

# „Jeder Kilometer zählt“: Lauf zum Welttag Tag der Suizidprävention

zur Unterstützung von Maßnahmen für Hinterbliebene von Suizid-Opfern.

Jährlich sterben in Deutschland circa 10.000 Menschen durch Suizid. Vom Verlust eines nahestehenden Menschen durch Suizid sind dadurch jedes Jahr mehr als 100.000 Menschen betroffen. Zur Sensibilisierung und um Hilfsmöglichkeiten aufzuzeigen: **MACHT MIT!** Es darf nicht länger ein Tabuthema sein.

Im letzten Jahr entstand die Idee der Aktion **"Jeder Kilometer zählt"** in Anlehnung an die Initiative von Mario Dieringer, der seit über einem Jahr durch Deutschland wandert und dabei die „TREES of MEMORY“, die Bäume der Erinnerung, für Hinterbliebene nach Suizid pflanzt.

Auch wir möchten uns wenigstens einmal im Jahr auf den Weg machen, um wie Mario durch Bewegung Aufmerksamkeit für das wichtige Thema Suizidprävention zu erzeugen und nebenbei Spenden für die Vereinsarbeit zu sammeln.

Und natürlich möchten wir viele Menschen motivieren, es uns gleich zu tun. Unsere Hoffnung besteht darin, dass wir Sport- sowie andere Vereine, Wandergruppen, Schulen und auch Einzelpersonen für die Aktion begeistern können.

**Es können in Eigenregie (aber natürlich gerne mit Unterstützung von uns) Spendenläufe (Joggen, Walken, die gelaufenen Kilometer während einer anstehenden Sportveranstaltung) oder Wanderungen organisiert werden, auch Fahrradtouren, Schwimmen etc. sind möglich. Was letztendlich zählt, ist die aktive Bewegung, die gleichzeitig Körper und Seele guttut.**

**Der Spendenlauf erstreckt sich über alle Aktionstage vom 07. bis 10.**

**September.** Unabhängig von Zeit und Ort kann somit jeder in Bewegung sein, ob allein oder als Gruppe. Auf der Vereinsseite auf Facebook wird dafür eine Spendenaktion erstellt, über die man seine zurückgelegten Kilometer mit einem zuvor festgelegten Betrag pro Kilometer spenden kann. Selbstverständlich kann auch an das reguläre Vereinskonto gespendet werden:

**SPK Tauberfranken IBAN DE18 6735 2565 0002 2517 26**

Wer sich jetzt angesprochen fühlt oder wer noch Fragen hat, darf sich gerne unter **info@treesofmemory-ev.com** an den Vorstand von TREES of MEMORY e.V. wenden. Mehr Infos zum Verein unter **https://www.treesofmemory-ev.com**