

Gemeinsam das Tübinger G'mütswegle entdecken

Ein offenes und kostenloses Angebot
der Universitätsstadt Tübingen



**Für alle
Interessierten**

**Für Menschen
mit Demenz
und deren
Angehörige**



Das G'mütswegle ist ein besonderer Weg im Wald

Ein Pfad, der dazu einlädt, innezuhalten, die Natur bewusst wahrzunehmen und Impulse für das eigene Wohlbefinden mitzunehmen. Gemeinsam gehen wir den Weg in ruhigem Tempo und entdecken verschiedene Stationen, die zum Nachdenken, Austausch und Durchatmen anregen. Ob allein, mit Freunden oder in Begleitung – alle sind herzlich willkommen.

Wann:

Donnerstag, 7. Mai 2026, 10 Uhr

Mittwoch, 13. Mai 2026, 10 Uhr

Mittwoch, 17. Juni 2026, 16 Uhr

Dienstag, 23. Juni 2026, 10 Uhr

Wo: Fitnessstation Sand, gegenüber Falkenweg 3 bzw. 5

Am **Mittwoch, den 13. Mai und 17. Juni 2026** möchten wir vor allem **Menschen mit Demenz in Begleitung von Angehörigen** einladen. In einer unterstützenden und ruhigen Umgebung, begleitet von ausgebildeten Pflegefachkräften, erleben wir den Weg gemeinsam – mit ausreichend Zeit und ohne Eile.

Wichtige Hinweise:

- Der Weg ist nicht barrierefrei
- Bitte achten Sie auf wetterangepasste Kleidung und festes Schuhwerk
- Teilnahme auf eigene Verantwortung

Kontakt:

Universitätsstadt Tübingen

Gesundheitsförderung für ältere Menschen

Anna Debler

E-Mail: anna.debler@tuebingen.de

Telefon: 07071 204-1922