

# Laufen gegen Depressionen

**WORMS** (red). Seit 2014 findet im Rahmen der „Wormser Tage der Seelischen Gesundheit“ der Solidaritätslauf „Bewegt aus der Depression“ statt. In diesem Jahr findet er vom 1. bis 17. April statt. Jeder kann für sich oder mit anderen laufen. Ziel der gemeinsamen Aktion des DRK Hauses für Jugend- und Familienhilfe, der DRK Tagesklinik und Psychiatrische Institutsambulanz, der Psychiatriekoordination der Stadtverwaltung Worms sowie des Caritasverbands Worms ist es, der „Depression Beine zu machen.“ Die gelaufenen Kilometer sowie Rückmeldungen und Fotos vom Zieleinlauf können im oben genannten Zeitraum an folgende E-Mail-Adresse gemeldet werden: [psychiatriekoordination@worms.de](mailto:psychiatriekoordination@worms.de). Denn jeder Kilometer zählt. Gerne kann

man sich auch als Laufpate beteiligen und spenden: Caritasverband Worms e.V., Psychosoziales Zentrum, IBAN: DE12 5535 0010 0002 0143 14, Verwendungszweck: Solidaritätslauf. Die Spenden kommen der Laufgruppe und den Flüchtlingen aus der Ukraine zu Gute.

Im April startet auch wieder die Laufgruppe für Menschen mit psychischen Erkrankungen. Teilnehmen darf jeder, der das Laufen beginnen oder wieder langsam einsteigen möchte. Ab dem 6. April jeden Mittwoch um 16 Uhr, Treffpunkt ist der Parkplatz gegenüber der Jahnturnhalle in der Philosophenstraße. Für Rückfragen ist die Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle unter 06241-2 06 17 42 oder per E-Mail an [beratungsstelle@caritas-worms.de](mailto:beratungsstelle@caritas-worms.de) zu erreichen.