



# Bewegung und Kontakte pflegen

In Wallisellen soll die körperliche Bewegung im Alter gefördert werden. Aus diesem Grund wird im kommenden Spätsommer das Projekt «Zämegolaufe» lanciert. Derzeit werden noch Freiwillige für den Aufbau gesucht.

## Gemeinde Wallisellen

Regelmässiges Laufen ist gesund und hat einen positiven Einfluss auf die Lebensqualität, das ist längst bekannt. Und doch ist es manchmal schwierig, sich zu motivieren, gerade für ältere oder alleinstehende Menschen. Einfacher ist es, zusammen mit anderen zu laufen. Genau das ist die Idee von «Zämegolaufe». «Zämegolaufe» will die körperliche und seelische Gesundheit von Menschen über 60 fördern. Dazu werden in und um Wallisellen schöne Rundparcours in drei Intensitätsstufen festgelegt, von gemütlich bis flott, zwischen zwei und zehn Kilometern.

Angesprochen sind Menschen über 60, die körperlich aktiv sein wollen und das Laufen in der nahen Umgebung ohne lange Anfahrtszeiten schätzen. Das Gute an «Zämegolaufe»: Eine An- oder Abmeldung ist nicht erforderlich und es gibt keine Verpflichtung, regelmässig mitzumachen. Genau diese Flexibilität und Freiheit schätzen die Teilnehmenden sehr. Ein weiteres Plus: Alle Gruppen werden auf ihrem Rundgang begleitet.

## Ein Projekt der Universität Zürich

Was genau steckt hinter «Zämegolaufe»? Im Frühling 2015 startete die Universität Zürich in Wetzikon eine wissenschaftliche Studie. Das Ziel: Eine Antwort finden auf die Frage, wie sich die körperliche Aktivität von Menschen über 60 regelmässig und nachhaltig fördern lässt. Frühere Untersuchungen hatten gezeigt, dass die regelmässige körperliche Aktivität sich insbesondere dann erfolgreich steigern lässt, wenn mehrere Einflussfaktoren gleichzeitig berücksichtigt werden. So haben das soziale Umfeld sowie die gebaute und natürliche Umgebung zweifellos einen grossen Einfluss auf die körperliche Aktivität.

Die Forscher unter der Leitung von Professor Milo Puhani liessen die Studienteilnehmerinnen und -teilnehmer aktiv bei der Entwicklung des Programms mitarbeiten. Die Studie zeigte zweierlei: Erstens, die Implementierung eines neuartigen Bewegungsförderungsansatzes ist möglich, und zweitens, die Zielgruppe kann sich nach dem Rückzug der Forschungsgruppe selbstständig organisieren und weiterentwickeln.

## Sorgende Gemeinschaft

«Das Angebot ist ein Schritt Richtung «sorgende Gemeinschaft», im Englischen spricht man von Caring Communities», erklärt Karin Zindel, Leiterin der Anlauf-



Mehr Bewegung an der frischen Luft: «Zämegolaufe» will neue Bekanntschaften und gemeinsame Erlebnisse fördern.

BILD ZVG

stelle für Altersfragen. «Caring Communities vereinen Menschen, die sich an ihrem Wohnort im Alltag gegenseitig unterstützen. Ein Gegenstand zur Anonymität und Einsamkeit.» Möglich machen das für alle Teilnehmenden kostenlose «Zämegolaufe» in Wallisellen die Stiftung Luna, die katholische Pfarrei St. Antonius sowie die Evangelisch-reformierte Kirchgemeinde Wallisellen.

«Gerade die Corona-Pandemie zeigt, wie wertvoll Solidarität und gegenseitige Unterstützung in einer Gesellschaft sind», ergänzt Karin Zindel. «Mit «Zämegolaufe» fördern wir diese Werte in unserer Gemeinde.» Zusammen mit Lucia Reinecke von der Katholischen Pfarrei und Ulrike von Allmen von der Evangelisch-reformierten Kirchgemeinde lanciert sie im laufenden Jahr verschiedene Angebote zum Jahresthema «Einsamkeit», darunter auch «Zämegolaufe».

Zurzeit sucht Projektleiterin Alexandra Decurtins von «Zämegolaufe» mehrere

Personen 60+ für den Aufbau von «Zämegolaufe» in Wallisellen. Was diese Personen mitbringen sollten, ist Freude an der Bewegung in der Natur und am Umgang mit Menschen.

