

Schüler Denis Holub erläuft mit 1.124 km quer durch Deutschland in 16 Tagen über 86.000 €, genug um 942 Schülern in Malawi 5 Jahre lang tägliches Mary's Meals Schulessen zu ermöglichen.

Denis Holub hat bereits in frühen Jahren erkannt, dass Laufen eine großartige Möglichkeit ist, sich körperlich und mental zu stärken und man dabei gleichzeitig die Welt verändern kann, indem man zum Beispiel für eine wohltätige Aktion läuft. Die Idee zu seinem persönlichen Spendenprojekt für die internationale Kinderhilfsorganisation Mary's Meals ist im Lockdown entstanden, vom 30. Juli bis 14. August 2022 wurde sie dann nach rund anderthalb Jahren Planung in die Tat umgesetzt. **In 16 Tagen quer durch Deutschland**, ohne einen Tag Pause, von Freiburg nach Hamburg - im Durchschnitt legte Denis **täglich 70 km** zurück, etwa 1,7 Marathons!

Die diesjährige EM-Gold Gewinnerin über 5.000 Meter und zweifache Olympionikin **Konstanze Klosterhalfen** (25) überbrachte Denis live im deutschen Fernsehen eine persönliche Videobotschaft: „Laufen verbindet die Menschen und wir teilen dieselbe Leidenschaft. Für mich bist Du ein Held!“.

Trotz extremer Hitze und herausfordernden Umständen blieb der Schüler des Martin-Schongauer Gymnasiums in Breisach am Rhein motiviert: „Einfach nur noch laufen, ohne groß darüber nachzudenken oder irgendetwas zu fühlen. Einfach durchbeißen und dann schafft man es auch.“

Und die Courage hat sich gelohnt: Mehr als 43.000 € konnte Denis zusammenbringen. **Eine Stiftung hat den Betrag auf über 86.000 € verdoppelt.** Da 18,30 € für eine tägliche Mary's Meals Schulmahlzeit pro Kind und Schuljahr genügen, kann nun eine **942-köpfige Schule fünf Jahre lang** unterstützt werden. „Schulessen gibt den Kindern Kraft zum Lernen und motiviert sie, in die Schule zu gehen. Mich begeistert, dass Mary's Meals auf die Verbindung von Nahrung und Bildung setzt“ so Denis. Seine Wahl fiel auf eine Schule in Malawi (Afrika), wo die Arbeit von Mary's Meals vor 20 Jahren begann. An der Schule wird nun ein Schild mit seinem Namen angebracht und die Schüler erfahren von der mutigen Challenge, die ein Gleichaltriger aus Deutschland gemeistert hat.

"Denis großartiges Engagement kommt zur rechten Zeit, denn **Schulessen ist wichtiger denn je.** Allein in den letzten 3 Jahren ist die **Zahl akut hungernder Menschen** von 135 auf 345 Millionen **angestiegen.** Kinder sind besonders gefährdet. Wir ernähren täglich über 2,2 Millionen Kinder in 20 der ärmsten Länder der Welt, aber so viele Kinder warten noch...“, so Maria Christiana von Habsburg, Vorsitzende von Mary's Meals Deutschland e.V.

"Ich würde mich freuen, wenn durch meinen Lauf immer mehr Menschen auf die Situation der Kinder in diesen ärmsten Regionen aufmerksam werden", so Denis. "Bitte spendet weiter! Jeder Euro wird verdoppelt. **Ihr könnt auch mit kleinen Beträgen echt was bewirken.**" Weitere Informationen www.marysmeals.de

Wir haben den Ausnahmejugendlichen gebeten, ein **'After-Run' Resümee** zu ziehen (siehe Anhang). Im Gespräch mit uns erzählt er, wie er sein Megaziel, 1.124 Kilometer in 16 Tagen zu joggen, niemals aus den Augen verloren hat und verrät, wie man mit Rückschlägen umgeht und sich immer wieder neu motiviert. Unter

anderem erklärt er, warum Routine wichtig und die richtigen Leute alles sind und was man bei so einer Mammutaufgabe immer beibehalten sollte.

Pressekontakt: Isabel Krauel – 0173 7463104