

**„Du läufst nur aus einem Grund.  
Und dieser Grund bist du.“**

**– Lauf- und Bewegungsgruppe gegen Depression –**



## **Bewegung gegen Depression**

**münsteraner bündnis  
gegen depression**

**Let's go!**

**Wöchentliche Lauf- und  
Bewegungsgruppe für  
Menschen mit Depression,  
Freunde & Angehörige**

|            |  |
|------------|--|
| Wer?       | Menschen mit Depression, Freunde und Angehörige  |
| Wann?      | Donnerstag, 17:00 – 18:00 Uhr  |
| Wo?        | Sportbox am Trimm-Dich-Pfad<br>im Sportpark Sentruper Höhe<br>(Sportbox über Suche bei<br>Google Maps zu finden) |
| Interesse? | Keine Anmeldung erforderlich!  |
| Fragen?    | Merle Heitkötter<br>Tel.: 0251/492 5388  |



Kooperationsprojekt von



Gefördert durch die Sparkasse Münsterland Ost