

Mut-Tour endet erstmals in Braunschweig

Die Radler legen 3600 Kilometer zurück, um auf das Thema Depressionen aufmerksam zu machen.

Von Katharina Keller

Braunschweig. Mit Pfeilen aus Kreide ist die Kaiserstraße an diesem Tag versehen. Schließlich folgt ein „Herzlich willkommen“ – und die Radfahrer haben die letzte Etappe geschafft. Und somit endet die Mut-Tour in diesem Jahr in Braunschweig. Knapp drei Monate waren verschiedene Teams in ganz Deutschland unterwegs, um in der Öffentlichkeit auf das Thema Depressionen aufmerksam zu machen. Insgesamt mehr als 3600 Kilometer legten die Radfahrer seit Mitte Juni zurück.

Die Nord-Besetzung startete vor knapp einer Woche in Jena – und radelte etwa über Merseburg, Halle und Wernigerode nach Braunschweig zur Kontaktstelle für Selbsthilfe, kurz Kibis. „Im Schnitt sind wir 50 bis 55 Kilometer am Tag gefahren“, berichtet Teilnehmerin Maria Müller. Die 50-Jährige aus Baden-Württemberg ist seit Beginn der Mut-Tour im Jahr 2012 dabei. Müller kennt sich mit dem Thema Depressionen aus und möchte auf das Angstthema aufmerksam machen. „Es ist für Außenstehende schwer



Das Team und die Mitstreiter: (von links) Nicole Sattler, Ines Kampen, Peter Kraus, Maria Müller, Corinna Merkel, Bastian Petersen, Kim Geißler, Franziska Radczun, Annika Schulz und Richard Heinrichs.

FOTO: KATHARINA KELLER

nachzuvollziehen. Ein Beinbruch oder Bandscheibenvorfall sind greifbarer. Und man weiß, nach einigen Wochen geht es besser. Bei einer Depression ist das nicht so“, unterstreicht sie. Auf Aktionstagen machte das Team, das auch mit Mut-Tour-Shirts unterwegs war, darauf aufmerksam. „Es geht darum, Depression als ernsthafte Krankheit wahr-

zunehmen. Es ist nichts, wofür man sich schämen müsste“, betont die 23-jährige Kim Geißler. Depressionen hätten viele Gesichter, die Formen seien sehr unterschiedlich, erklärt Müller, die zum ersten Mal in Braunschweig ist.

„Was ich gesehen habe, hat mir sehr gefallen.“ Über Wolfenbüttel fuhr das Team Richtung Löwenstadt.

Am Südsee vorbei, an der Oker entlang. Viel Zeit für eine Stadtbesichtigung aber blieb den Teilnehmern aus Frankfurt, Berlin oder der Pfalz zum eigenen Bedauern nicht. Viele Pausen hatten die Radfahrer, die mit Tandems unterwegs waren, auf ihren Etappen eingelegt. Auch hier spielte die Erfahrung mit Depressionen eine große Rolle. „Es ist wichtig, zu entschleunigen“, betont Geißler.

Und natürlich gab es auf der Strecke auch einige Hindernisse zu überwinden. „Wir standen beispielsweise plötzlich vor einem Gitter und kamen nicht weiter. Wir mussten wie im wahren Leben kleine Hürden nehmen“, berichtet Müller und schmunzelt. Die Teilnehmer wirken geschafft, aber glücklich. Und: In einer akuten Depression sei niemand, alle seien in einem stabilen Zustand, unterstreicht Müller.

Ines Kampen lauschte den Gesprächen nach der Abschlussetappe derweil sehr aufmerksam. Die Leiterin der Kibis freut sich über den Abschluss in Braunschweig. „Wir waren ja schon häufiger Etappenziel und haben Aktionen auf dem Burgplatz angeboten, wir waren aber noch nie Zielpunkt“, berichtet Kampen.