



**Samstag, 4.6.2016**

**MUT-TOUR Mitfahr-Aktion HEIDELBERG**

**10.00 Uhr:** Infostände, Imbiss, Café und musikalische Beiträge auf dem Karlsplatz

**11.30 Uhr:** Ansprache Bürgermeister Wolfgang Erichson

**12.30 Uhr:** Gemeinsamer Start nach Weinheim

**14.15 Uhr:** Ankunft in Weinheim, Pause

**15.00 Uhr:** Rückfahrt nach Heidelberg

**16.45 Uhr:** Etwa-Rückankunft



**SEID AUCH DABEI!**

Interessierte, Rad-Begeisterte und Firmen- oder Vereins-Teams sind herzlich eingeladen! Ob mit oder ohne Depressionserfahrung: Radelt mit und setzt ein Zeichen gegen Ausgrenzung und die Stigmatisierung psychischer Erkrankungen!

**ALLE KÖNNEN MITFAHREN!**

Begeistert Freunde, Verwandte oder Kollegen mitzukommen! Es wird langsam gefahren. Der ADFC Heidelberg stellt die Tourenleitung. Kommt einfach mit dem Rad zum Karlsplatz, Kosten entstehen keine.

**Freitag, 3.6.2016**

**MUT-TOUR Abendgespräch HEIDELBERG**

Einen Tag vor dem großen Bundesauftakt der MUT-TOUR 2016 findet am Freitag, 3. Juni 2016, von 18.00 bis 20.00 Uhr ein Gesprächsabend in der VHS Heidelberg (Bergheimer Str. 76) statt:

**IMPULSVORTRAG „Bewegung und seelische Gesundheit“**

Prof. Dr. Gerhard Huber, Institut für Sport und Sportwissenschaft Heidelberg

**GESPRÄCHSRUNDE**

- Prof. Dr. Gerhard Huber, ISS Heidelberg
- Claudia Richter, Expertin in eigener Sache, Mitglied im Beirat von Menschen mit Behinderungen Heidelberg, MUT-TOUR-Teilnehmerin
- Manuela Östreich, Berufsgenossenschaft Rohstoffe und chemische Industrie (BGRCI), Diplom- Fitnessökonomin (BA)
- Prof. Philipp Thomann, Klinik für Allgemeine Psychiatrie, Universitätsklinikum Heidelberg, Psychiater, Psychotherapeut und Lauftherapeut
- Sebastian Burger, Initiator und künstlerischer Leiter der MUT-TOUR
- Moderation: Christina Reiß, Beauftragte für Menschen mit Behinderungen der Stadt Heidelberg, Soziologin

**MEHR INFOS:**

**MUT-TOUR.DE/HEIDELBERG**

**Partner und Förderer der MUT-TOUR 2016:**

