

Empfang für „Mut-Tour“ in Nürnberg

GESUNDHEIT Aktivisten aus Bremen machen bei einer Rundfahrt durch Deutschland auf seelische Erkrankungen aufmerksam.

NÜRNBERG – Unter dem Motto „Mut zur Selbsthilfe – Unterstützung sichtbar machen“ machte die „Mut-Tour“ vom Verein „Mut fördern e. V.“ aus Bremen Station am Nürnberger Gesundheitsamt.

Britta Walthelm, Referentin für Umwelt und Gesundheit, die Leiter des Gesundheitsamts, Rolf Rabenstein und Klaus Friedrich, sowie Darja Schneider von der Selbsthilfekontaktstelle KISS e. V. Nürnberg-Fürth-Erlangen, nahmen das Team in Empfang, wie die Stadt mitteilt.

3800 Kilometer in drei Monaten auf dem Tandem oder dem eigenen Fahrrad – bereits im zwölften Jahr bewegen sich rund 70 Radfahrende und 30 Wanderinnen und Wanderer in zwölf Rad-Etappengruppen und zwei Wanderteams bei ihrer „MutTour“ durch ganz Deutschland, um auf mentale Gesundheit, insbesondere auf das Thema Depression, aufmerksam zu machen. Gestartet sind sie in Bremen.

Britta Walthelm beeindruckt das Engagement: „Für mich ist es ein starkes Zeichen, dass nunmehr zum zwölften Mal rund 100 Menschen auf

dem Rad oder zu Fuß durch Deutschland touren, um die Botschaft ins Land zu tragen, dass Depression eine

ernstzunehmende Erkrankung, aber zumeist gut behandelbar ist. Ein offenes Miteinander hilft allen – den Be-

troffenen und Nichtbetroffenen. Klaus Friedrich, medizinisch-fachlicher Leiter des Gesundheitsamts Nürnberg, betont: „Als Arzt weiß ich, dass Depressionen vielfältige Ursachen und Auslöser haben. Ein passgenaues Vorgehen bei der Behandlung ist unabdingbar.“

Mobile Selbsthilfe

„Wir begrüßen den Ansatz, den Umgang mit psychischen Erkrankungen deutschlandweit sichtbar zu machen,“ unterstreicht Rolf Rabenstein, betriebswirtschaftlicher Leiter des Gesundheitsamts. Darja Schneider, Sprecherin der Selbsthilfekontaktstelle KISS e. V., favorisiert den Bewegungs-Ansatz der „Mut-Tour“: „Dass Menschen, unabhängig von Herkunft, Orientierung oder Sprache, sich gemeinsam auf eine Strecke von 3800 Kilometern quer durch Deutschland begeben, ist eine Form der mobilen Selbsthilfe. Wir wissen, dass der erste Schritt oft der schwerste ist, und sind deshalb gern Begleiter auf diesem Weg.“ Den Abschluss der Tour bildet Osnabrück am Dienstag, 3. September.



„Mut-Tour 2024“ vor dem Nürnberger mit Referentin Britta Walthelm (Dritte von links stehend), Klaus Friedrich, medizinischer Leiter des Gesundheitsamts (Dritter von rechts stehend), sowie Vertreterinnen und Vertreter der „Mut-Tour“ des ADFC Nürnberg.
Foto: Ulrike Goeken-Haidl/Gesundheitsamt der Stadt Nürnberg