

4500 Kilometer per Tandem gegen Depressionen

SELBSTHILFEGRUPPEN Ausstellungseröffnung am 14. Januar im Bürgerhaus

SCHORTENS/LR – Eine neue Veranstaltungsreihe startet die Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe (KISS) am Dienstag, 14. Januar, um 17.30 Uhr im Bürgerhaus Schortens mit einer Ausstellung zur Mood-Tour „Deutschland eine Reise – 4500 Kilometer unterwegs gegen die Depression“. An der Fahrradtour nahm aus Friesland ein Mitglied der Selbsthilfegruppe „Lichtblick“ teil.

Zur Eröffnung spricht Bürgermeister Gerhard Böhling, im Anschluss gibt Marlies Hick-Mühl, Leiterin des Instituts für Meditation, Logotherapie & Existenzanalyse, Anregungen für eine „sinnorientierte, ganzheitliche Lebensgestaltung“.

Die Ausstellung zeigt Fotos mit Szenen der „Mood Tour 2012“, die mit Tandems 4500 Kilometer quer durch Deutschland führte. In 20



Bei der ersten Mood-Tour 2012 fuhren Menschen mit und ohne Depressionserfahrungen quer durchs Land. BILD: KISS

Städten kamen die Teilnehmer – unterstützt von Infoständen, Aktionen und spontanen Mitfahrern – mit zahlreichen Menschen in Gesprächen über die Krankheit „Depression“ zusammen. In der

„Stimmungstour gegen Depressionen“ radelten in den drei großen Teams Menschen mit und ohne Depressionserfahrungen. Der Initiator der „Mood-Tour“, der Bremer Künstler Sebastian Burger, er-

öffnet die Ausstellung im Bürgerhaus Schortens.

Die Mut machende Bilder- und Textschau bleibt bis zum 27. Januar im Bürgerhaus geöffnet. Im Rahmen der Ausstellung bietet KISS am 21. Januar einen kostenfreien Workshop mit Marlies Hick-Mühl zu „Lebensfreude gewinnen“ an.

Die Ausstellung endet mit dem Einpersonen-Stück „Steile Welle“ mit Marion Witt von der „Compania t“ am Montag, 27. Januar. Beginn ist um 20 Uhr, der Eintritt kostet 2 Euro. „Steile Welle“ zeigt Beispiele für den Umgang mit Krankheit und Anders-Sein auf.

Zuvor können sich Interessierte ab 18.30 Uhr an den Infoständen verschiedener Selbsthilfegruppen und der KISS-Friesland über deren Arbeit informieren.

→ @ www.kiss-friesland.de
www.mod-tour.de

6.1.14 NW2