## Sinnvolles Engagement

Diese Freiwilligen sind die Ansprechpersonen, organisieren die Detailplanung der Parcours sowie den monatlichen Stammtisch. Das Mitwirken am Aufbau von «Zämegolaufe» ist ein sinnvolles Engagement, eine wertvolle Bereicherung des Alltags und macht sicherlich auch viel Spass. Die während der Umsetzung von «Zämegolaufe» gemeinsam erlebte Freude und Dankbarkeit bei den erreichten Menschen wird von unbezahlbarem Wert sein.

Beim Aufbau von «Zämegolaufe» sowie während der zwölfmonatigen Umsetzungsphase wird das Team von Alexandra Decurtins begleitet. Auf freiwilliger Basis treffen sich zudem alle «Zämegolaufe»-

Teams der Schweiz einmal jährlich. Im Vordergrund dieser sogenannten Academy stehen der Austausch untereinander und die gegenseitige Inspiration sowie aktuelle Informationen durch die Projektleitung.

## Kontakt

Interessierte Freiwillige melden sich bei «Zämegolaufe»-Projektleiterin Alexandra Decurtins: via Telefon 078 628 70 47, E-Mail ad@nfbb.ch, oder Karin Zindel, Beauftragte für Altersfragen Wallisellen: via Telefon 044 832 64 31 oder via E-Mail karin.zindel@wallisellen.ch. Mehr Informationen zu den 14 bereits bestehenden «Zämegolaufe»-Standorten im Kanton Zürich sind im Internet unter der Website [www.zaemegolaufe.ch](http://www.zaemegolaufe.ch) zu finden.

## AUS DEN VERHANDLUNGEN DES GEMEINDERATS

# Lieferverzögerungen wird vorgebeugt

Der Gemeinderat hat sich an seiner letzten Sitzung mit Computerchips und verschiedenen Bauvorhaben beschäftigt.

Das bestehende Netzwerk muss auf den Bezugstermin des neuen Gemeindehauses erweitert werden und einsatzfähig sein. Wie der Presse in den letzten Tagen zu entnehmen war, wird sich die Corona-Krise auch auf die Lieferketten und die Produktion von Computerchips und weiterer Hardwarekomponenten auswirken.

Der Umfang lässt sich noch nicht abschätzen. Damit allfällige Lieferverzögerungen keine Auswirkungen auf den Bezugstermin und damit die Einsatzbereitschaft der Gemeindeverwaltung haben, wurde der erforderliche Kredit im Umfang von 192 000 Franken bereits zum jetzigen Zeitpunkt ausserhalb des bewilligten Budgets genehmigt. Auf diese Weise sollte genügend Zeitreserve vorhanden sein, allfällige Lieferverzögerungen aufzufangen zu können. Durch das Tiefbaumteam des Kantons Zürich wird momentan der

Verkehrskreislauf an der Weststrasse (der sogenannte «Katzenkreisel») saniert. Im Baustellengebiet befindet sich eine Pumpendruckleitung, die das Abwasser aus dem Gebiet Herzogenmühle zur Indus-



Im Bau: Das neue Gemeindehaus.

BILD ML

triestrasse leitet. Diese Leitung ist in einem baulich schlechten Zustand und so sollen die Strassenbauarbeiten nun für deren Ersatz genutzt werden. Für diese Arbeiten ist ein Kredit von 69950 Franken inklusive Mehrwertsteuer genehmigt.

## Aus dem Bauausschuss

Dem Baukonsortium Schöffli-Grabenstrasse (c/o SAY Immo AG) wurde der Abbruch Scheune Schöffli-Grabenstrasse 39 und der Neubau eines Mehrfamilienhauses mit Untervergarage bewilligt. Im viergeschossigen Neubau mit Schrägdach sind neun Wohnungen und eine Untervergarage mit 16 Stellplätzen vorgesehen. Es sind zwei 2-Zimmer-, vier 3-Zimmer- und drei 4-Zimmer-Wohnungen geplant. Das auf dem Baugrundstück bestehende Doppelteinfamilienhaus Schöffli-Grabenstrasse 41 und 43 ist im Inventar der schützenswerten Bauten und Anlagen verzeichnet und bleibt unverändert bestehen.

