



Schöne gemeinsame Stunden: Die „selbstgestALTER“ beim Café Gut Füchtel.

Foto: Beermann

# Gemeinsamer Spaziergang findet großen Anklang

Erfolgreiche Premiere für Reihe der „selbstgestALTER“ / „Ganz unkompliziert neue Leute kennen lernen“

**Vechta.** 25 Vechtaer Bürger trafen sich bei strahlendem Sonnenschein erstmals zum gemeinsamen Spaziergehen. Initiiert wurde dieser unverbindliche Treff von engagierten Vechtaern. Sie nahmen Anfang des Jahres an der Workshop-Reihe „Sei auch Du ein selbstgestALTER!“ teil, die in Kooperation mit der Stadt Vechta durchgeführt wurde. In diesem Rahmen entstand die Idee zum gemeinsamen Spaziergehen, die nun unter dem Titel „Die

selbstgestALTER gehen spazieren – komm doch mit!“ in die Tat umgesetzt wurde.

Die Teilnehmer starteten am Nachmittag vom Dominikanerweg 60 in Richtung Füchteler Wald. Durch die Aufteilung in drei Gruppen konnte jeder selbst entscheiden, wie weit er laufen möchte.

Gemeinsames Ziel war das Café Gut Füchtel, wo anschließend zusammen eine Kaffeepause eingelegt wurde. „Alleine wäre

ich nicht los gegangen“, berichtete ein Teilnehmer. „Aber zusammen ist die Motivation viel größer.“ Eine Teilnehmerin fügte hinzu: „Das Beste ist, dass man ganz unkompliziert neue Leute kennenlernen kann und gleichzeitig seinem Körper etwas Gutes tut.“

Wer Lust auf frische Luft, Bewegung und Gemeinschaft hat, kann am nächsten Treffen teilnehmen. Die Spaziergänge finden regelmäßig an jedem 2. und

4. Donnerstag eines Monats statt. Der nächste Termin ist am kommenden Donnerstag (9. Mai). Los geht es um 14.45 Uhr (angepasst an die Zeiten des Stadtbusses) bei der Bushaltestelle am Dominikanerweg 60.

Eine Anmeldung ist nicht notwendig. Bei Fragen und Anregungen steht Lisa Beermann telefonisch unter 04441/9777902 und per E-Mail an [beermann@sozialstation-vechta.de](mailto:beermann@sozialstation-vechta.de) zur Verfügung.