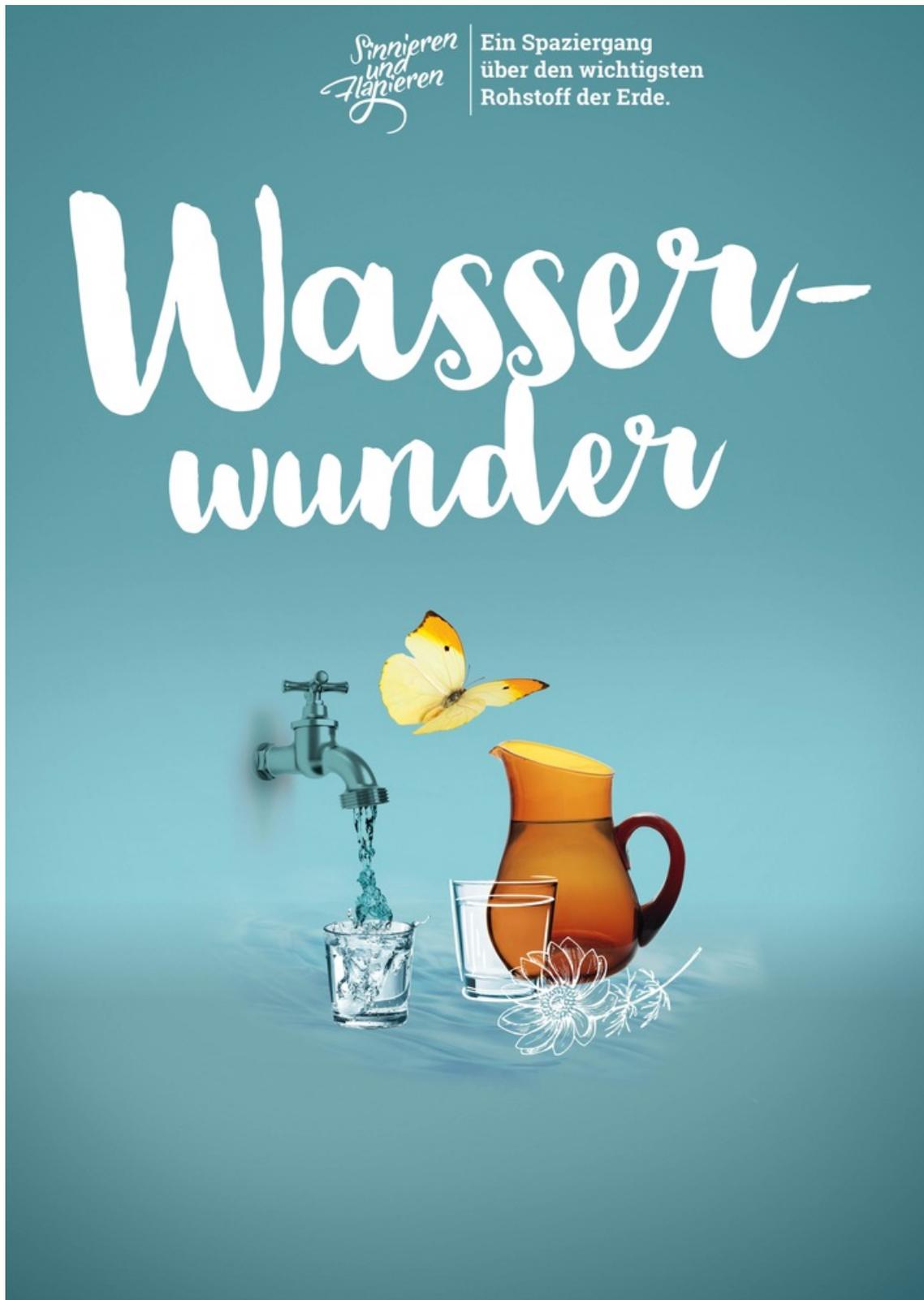


24.06.2020 - 06:00 Uhr

## Themenspaziergänge 2020: Drei spannende Themen in fünf Schweizer Städten



Laufen (ots) -

Aufgrund der Corona-Pandemie musste der Saisonstart der beliebten Themenspaziergänge "Sinnieren und Flanieren" der EGK-Gesundheitskasse verschoben werden. Am 29. Juni findet nun der erste Themenspaziergang mit dem Titel "Wasser-Wunder" in St. Gallen statt.