Melanie und Valérie Albrecht c/o Flückiger & Corviglia Immobilien GmbH, Zürich, wurde die Totalsanierung des

Mehrfamilienhauses Kirchstrasse 2 baurechtlich genehmigt. Das 1914/16 erbaute Mehrfamilienhaus ist im Inventar der schützenswerten Bauten und Anlagen als Inventarobjekt von kommunaler Bedeutung erfasst. Aufgrund der geplanten Baumaassnahmen wurde die Schutzwürdigkeit des Gebäudes geprüft, und es wurde ein Schutzkatalog erstellt. Im Bereich der bestehenden Gewerberäume (ehemaliges Büro und Druckerei des «Anzeigers von Wallisellen») im Sous-Terrain sollen zwei neue Wohnungen eingebaut werden. Die bestehenden vier Wohnungen in den oberen Geschossen werden saniert, indem innere Trennwände verschoben und neue Küchen und Badezimmer eingebaut werden. Die bestehende Lohkammer in der Nordwestfassade des Wohnhauses erhält ein zusätzliches Fenster. Beim südöstlichen eingeschossigen Anbau, der nicht Teil des Schutzmangels ist, werden Fenster verändert bzw. verschlossen. Die bestehenden drei Stellplätze im Garten werden um drei zusätzliche Stellplätze ergänzt. (pd.)

## TELEVISTA 8304

### Mai-Magazin geht auf Sendung

Von morgen Freitag, 28. Mai, bis Donnerstag, 10. Juni, strahlt der Walliseller TV-Sender Televista jeweils ab 12 Uhr sein aktuelles Mai-Magazin aus. Diesmal mit den Beiträgen aus dem «Schule macht TV»-Projekt: Berichtet wird beispielsweise über den Stand der Sanierung des Sportzentrums, den Brüttenertunnel, Pfadi und Corona sowie eine Veloweltreise in den Iran. Das Magazin wird stündlich bis Mitternacht ausgestrahlt. Von Mitternacht bis Mittag folgen Wiederholungen. Weiterhin dienstags und donnerstags um 9 Uhr im Programm: Seniorenturnen für Frauen respektive Männer. Mit jeweiliger Wiederholung freitags beziehungsweise montags um 15 Uhr. (pd.)

Alle Informationen auf: [www.televista.ch](http://www.televista.ch)

## MUSIKSCHULE ALATO

### Anmeldung für das neue Schuljahr

Das Kind möchte ein Musikinstrument lernen oder in einer Gruppe mit anderen musizieren? Vielleicht spielen auch die Eltern selbst mit dem Gedanken? An der Musikschule Alato gibt es für Kinder, Jugendliche und Erwachsene ein breites Angebot. Kinder und Jugendliche besuchen den Unterricht wöchentlich, ab der Oberstufe ist zweiwöchentlicher Unterricht möglich. Für Erwachsene besteht auch die Möglichkeit zum Buchen von Einzelkektionen oder eines 10er-Abos.

Meldeschluss ist der 1. Juni, auch für Abmeldungen oder Änderungen in schon bestehenden Musikunterricht. Eine Anmeldung zum Unterricht ist jederzeit via Onlineformular über die Website der Musikschule möglich. (pd.)

Alle Informationen auf: [www.ms-alato.ch](http://www.ms-alato.ch)

## REPARIERBAR

### Corona zwingt zur erneuten Absage

Leider müssen sich die treuen Kunden der RepariBar schon wieder gedulden und ihre defekten Geräte aus den Bereichen Elektro, Haushalt, Textilien und Spielzeugen zur Seite stellen und warten. Corona erlaubt es immer noch nicht, den Betrieb der RepariBar aufzunehmen. Die Hoffnung ist bei allen Beteiligten gross, dass der beliebte Service am Samstag, den 3. Juli, seinen Dienst wieder aufnehmen kann. (pd.)

## IN KÜRZE

### Postfinance: Walliseller wird Filialleiter in Horgen

Der in Wallisellen aufgewachsene Fabio Cappelli (30) ist per 1. Juli 2021 mit der Leitung der Filiale Horgen einschliesslich Standort Meilen der Postfinance AG betraut worden. (e.)

## ANZEIGE

**COPYCENTER**  
WALLISELLEN GmbH

Unser Betrieb ist weiterhin geöffnet

Briefpapier / Kuvert  
Imagebroschüren  
Baupläne / Poster  
Beschriftungen  
Roll-up / Messestände  
Trauer- und Dankeskarten  
Schnell, günstig, kreativ  
und erst noch freundlich.

044 831 10 00 - [info@copycenter1.ch](mailto:info@copycenter1.ch)