

Gemeinschaft | Austausch | frische Luft



Schritte, die verbinden

– gemeinsam spazieren –

Am „**Internationalen Tag der seelischen Gesundheit**“ wollen wir gemeinsam ein Zeichen setzen: Mitmachen können alle Menschen – unabhängig von Alter, Fitness oder Vorerfahrung. Die Spaziergänge sind **kostenlos** und **ohne Leistungsdruck**.

Aktionstag am
10.10.2026
an vielen Orten in
Schleswig-Holstein

Alle Informationen zu Spazierängen in
Ihrer Gegend finden Sie auf der Webseite der LVGF SH:

www.lvgfsh.de/schritte-die-verbinden



Eine gesundheitsförderliche Initiative:

