



Autofasten Zu-Fuß-Geh Sonntag

Gute Gründe mitzumachen!

☀ Zu-Fuß-Gehen ist die einfachste, gesündeste und klimafreundlichste Art der Fortbewegung.

☀ Gehen gibt das richtige Tempo vor! Wir machen die Erfahrung der Entschleunigung und nehmen die Schöpfung bewusst wahr.

☀ Gemeinsam gehen mit anderen Menschen stärkt die Gemeinschaft. Gehen verbindet Generationen.

☀ Gehen hat mit unserem Glauben zu tun. Gehend hat sich das Christentum verbreitet und weiterentwickelt.

☀ Gehen ist gut für unsere Gesundheit: Es senkt das Risiko von Herz-Kreislauferkrankungen, steigert die Konzentration und die Schlafqualität

☀ Gehen ist unschlagbar für kurze Distanzen: Kein langwieriges Parkplatzsuchen, einfach losgehen von der Wohnungs- bis zur Kirchentür.