TOUR DE COURAGE

Unterwegs auf zwei Rädern - im Zeichen der psychischen Gesundheit

Tourleitung Armin Köhli & Manuela Langer

A. Köhli: mehrfacher Schweizermeister im Behindertenradsport, PluSport-Botschafter

M. Langer: erfahrene Tourenfahrerin, Assistentin PluSport

Eine Veranstaltung von:

pro mente sana
Schweizerische Stiftung Pro Mente Sana

NPG | RSP

In Zusammenarbeit mit:

PluSport

TOUR DE COURAGE

An der 6-tägigen Tour de Courage können **Menschen mit psychischer Beeinträchtigung** helfen, die Gesellschaft für das Thema psychische Gesundheit und Krankheit zu sensibilisieren. Auf zwei Rädern tragen sie dazu bei Vorurteile abzubauen. Unterwegs werden die Teilnehmenden von Journalisten interviewt und nehmen an Events teil. Die Medienarbeit und die Veranstaltungen dienen dazu eine breite Öffentlichkeit zu erreichen. Die Schlussetappe endet im Rahmen des ersten Nationalen Patientenkongresses (15. September 2018, www.patientenkongress.ch) im Stade de Suisse Bern.

Sei Teil dieses Projekts und melde dich noch heute an!

Tourleitung
Armin Köhli, ehem. Paralympic-Sportler, mehrfacher Schweizermeister im Behindertenradsport, erfahrener Tourenfahrer und -leiter, PluSport-Botschafter
Manuela Langer, erfahrene Tourenfahrerin und -begleiterin, Assistentin PluSport

Voraussetzung
- Gute Grundkondition
- Vorheriges Training empfehlenswert
- Fahrtüchtiges Velo ist mitzubringen
- Bereitschaft den Medien Interviews über die Velotour und die persönliche psychische Beeinträchtigung zu geben
- Obligatorische Teilnahme am Kick-off:
  Freitag, 15. Juni 2018, 17.00 - 21.00 Uhr in Zürich

Unsere Leistungen
- Kost und Logis (Vollpension)
- Begleitpersonen
- Begleitbus: transportiert Gepäck und Verpflegung

Tour und Unterkunft
- 10. bis 15. September 2018
- Route: St. Gallen SG - Frauenfeld TG - Bülach/Zürich ZH - Brugg AG - Oensingen SO - Biel BE - Bern BE
- Die Velotour wird von PluSport Behindertensport Schweiz durchgeführt.
- Einfache Hotels oder Herbergen mit Mehrbettzimmern entlang der Route

Kosten
Fr. 200.-
(Für eine finanzielle Unterstützung kann ein Antrag an Pro Mente Sana gestellt werden, Kontakt siehe unten)

Anmeldung
Das Anmeldeformular unter www.tour-de-courage.ch ausfüllen und bis 31. Mai 2018 einreichen. Die TeilnehmerInnenzahl ist beschränkt.

Auskunft
Schweizerische Stiftung Pro Mente Sana
Elisa Zwahlen, e.zwahlen@promentesana.ch
044 446 55 00