

### Sprechlaufwandern mit Genesungsbegleitern

Eine Kooperationsveranstaltung von Sprechlaufwandern & Alexianer St. Joseph-Krankenhaus Berlin-Weißensee

Sprechlaufwandern tut gut, weil es draußen stattfindet und den Kopf freimacht. Getreu dem Motto „Der Weg ist das Ziel“ starten wir gemeinsam und kommen gemeinsam an. Auf der Strecke passiert, was passiert. Wer da ist, ist passend. Sprechen ist möglich. Schweigen genauso. Ein Genesungsbegleiter läuft mit und sorgt dafür, dass Du Dich um nichts zu sorgen brauchst. Dieser Rahmen unterstützt die Entwicklung gesundheitsfördernder Gewohnheiten im Umgang mit Belastungskrisen.

Die Teilnahme ist kostenfrei. Die Teilnahme ist auf maximal 12 Personen beschränkt.

ANMELDUNG unbedingt ERFORDERLICH: [www.sprechlaufwandern.de](http://www.sprechlaufwandern.de)

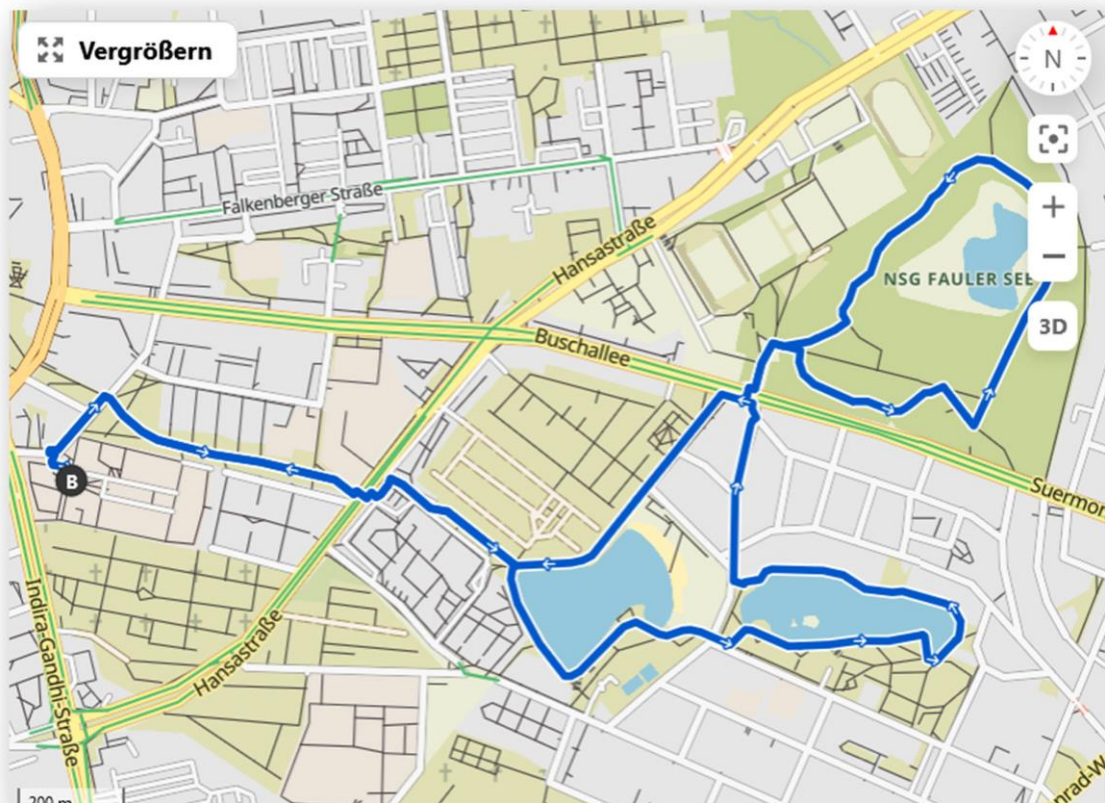
### Erster Termin

**3 Seen-Wanderung in Weißensee, Länge: 6,5 Kilometer**

**Datum:** Mittwoch, 11. Oktober 2023

**Uhrzeit:** 16:00 bis ca. 17:30 Uhr

**Treffpunkt:** Alexianer St. Joseph-Krankenhaus Berlin-Weißensee (Haupteingang)



## Zweiter Termin

**Wanderung Schönerlinder Teiche**, Länge: 6,5 Kilometer

**Datum:** Mittwoch, 18. Oktober 2023

**Uhrzeit:** 16:00 bis ca. 17:30 Uhr

**Treffpunkt:** S-Bahnhof Mühlenbeck-Mönchmühle

