



## Projekt «Zäme go laufe» wirkt als Jungbrunnen

**Olten** Heute Mittwoch gehen Oltnerinnen und Oltner erstmals «zäme go laufe». Am Informationsnachmittag nahmen rund 60 interessierte Personen teil.

Das Projekt mit dem vielsagenden Namen «Zäme go laufe» will Personen ab 60 Jahren zum regelmässigen gemeinsamen «Spazierwandern» anregen. Ab September wird jeden Mittwochnachmittag eine Spazierrunde (Parcours) mit Start und Ziel in Olten angeboten und von einem Freiwilligenteam begleitet – von gemächlich bis zügig, von zwei bis gut zehn Kilometer, kostenlos und unverbindlich. Das Projekt, so die Ideengebernden, ermögliche neue Kontakte und Naturerleb-

nisse, motivierte zur regelmässigen Bewegung und wirke sich positiv auf die körperliche und psychische Gesundheit aus. Sogar das Gedächtnis verbessere sich dadurch.

### Stadtrat hat sich für das Projekt eingesetzt

Wie Raphael Schär-Sommer, Stadtrat und Sozialdirektor von Olten, am Informationsnachmittag berichtete, war der Oltner Stadtrat davon sofort begeistert und hat sich dafür eingesetzt, dass dieses Projekt nach Olten kommt.

Im Kanton Solothurn hat sich nun die Abteilung Prävention der Solothurner Spitäler für ein Pilotprojekt an vorerst drei Standorten eingesetzt. Der erste Spaziergang findet am Mittwoch, 7. September 2022, statt. Treffpunkt: 13.30 Uhr, Bushaltestelle Bornblick. (otr)