



**AKTIONSTAG &  
MITFAHR-AKTION**

**MI. 28.08.24  
AM MARKT  
IN BONN**

**MUT  
TOUR  
2024  
AKTIONSTAG**



**MACH MIT UND SETZ EIN ZEICHEN!**  
**Mehr Mut und Wissen im Umgang  
mit psychischen Erkrankungen**

Unser Partner vor Ort

**BAPK**  
Der Angehörigenverband

**Familienkreis** e.V.

**DER PARITÄTISCHE**  
KONTAKTBÜRO PFLEGESELBSTHILFE



**Hfjgk e.V. Bonn/Rhein-Sieg**  
Hilfswerk von Behinderten  
durch Privatstellen, Beratung und  
Tutoring

Alle Informationen zum Aktionstag auch auf:  
[www.mut-tour.de/aktionstage](http://www.mut-tour.de/aktionstage)  
Oder einfach den QR-Code scannen.



# AKTIONSTAG UND MITFAHREN

**10 bis 15 Uhr Infostände** rund um das Thema psychische Gesundheit und Selbsthilfe. Dort präsentieren Bonner Organisationen ihre Angebote. Das MUT-TOUR-Etappenteam ist ab **11:45 Uhr** vor Ort informiert über das Projekt und freut sich auf einen offenen Austausch.

**Ab 12:45 Uhr Start der Mitfahr-Aktion** & Verabschiedung des Teams. Begleite die MUT-TOUR auf dem privaten Rad für einige Kilometer in Richtung Brühl. Ein vorheriger Ausstieg ist jederzeit möglich!

Wir freuen uns über viele interessierte Menschen, die Gemeinsam mit uns und den Partnerorganisationen vor Ort **ein Zeichen für mehr Mut und Offenheit im Umgang mit psychischen Erkrankungen setzen!**



Mut fördern e.V.

Gefördert durch die

**AKTION  
MENSCH**

Deutsche  
Rentenversicherung

LVR  
Qualität für Menschen

**BARMER**

**DAK**  
Gesundheit



**IBApK**  
Der Angehörigenverband

deutsche  
depressionsliga

STIFTUNG **DEUTSCHE  
DEPRESSIONSHILFE  
UND SUIZIDPRÄVENTION**

Deutschen  
Arbeitsgemeinschaft  
Selbsthilfegruppen e.V.

Aktionsbündnis  
**Seelische Gesundheit**



Die MUT-TOUR ist ein Projekt von Sebastian Burger in Trägerschaft des Mut fördern e.V.,  
[www.mut-foerdern.de](http://www.mut-foerdern.de); V.i.S.d.P.: Sebastian Burger, Postfach 103011, 28030 Bremen