Das wichtigste Element unserer Ernährung ist Wasser. Jedoch ist nur ein Prozent der Wasservorräte weltweit direkt als Trinkwasser verfügbar und dazu erst noch extrem ungleich verteilt. Auf dem Rundgang durch die Stadt zeigen uns die Wasser-Connaissure ihre Lieblingsbrunnen in St. Gallen, Aarau und Zürich. Aber nicht nur dem wertvollen Nass geht die EGK-Gesundheitskasse auf ihren diesjährigen Themenspaziergängen nach. Der Spaziergang "Teller statt Tonne" widmet sich in Olten, St. Gallen und Zürich dem Umgang mit Lebensmitteln. Und unter dem Titel "Grosis Superfood" können Interessierte in Solothurn und Zürich Power-Nährstoffe aus Ihrer Region entdecken. Alle Informationen zu den Themen, Daten und Durchführungsorten, Referenten und Moderatoren finden Sie unter [www.sinnierenundflanieren.ch](http://www.sinnierenundflanieren.ch).

Temperamentvolle Stimme trifft auf grünen Umweltaktivisten

Am 29. Juni eröffnet die EGK-Gesundheitskasse mit "Wasser-Wunder" in St. Gallen die diesjährige Themenspaziergang-Saison. Diesmal gestalten die bekannte FM1-Radiomoderatorin Katerina Mistakidis und der St. Galler Kantonsrat und Umweltberater Meinrad Gschwend den öffentlichen Spaziergang. Dank einem sehr einfach zu bedienenden Audio-System ist es für die Mitspazierenden möglich, das Zwiegespräch der beiden hautnah mitzuerfolgen. Der Themenspaziergang findet nach Feierabend statt und dauert insgesamt nicht mehr als eineinhalb Stunden - inklusive Verpflegung. Wegen der Corona-Pandemie wurden zudem zusätzliche Schutzmassnahmen getroffen: Pro Spaziergang sind maximal 20 Spaziergänger zugelassen, die Audiosysteme werden mit Sterilium gründlich gereinigt und alle Spaziergänger erhalten ein kleines Desinfektionsmittel, Papiertaschentücher sowie Schutzmasken. Das Tragen der Masken ist freiwillig.

Auf natürlichen und gesunden Wegen

Die Veranstaltungsreihe "Sinnieren und Flanieren" ist eine Initiative der EGK-Gesundheitskasse und entspringt einem ihrer zentralsten Anliegen: Wir setzen uns für den besten Gesundheitsweg ein und setzen dabei auf Natur und Nachhaltigkeit. Der Förderung des Wohlbefindens durch körperliche und geistige Bewegung kommt dabei eine grosse Bedeutung zu. Damit schaffen wir einen Mehrwert für alle Teilnehmenden, unabhängig davon, ob sie bei der EGK versichert sind oder nicht.

Auskünfte an die Medienschaffenden erteilt gerne:

EGK-Gesundheitskasse, Ursula Vogt, Leiterin Kommunikation,  
Brislachstrasse 2,  
4242 Laufen, Telefon 061 765 51 14, Mobile 079 734 96 19,  
[ursula.vogt@egk.ch](mailto:ursula.vogt@egk.ch), [www.egk.ch](http://www.egk.ch)

Medieninhalte



*Das wichtigste Element unserer Ernährung ist Wasser. Jedoch ist nur ein Prozent der Wasservorräte weltweit direkt als Trinkwasser verfügbar und dazu erst noch extrem ungleich verteilt. Auf dem Rundgang durch die Stadt zeigen uns die Wasser-Connaissure ihre Lieblingsbrunnen in St. Gallen, Aarau und Zürich. Weiterer Text über ots und [www.presseportal.ch/de/nr/100002747](http://www.presseportal.ch/de/nr/100002747) / Die Verwendung dieses Bildes ist für redaktionelle Zwecke honorarfrei. Veröffentlichung bitte unter Quellenangabe: "obs/EGK Gesundheitskasse"*

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100002747/100850442> abgerufen werden.