

Mut-Lauf in Kiel und Berlin

Entstigmatisierung per Sport

BERLIN/KIEL (rd). Der Mut-Lauf ist das neue Pendant zur von Sebastian Burger initiierten Mut-Tour auf dem Rad. Auch beim Lauf geht es um Entstigmatisierung von Depressionen und seelischer Erkrankung. Er fand erstmals 2016 in Berlin statt. 2017 kommt der Mut-Lauf nun nicht nur in die Hauptstadt, sondern auch nach Kiel. Weitere Orte sind bereits in Planung.

Die Strecke ist niedrigschwellig: Eine Runde beträgt zwei Kilometer, zwischen 17 und 19 Uhr können beliebig viele Runden gedreht werden. Der Mut-Lauf in Berlin findet am Freitag, 4. August, auf dem Tempelhofer Feld statt. Und zwar unter Schirmherrschaft von Bundesgesundheitsminister Hermann Gröhe. Als Veranstalter fungiert bipolaris, die Manie & Depression Selbsthilfevereinigung

Berlin-Brandenburg e.V.. Bereits einen Monat früher starten die Kieler Läufer, und zwar am Samstag, dem 8. Juli. Organisiert wird dieser Lauf vom Kieler Fenster zusammen mit dem LTV Kiel-Ost. Stattfinden wird der Lauf auf den Moorteichwiesen (Johann-Meyer-Straße), zusammen mit einem umfangreichen Rahmenprogramm.

Der Mut-Lauf soll Bewegung bzw. Sport ohne Leistungsanspruch fördern – daher wird es keine Siegerehrung oder Platzierung geben. Vielmehr soll allen Menschen – mit und ohne Psychiaterfahrung – die Chance geboten werden, sich zusammen mit anderen Menschen sportlich zu betätigen und Spaß zu haben, so die Veranstalter. Auch für drei bis siebenjährige Kinder wird es einen eigenen Lauf geben. Sozialpsychiatrische Anbie-



Bild aus dem Vorjahr: Läufer auf dem Tempelhofer Feld.

Foto: Joanna Kosowska

ter, Sportvereine, Selbsthilfegruppen und andere Institutionen aus dem Gesundheitsbereich können sich mit einem Stand auf einem „Markt der Möglichkeiten“

präsentieren. Gefördert wird der Kieler Lauf unter anderem von der AOK-Nordwest. Alle weiteren Infos im Internet unter: <http://www.mut-lauf.de/>. Bei

Rückfragen: Ambulantes Zentrum, KIELER FENSTER – Oliver Wessel (Telefon: 0431 – 64 980 38) und Sven Klemsen (0431 – 64 980 34).