

Ångestloppet - världens kortaste stadslopp i Lund!

för att starta en dialog och minska fördomarna kring psykisk ohälsa



Studier visar att antalet unga vuxna med psykisk ohälsa har fördubblats de senaste tio åren och så många som var fjärde svensk drabbas någon gång under livet av psykisk ohälsa. Psykisk ohälsa kan vara allt ifrån oro och nedstämdhet till psykiska diagnoser. Bakom dessa studier och siffror finns människorna du möter varje dag.

För att starta en dialog kring psykisk ohälsa och bryta stigma, för det är ok att inte vara ok, arrangerar Lunds Fontänhus och fyra av Lunds Rotary-klubbar **Ångestloppet**. Världens kortaste stadslopp på 209 meter där alla kan delta och är välkomna.

Loppet äger rum på Stortorget i Lund och startskottet går kl.15.00, måndagen den 23/3. Redan från kl.14.00 blir det musik, mingel och uppvärmning. Dagen ger även möjlighet till att träffa medlemmar och handledare från Fontänhuset, för den som vill veta mer om verksamheten.

Ångestloppet sätter fokus på hur viktig kopplingen mellan fysisk och psykisk hälsa är och uppmanar oss att ta dem små stegen mot ett aktiverat liv. Så spring, gå eller kryp de 209 metrarna. Loppet är gratis och ingen föranmälan krävs. Kom som du är och delta i årets upplaga av Ångestloppet!

Ångestloppet instiftades av Fountainhouse Stockholm. Själva datumet, den 23 mars var den legendariska radioprofilen Lis Askunds födelsedag, och det var hon som tog fontänhusmodellen till Sverige. För 12 år sedan sprangs det första loppet längs Götgatan i Stockholm, och sedan dess har det fått spridning bland många av Sveriges 12 Fontänhus och i Lund springs nu loppet för fjärde året i rad. Distansen 209 meter blev mallen för *Ångestloppet*, då det var den sträckan som var tillgänglig för löparna då Götgatan spärrades av första gången för evenemanget.

Fontänhusrörelsen är en religiöst och politiskt obunden rörelse av verksamheter, så kallade klubbhus som riktar sig till personer med psykisk ohälsa. Lunds Fontänhus arbetar med studie- och arbetsinriktad psykosocial rehabilitering, meningsfull sysselsättning och återhämtning. Det gemensamma arbetet inom verksamhetens enheter möjliggör möten och utvecklandet av meningsfulla relationer och utökad livskvalitet. Verksamhetens ändamål är att skapa goda förutsättningar för att människor med psykisk ohälsa skall klara ett liv i samhället, hitta vägar tillbaka till arbete eller studier och få ett rikare liv.

Rotary är ett världsomfattande yrkesnätverk som bland annat genomför humanitära projekt, alltifrån globala insatser som utrotning av polio till lokala insatser med tillgång till rent vatten. I Sverige finns det cirka 26 000 rotarianer i över 500 klubbar. Rotary verkar för att höja den humanitära och etiska standarden i samhället. Av detta skäl stödjer Rotary Ångestloppet i Lund och denna manifestation för att uppmärksamma problemställningar kring psykisk ohälsa i samhället. Vi gör det via The Rotary Foundation och fyra rotaryklubbar i Lund – Lunds Rotaryklubb, Rotary Lund-Kloster, Rotary Lund-Ideon och Rotary Lund-St Knut. "Vi ser fram emot det fortsatta samarbetet med Lunds Fontänhus, som på ett professionellt sätt verkar för att människor som drabbas av psykisk ohälsa skall få bästa möjliga stöd och behandling."

Kontaktpersoner: Matilda Espmarker 0735 28 51 58 eller Iréne Martinsson 0723 05 16 77, Lunds Fontänhus
Monika Lekander 070 6066191, Rotary
Hemsida: lundsfontanhus.se | Mail: info@lundsfontanhus.se | facebook.com/lundsfontanhus

