



Grafik © www.iconsolid.com / Thomas Mani

Donnerstag, 8. Mai 2014

# Auf eigenen Beinen – mit Körperkraft unterwegs

Öffentliche Veranstaltung des VCS beider Basel  
ab 19.15h Apéro

19.45h Referate und Diskussion  
(Vorgängig Mitgliederversammlung, 18.15h)

Jobfactory Basel, Dreispitz | S-Bahn 3 / Tram 10, 11, E11  
Bordeaux-Strasse 5, 4053 Basel | Bus 36, 37, 47 bis „Dreispitz“

VCS Sektion beider Basel, Gellertstrasse 29, 4052 Basel  
Tel. 061 311 11 77, PC 40-12334-9  
[www.vcs-blbs.ch](http://www.vcs-blbs.ch), [vcs.blbs@bluwin.ch](mailto:vcs.blbs@bluwin.ch)

Für Mensch  
und Umwelt



# Auf eigenen Beinen – mit Körperkraft unterwegs

Gehen ist das uns angeborene Fortbewegungsmittel. Auf eigenen Beinen sind wir natürlich, umweltfreundlich und mit menschlichem Tempo unterwegs. In einer Zeit, in der wir Energie in riesigen Mengen verschlingen und weite Distanzen zum scheinbar selbstverständlichen Aktionsradius gehören, fokussieren wir auf das ursprünglichste Antriebssystem – den Körper.

Verschiedenste Einflüsse prägen unser Bewegungsverhalten und das unserer (Kindes-)Kinder. Die Situation auf den Strassen, unsere eigenen Wünsche, Bedürfnisse und Ängste. Dr. med. Bettina Bringolf-Isler schildert in diesem Zusammenhang «was Kinder bewegt». Der Solarpionier Martin Vosseler präsentiert das Gehen als «Allerheilmittel» und Botschaft auf seinen Sonnenwanderungen.

Bei allen Möglichkeiten, sich heute in kurzer Zeit über enorme Distanzen transportieren zu lassen, gehen die Vorzüge des Gehens nur allzu leicht vergessen – an diesem Abend jedenfalls nicht!

## Referate und Diskussion

# *Auf eigenen Beinen – mit Körperkraft unterwegs*

### «Bewegungsverhalten im Alltag – was Kinder bewegt»

#### **Bettina Bringolf-Isler**

Dr. med. und Dr. phil. MPH, Schweizerisches Tropen- und Public Health-Institut Basel (Swiss TPH) zeigt, welche Rahmenbedingungen Kinder in Bewegung halten – oder bremsen.

### «Allerheilmittel Gehen – einfach, wirksam, kostengünstig»

#### **Martin Vosseler**

Dr. med., Buchautor und Wanderer (Basel) berichtet über seine Sonnenwanderungen und die vielen Bereiche, auf die sich das Gehen positiv auswirkt.

**Moderation: Stephanie Fuchs**, Geschäftsführerin VCS beider Basel