



# DIE ORTENAU BEWEGT SICH

Aktiv. Gesund. Klimafreundlich.

Eine Initiative der AG Klimawandel und Gesundheit der Kommunalen Gesundheitskonferenz  
Ortenaukreis

## **Bewegung macht schlau. Und noch viel mehr.**

Wer sich bewegt, vernetzt nicht nur seine Hirnzellen, sondern tut auch etwas gegen Übergewicht, Bluthochdruck, Herzinfarkte, Schlaganfälle und Diabetes. Bewegung fördert die Gesundheit - körperlich wie geistig. Und sie schützt das Klima!

Deshalb ruft die AG Klimawandel und Gesundheit im Mai 2025 dazu auf, neue Wege zu gehen:

- öfter zu Fuß oder mit dem Rad unterwegs sein
- Fahrgemeinschaften bilden
- an spannenden Veranstaltungen teilnehmen

**Aktiv unterwegs – gut fürs Klima, doppelt gut für mich!**



Kontakt:

✉ [kgk@ortenaukreis.de](mailto:kgk@ortenaukreis.de) • ☎ 0781 805 6307 • [www.ortenaukreis.de/kgk](http://www.ortenaukreis.de/kgk)

# VERANSTALTUNGEN DER AG KLIMAWANDEL UND GESUNDHEIT

## JEDEM KIND EIN FAHRRAD, DAS WÄR'S! DENN: BEWEGEN MACHT SCHLAU!

6. MAI 2025  
20:00 - 21:30 Uhr

Warum ist Bewegung für das kindliche Gehirn so wichtig? Warum für das Klima? Und wie kann aktive Mobilität für alle Kinder Realität werden?

Das preisgekrönte Bonner Projekt „Jedem Kind ein Fahrrad“ zeigt, wie Teilhabe und Verkehrswende Hand in Hand gehen.

[www.jekifa.de](http://www.jekifa.de)

**Referierende:** Carolynne Schwarze-Zander und Thomas Zander, Vera Dreher und Christof Wettach

**Online-Zugangsdaten:** [Zoom Link](#) | Meeting-ID: 879 1472 5918 | Kenncode: 589231



## BEWEGEN MACHT SCHLAU, BEWEGEN IN DER NATUR HÄLT GESUND

14. MAI 2025  
17:00 - 19:00 Uhr

Waldspaziergang mit Aha-Effekt: Warum tut Bewegung in der Natur so gut? Wie verändert der Klimawandel unseren Wald? Was tun Försterinnen und Waldbesitzer für seine Zukunft?

Zwei Stunden Bildung, Bewegung und Natur pur.

**Referierende:** Rosi Fehrenbach, Hans-Jörg Fries, Christof Wettach

**Treffpunkt:** Kempfenhof, Litschental 108, 77960 Seelbach

## DIE ORTENAU BEWEGT SICH – GESUND FÜR DICH: ACHTSAM DEN (BANN-)WALD IM NATIONALPARK SCHWARZWALD GENIEßEN

19. MAI 2025  
14:00 - ca.17:00 Uhr

Entdecke die beruhigende Kraft des Waldes beim achtsamen Wandern im über 100 Jahre alten Bannwald. Durch gezielte Atem- und Achtsamkeitsübungen wird Stress reduziert, das Immunsystem gestärkt und die Verbindung zur Natur intensiviert. Ein Angebot für Groß und Klein.

Anmeldung bis 15. Mai an [kgk@ortenaukreis.de](mailto:kgk@ortenaukreis.de)

**Referentin:** Anke Hofmann, Dipl.-Psychologin und Psychotherapeutin

**Treffpunkt:** vor dem Nationalparkzentrum Ruhestein (Treppe)



# VERANSTALTUNGEN DER AG KLIMAWANDEL UND GESUNDHEIT

## BEWEGEN MACHT SCHLAU UND GESUND - UNTERWEGS ALS FAMILIE

21. MAI 2025  
19:00 Uhr

Wie lässt sich aktives Familienleben in den Alltag integrieren? Ist ein Urlaub mit dem Rad möglich – mit Kind und Kegel?

Inspirierende Impulse für mehr gemeinsames Unterwegssein.

**Referenten:** Axel Schäfer und Christof Wettach

**Ort:** Katholisches Pfarrzentrum Ettenheim, Rohanstraße 22, 77955 Ettenheim

## ROLLERN, ZUHÖREN, QUIZZEN

24. MAI 2025  
11:00 - 17:00 Uhr

Kids im Alter von 6-12 lernen spielerisch, wie man körperliches, geistiges und seelisches Gleichgewicht findet. Mit Rollparcours, Quiz und Urkunden für jedes Kind.

Monika Kunscher (ADFC), Vera Dreher und Christof Wettach

**Ort:** SFZ am Mühlbach, Vogesenstr. 14a, 77652 Offenburg

## FILM: METROPOLEN IN BEWEGUNG - WIE GELINGT DIE VERKEHRSWENDE?

28. MAI 2025  
19:00 Uhr, 6 € Eintritt

Die preisgekrönte Dokumentation zeigt Lösungen für eine neue urbane Mobilität – von Barcelona bis Singapur.

**Moderation:** Karl-Heinz Wössner (BUND), Christof Wettach

**Ort:** Kinocenter Haslach, Neue Eisenbahnstraße 8, 77716 Haslach

## HINWEISE AUF EXTERNE VERANSTALTUNGEN

STADTRADELN ORTENAUKEIS: [LINK](#)

ADFC OFFENBURG: [LINK](#)

