

kostenfrei

# Beim Wandern die Seele baumeln lassen

TRIER ZU FUSS ERKUNDEN – 1 ½ – 2-STÜNDIGE EINFACHE GEFÜHRTE WANDERUNGEN

**Aschermittwoch,  
14.02.2024  
14:00 Uhr**  
Kleiner Rundweg über  
die Höhen von Tarforst  
» Treffpunkt:  
Sportplatz Tarforst –  
Wanderparkplatz,  
Bushaltestelle:  
Tarforster Straße

**Christi  
Himmelfahrt,  
09.05.2024,  
14:00 Uhr**  
Kleiner Rundweg im  
Mattheiser Wald  
» Treffpunkt:  
Parkplatz Mariahof,  
Bushaltestelle:  
Mariahof (Gut)

**Sonntag,  
01.09.2024,  
14:00 Uhr**  
Kleiner Rundweg durch  
den Weißhauswald  
» Treffpunkt: Kaiser  
Wilhelm Brücke/Peter-  
Caesar-Haus (Bushalte-  
stelle Bitburger Straße)  
oder um 14.20 Uhr am  
Haus des Waldes

**Allerheiligen,  
01.11.2024,  
14:00 Uhr**  
Kleiner Rundweg im  
Ruwertal und um  
Mertesdorf  
» Treffpunkt:  
Schwimmbad Mertes-  
dorf, Bushaltestelle:  
Grünhaus

- » Wanderbegleiter: Reinhard und Winfried Müller (Eifelverein) und Franz-Josef Wagner (Netz G – Landesnetzwerk Selbsthilfe Seelische Gesundheit)
- » Eine Anmeldung für die Wanderungen ist nicht notwendig
- » Weitere Informationen unter [www.netzwerkdepressionen.de](http://www.netzwerkdepressionen.de)

## Kontakt

Haus der Gesundheit Trier / Trier-Saarburg e.V.

Ansprechpartnerin: Paula Orlt

 0651 > 436 22 17

 [impuls@hdg-trier.de](mailto:impuls@hdg-trier.de)

 [www.impuls.hdg-trier.de](http://www.impuls.hdg-trier.de)

 Impuls Trier

**IMPULS TRIER** für alle > frei zugänglich > ohne Gebühren  
> an vielen Orten > Einstieg jederzeit möglich > nicht nur für  
Sportasse

**HINWEIS:** Die Teilnahme an dem Angebot erfolgt auf eigene Gefahr und  
eigenes Risiko.

- » Wettergerechte Kleidung und festes Schuhwerk tragen.
- » Bei starkem Regen/ Unwetter findet die Wanderung nicht statt.
- » Bei der Teilnahme an dem geplanten Gaststättenbesuch nach der  
Wanderung, dies bitte anmelden: [bettina.mann@trier.de](mailto:bettina.mann@trier.de) oder  
Telefon 0651/718-3547

Gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V.