

## PRESSEMITTEILUNG

### **Radfahren gegen das Stigma der Depression – am 16. Juni startet die Mood Tour in Freiburg**

**Leipzig, 1. Juni 2012** – *Gibt es in diesem Sommer noch einen anderen Sport neben der Fußball-Europameisterschaft? Die Antwort lautet: Ja, absolut. Zwischen dem 16. Juni und dem 15. September fährt die Mood Tour unter der Schirmherrschaft der Stiftung Deutsche Depressionshilfe, der Deutschen DepressionsLiga e.V. und dem Präsidenten des Bundes Deutscher Radfahrer, Rudolf Scharping, 4.500 km durch ganz Deutschland. Sicher ist die Mood Tour auch bald in Ihrer Nähe - seien Sie an einem der 31 Aktionstage dabei!*

Ziel der „Stimmungs-Tour“ ist es, ein starkes Zeichen gegen das Stigma der Depression zu setzen, einen offenen Umgang mit der Erkrankung und Sport ohne Leistungsdruck vorzuleben. Dafür radeln von Depression Betroffene mit nicht an Depression erkrankten Fahrern auf drei Tandems von Freiburg nach Berlin. In sieben Etappen aufgeteilt, legen die Radler im Durchschnitt 55 Kilometer pro Tag zurück. Eine Etappe dauert zwischen neun und 14 Tagen.

„Über Depression reden noch zu wenige. Wir wollen mit der Mood Tour gegen dieses Tabu anfahren und möchten zeigen, dass Sport und Bewegung in der Natur depressiv Erkrankten gut tun können“, so Sebastian Burger, Initiator der Mood Tour.

Auch Rudolf Scharping, Präsident des Bundes Deutscher Radfahrer und Schirmherr der Mood Tour, kann dem nur beipflichten und ergänzt: „Was gibt es schöneres, als gemeinsam die Natur auf dem Rad zu genießen, mit dem Fahrtwind im Gesicht und der angenehmen Anspannung in den Beinen. Das ist maximale Entspannung für Seele und Körper!“

Umrahmt werden die Etappen von 31 Aktionstagen, die gemeinsam vom bundesweiten Netzwerk des Deutschen Bündnisses gegen Depression, der AOK und dem Allgemeinen Deutschen Fahrrad-Club (ADFC) veranstaltet werden. Ein buntes Programm mit Infoständen und begeisterten Radsportlern lädt alle Mitbürger ein dabei zu sein – zahlreiche Städte, darunter Berlin, München, Stuttgart, Hannover, Nürnberg, Leipzig und Köln werden von der Tandem-Tour besucht. „Wir wollen zeigen, dass Depression nicht

## PRESSEMITTEILUNG

nur einzelne, sondern viele betrifft – immerhin gibt es 4 Millionen Betroffene – niemand sollte sich verstecken müssen“, sagt Jürgen, Mitfahrer auf der Mood Tour.

Die Stiftung Deutsche Depressionshilfe wird gemeinsam mit dem Leipziger Bündnis gegen Depression den Aktionstag am 4. August in Leipzig gestalten. „Neben Infoständen und Bühnenprogramm gibt es auch die Möglichkeit, in kleinen Führungen auf Tretrollern die Innenstadt zu erkunden“, freut sich Dr. Christine Rummel-Kluge, Geschäftsführerin der Stiftung Deutsche Depressionshilfe. „Mit dieser Veranstaltung auf dem Marktplatz wollen wir das Thema Depression ganz bewusst in das Zentrum der Stadt und damit auch in den Blickpunkt der Öffentlichkeit rücken“, betont Prof. Dr. Ulrich Hegerl, Vorstandsvorsitzender der Stiftung.

„Allen Teilnehmern wünsche ich viel Vergnügen und einen unvergesslichen Tag. Bei so einer Radtour geht’s ja mal auf, mal ab – fast wie im richtigen Leben!“, scherzt Schauspieler und Entertainer Harald Schmidt, Schirmherr der Stiftung Deutsche Depressionshilfe.

Weitere Informationen unter <http://mood-tour.de/>.

Gefördert wird die Mood Tour von der AOK, der DRV, der Stiftung zur Förderung des Gesundheitswesens und der Willy Robert Pfitzer Stiftung.

## PRESSEMITTEILUNG

### **Kontakt:**

Ihre Ansprechpartner sind:

Herr Prof. Dr. Ulrich Hegerl (Vorstandsvorsitzender)

Frau PD Dr. Christine Rummel-Kluge (Geschäftsführerin)

Stiftung Deutsche Depressionshilfe

Semmelweisstr. 10, 04103 Leipzig

Tel.: 0341.97 24 49 3, Fax: 0341.97 24 59 9

info@deutsche-depressionshilfe.de

<http://www.deutsche-depressionshilfe.de/>

### **Stiftung Deutsche Depressionshilfe**

#### **Depression erforschen – Betroffenen helfen – Wissen weitergeben**

Ziel der Stiftung Deutsche Depressionshilfe (Nachfolge des Kompetenznetzes Depression, Suizidalität) ist es, einen wesentlichen Beitrag zur besseren Versorgung depressiv erkrankter Menschen und zur Reduktion der Zahl der Suizide in Deutschland zu leisten. Forschungsförderung und Aufklärungsaktivitäten zum Thema Depression sollen dazu beitragen, Betroffenen zu einer optimalen Behandlung sowie mehr Akzeptanz in der Gesellschaft zu verhelfen.

3.331 Zeichen. Abdruck honorarfrei. Beleg erbeten.

Weitere Informationen für die Presse bei:

Susanne Janicke, PR-Referentin Stiftung Deutsche Depressionshilfe

Tel.: +49 341 97 24 51 2

E-Mail: [presse@deutsche-depressionshilfe.de](mailto:presse@deutsche-depressionshilfe.de)