

Groß-Gerau Echo  
31.5.2016

# Engagierter Lauf gegen ein Tabu-Thema

**BÜNDNIS GEGEN DEPRESSION** 260 Menschen sind auf der Strecke durch die Fasanerie unterwegs

VON CHARLOTTE MARTIN

**GROSS-GERAU.** Lauf gegen Depression: 260 Menschen starteten am Sonntag zur 1,5-Kilometer-Runde durch die Fasanerie. Bereits zum sechsten Mal wurde der Lauf vom Bündnis gegen Depression sowie der Abteilung Langstreckenlauf des Turnverein ausgerichtet.

Ob als geübte Läufer, als atembewusste Jogger, gut trainierte Nordic-Walker oder schlicht als naturliebende Spaziergänger: Beim Lauf gegen Depression gingen junge und ältere Teilnehmer am Sonntag frohen Mutes und solidarisch an den Start.

Es war bereits die sechste Auflage des wettbewerbsfreien Laufs, dessen Strecke im Grunde symbolhaften Charakter hat und nicht mehr als 1,5 Kilometer misst. Sportlich ehrgeizige Teilnehmer freilich ließen auf die erste Runde eine zweite und dritte folgen, mancher setzte leichtfüßig auch noch Runde vier und fünf hinzu.

Anke Creachcadec, Projektkoordinatorin des ausrichtenden Kreisbündnisses gegen Depression, das 2015 zehnjähriges Bestehen feierte, dankte der bewährten Kooperation mit der Abteilung für Langstreckenlauf des Turnvereins (TV). „Ansinnen der



**Das Teilnehmerfeld war gut gefüllt beim sechsten Lauf gegen Depression des Bündnisses gegen Depression im Kreis Groß-Gerau und der Abteilung Langstreckenlauf des Turnvereins.** FOTO: DETLEF VOLK/VOLLFORMAT

Veranstaltung ist es, auf die Volkskrankheit Depression aufmerksam zu machen. In diesem Zusammenhang ist die Förderung von seelischer Gesundheit durch Sport und Bewegung ein großes Anliegen der Veranstalter“, so Creachcadec. Trotz Unwetterwarnung und dunkler Wolken am Morgenhimmel seien erfreulich viele Läufer dabei, unterstrich sie, wenn auch deutlich weniger als 2015 – damals waren es 350 Teilnehmer.

Viele Unterstützer bezeugen

indes seit dem ersten Lauf im Jahr 2011 nachhaltig ihre Solidarität und damit zugleich den Willen, Depression aus der Randzone tabubehafteten Schweigens zu holen: Darunter auch Bürgermeister Stefan Sauer (CDU) sowie Magistratsmitglieder der Kreisstadt, Mitglieder der Stiftung für seelische Gesundheit, der Landesverband der Deutschen Gesellschaft für soziale Psychiatrie und auch das Überlandwerk Groß-Gerau (ÜWG) sowie die Kreissparkasse. Landrat Thomas

Will (SPD) hatte auch diesmal die Schirmherrschaft übernommen und ließ in seinem Grußwort ebenso wie die übrigen Redner keinen Zweifel an der ungebrochenen Bedeutung des Laufs gegen Depression.

Ein Zeitfenster von einer Stunde war vorgesehen, bevor es dann zum Läufer-Fest gegen Depression im Innenhof des Schlosses Dornberg ging. „Für manche ist Dabeisein alles, andere sind stolz, wenn sie ihre Laufleistung vom Vorjahr toppen und vier statt

drei Runden schaffen“, merkten einige Mitglieder des TV an. Aber auch Kleingruppen älterer Menschen mit Rollator, fidele Mütter, die im Laufschrift den Kinderwagen schoben und Spaziergänger mit Hund hatten sichtlich Spaß am gemeinschaftlichen Lauf. Den anschließenden Genuss von Erfrischungsgetränken, von Kaffee, Kuchen oder Deftigem vom Grill verschmähten im Schlosshof indes auch jene Gäste nicht, die ganz ohne Laufschuhe zufällig dazukamen. Die Band „Chic Times“ lockte Zuhörer jeden Alters mit Funk, Soul, Rock und Popmusik. Und für die kleinsten Läufer und Besucher stand auch in diesem Jahr das Spielmobil des Kinderschutzbundes Ried mit vielen Angeboten bereit.

Am Infotisch des Bündnisses gegen Depression gab es Auskunft zu Hilfen, Gesprächsangeboten, Veranstaltungen sowie zu harten Fakten: Depression ist eine sehr häufige Erkrankung. Studien gehen davon aus, dass 6,3 Prozent der Menschen zwischen 18 und 65 an Depression erkrankt sind. Für den Kreis Groß-Gerau mit rund 250 000 Einwohnern hieße das: Mindestens 18 000 Menschen sind von Depression betroffen.

**Information** im Netz unter [www.bgd-gg.de](http://www.bgd-gg.de).