

Herbstwalk der Bewegten Apotheke fördert Gesundheit in Wieden

Die „Bewegte Apotheke“ kommt in den 4. Bezirk! Ab sofort können Wiedener beim kostenlosen Walking-Treff mit professionellen Trainern aktiv werden. Mehr dazu im Artikel!

Wien hat einen neuen Anlaufpunkt für gesundheitsbewusste Einwohner: Die Initiative „Bewegte Apotheke“ hat jetzt auch die Wieden erreicht. Diese neueste Erweiterung ermöglicht es den Anwohnern, kostenlos und unkompliziert an wöchentlichen Walking-Treffs teilzunehmen. Der Herbstwalk, der kürzlich auf dem Sankt-Elisabeth-Platz stattfand, markiert den offiziellen Start der Initiative im vierten Bezirk.

Vertreter aus der Politik und Gesundheitsförderung waren anwesend: Bezirksvorsteherin Lea Halbwidl (SPÖ), Dennis Beck, Geschäftsführer der Wiener Gesundheitsförderung (WiG), sowie Marion Bittner, die Programmleiterin der „Bewegten Apotheke“. Auch Felix Lerch, Leiter der Stern Apotheke, war dabei. „Mit der Stern Apotheke sind nun 20 Bezirke Teil dieser bemerkenswerten Initiative“, erklärte Halbwidl.

Walking-Treffs und Schulungsmöglichkeiten

Die Walking-Treffs dauern jeweils eine Stunde und werden zunächst von professionellen Trainern geleitet. Später können aktive Teilnehmer, die als „Multis“ bezeichnet werden, die Leitung übernehmen. Diese Multis erhalten kostenlose Schulungen, um optimal auf ihre zukünftigen Aufgaben vorbereitet zu sein. Zusätzlich stehen Weiterbildungen und

Vernetzungstreffen auf dem Programm, um den Teilnehmern ein sicheres und gesundes Walking-Erlebnis zu bieten.

„Wir freuen uns sehr, dass die Initiative nun auch im 4. Bezirk verfügbar ist. Wir fördern damit die Gesundheit der Wiedener Bevölkerung“, so Halbwidl weiter. Besonders in einem urbanen Umfeld wie der Wieden sei es wichtig, Bewegungsanreize zu schaffen, um die Gemeinschaft und Nachbarschaft zu stärken.

Auch Dennis Beck ist erfreut über die positive Resonanz der Initiative. Er betont, dass die „Bewegte Apotheke“ zwei wichtige Aspekte für gesundes Altern adressiert: „Gesunde Bewegung an der frischen Luft und die Freude an gemeinsamen Aktivitäten.“ Die wachsende Zahl an Teilnehmerinnen und Teilnehmern zeigt, dass das Konzept Anklang findet, und motiviert die Verantwortlichen, das Projekt weiter auszubauen.

Die Walking-Treffs auf der Wieden finden jeden Mittwoch um 9.30 Uhr vor der Stern Apotheke in der Favoritenstraße 25 statt. Damit wird der Bevölkerung eine regelmäßige Möglichkeit geboten, aktiv zu sein und gleichzeitig soziale Kontakte zu pflegen.

Wer mehr über die Aktivitäten und Entwicklungen rund um die „Bewegte Apotheke“ erfahren möchte, kann sich im Internet informieren, etwa unter einem **Artikel auf meinbezirk.at**.

Details	
Quellen	• www.meinbezirk.at

Besuchen Sie uns auf: die-nachrichten.at