedarfe: Pflege, Generationenvertrag, altersgerechte Mobilität, Digitalisierung. Aber auf dem Deutschen Seniorentag wird auch gesungen und getanzt. Dreimal L: laufen, lernen, lachen. Darum geht es an drei Tagen in den Westfalenhallen Dortmund.“

Der Deutsche Seniorentag findet alle drei Jahre in einem anderen Bundesland statt. Weitere Informationen zum 12. Deutschen Seniorentag in Dortmund gibt es unter www.deutscher-seniorentag.de. Informationen zum Gesundheitswandern und zur Weiterbildung zum Gesundheitswanderführer, zertifiziert nach DWV, gibt es unter www.gesundheitswanderfuehrer.de

Seit 1883 vertritt der Deutsche Wanderverband gegenüber Politik und Behörden die Interessen seiner Mitglieder und ist der Fachverband für das Wandern und die Wegearbeit in Deutschland. Als Dachverband von rund 70 landesweiten und regionalen Gebirgs- und Wandervereinen mit rund 600.000 Mitgliedern hat der DWV wichtige Initiativen wie das Kita-, Schul- und Gesundheitswandern oder die Ausbildung von Wanderführern gemeinsam mit Partnern ins Leben gerufen. Als anerkannter Naturschutzverband hat der DWV zudem eine wichtige Funktion im Dialog von Naturnutzern und -schützern. Er ist Initiator des bundesweiten Tages des Wanderns am 14. Mai und zertifiziert im Rahmen der Qualitätsinitiative „Wanderbares Deutschland“ Regionen, Wege und Gastgeber, wenn sie sich besonders gut für Wanderer eignen.

Pressekontakt: Jens Kuhr, Tel. (05 61) 9 38 73-14, E-Mail: j.kuhr@wanderverband.de

Pressemitteilung



Deutscher Wanderverband
Kleine Rosenstraße 1-3
34117 Kassel
Telefon 05 61 / 9 38 73 -0
Telefax 05 61 / 9 38 73 -10
info@wanderverband.de
www.wanderverband.de
www.wanderbares-deutschland.de