



Bewegungsgipfel

**Donnerstag, 29.06.2023
in der Kunstakademie Trier**

Mehr Bewegung für alle Bürgerinnen und Bürger in Deutschland – und zwar unabhängig von Wohnort und finanziellen Möglichkeiten. Das war das Ziel des ersten Bewegungsgipfels 2022 in Berlin.

Denn Bewegung ist entscheidend für die körperliche und psychische Gesundheit jedes Einzelnen.

Auch in Trier ist Bewegung ein zentrales Thema kommunaler Gesundheitsförderung.

Ob eine Kommune eine „bewegte Kommune“ ist, darüber entscheiden vor allem die strukturellen Rahmenbedingungen und vorhandenen Bewegungsmöglichkeiten vor Ort.

Mit der Veranstaltung „Bewegungsgipfel“ sollen Maßnahmen und Strukturen aufgezeigt werden, die kommunale Bewegungsförderung in Trier zu stärken.

15:00 Uhr Ein gutes Mittel gegen Stress: Bewegung

Sport und Bewegung sind perfekt für den Stressabbau. Aber warum ist das so? Und wie kann man sich motivieren, langfristig aktiv zu sein?

Dr. Juliane Hellhammer, StressZentrum Trier

16:30 Uhr Kaffeepause mit Imbiss

**17:00 Uhr Bilanz und Perspektiven:
Impuls Trier – Stadt und Quartier
in Bewegung**

Bettina Mann, Jugendamt Trier

**17:30 Uhr Podiumsdiskussion
„Kommunale Gesundheitsförderung“**

Elvira Garbes, Bürgermeisterin Stadt Trier

Marc Borkam, Ortsvorsteher Trier-West/Pallien

Sabine Becker, Gesundheitsamt Trier-Saarburg

Bettina Mann, Jugendamt Trier

Melanie Bergweiler, Quartiersmanagement Ehrang

18:30 Uhr Ende

Moderation: Caroline Thielen-Reffgen

Alle Interessierten sind herzlich eingeladen.

Anmeldung

Anmeldungen bitte per Mail bis zum
16.06.2023 an: Lisann.Loetzke@trier.de
Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, ob Sie die
gesamte Veranstaltung besuchen möchten oder
nur vor oder nach der Kaffeepause dabei sind.
Die Teilnahme ist kostenfrei.

Mit Ihrer Anmeldung erklären Sie sich einverstanden, dass
Ihre Daten im Rahmen der o.g. Veranstaltung verwendet und
gespeichert werden. Außerdem stimmen Sie der Aufnahme von
Fotos sowie deren Verwendung im Rahmen der Berichterstat-
tung zu. Diese Einwilligung können Sie jederzeit widerrufen.

Kontakt

Jugendamt Trier
Bettina Mann
bettina.mann@trier.de
0651-7183547

Haus der Gesundheit Trier/Trier-Saarburg e.V.
Paula Ort
info@hausdergesundheit-trier.de
0651-4362217

Veranstaltende

- > Stadt Trier, Jugendamt
- > Haus der Gesundheit Trier/Trier-Saarburg e.V.
- > Europäische Akademie des rheinland-
pfälzischen Sports e.V.