

DIE SELBSTHILFEKONTAKTSTELLE INFORMIERT:



„Sei dabei – Limburg barriereFREI“ – Tag der Selbsthilfe am Samstag, den 21. September 2024

Unter dem Motto „Sei dabei – Limburg barriereFREI“ präsentieren sich in diesem Jahr die Selbsthilfegruppen aus dem Landkreis Limburg-Weilburg sowie der Behindertenbeirat der Stadt Limburg am Tag der Selbsthilfe in der Josef-Kohlmaier-Halle und auf dem Europaplatz Limburg. Am Samstag, 21. September 2024, von 10-15 Uhr dreht sich wieder alles rund um das Thema Selbsthilfe, Inklusion und Gesundheit. Teilnehmende Selbsthilfegruppen und Beratungseinrichtungen informieren über ihre wichtige Funktion und vielfältigen Angebote in der gesundheitlichen Versorgung. Der Behindertenbeirat der Stadt Limburg präsentiert sich mit einem Hindernisparcours zum Perspektivwechsel auf dem Europaplatz. Besonderes Highlight des diesjährigen Tags ist der Comedy-Auftritt von Martin Fromme, Deutschlands einziger asymmetrischer Komiker. Er beleuchtet auf unterhaltsame Weise das Thema Behinderung und sorgt so für Lachen und Nachdenken.

Die Mitglieder von Selbsthilfegruppen – dies können Betroffene aber auch deren Angehörige sein – suchen gemeinsam nach einem positiven Umgang mit ihrer Erkrankung oder Behinderung. Sie leisten mit Unterstützung der Krankenkassen einen erheblichen Beitrag zur Verbesserung der gesundheitlichen Situation von Menschen mit schweren, teils unheilbaren Krankheiten oder Behinderungen. Eine Selbsthilfegruppe bietet die Möglichkeit zum Austausch mit Gleichbetroffenen über die Erkrankung selbst sowie über Hilfs- und Informationsangebote und ermöglicht damit eine wertvolle Unterstützung. Der persönliche Kontakt, die Gespräche, gegenseitige Hilfestellung aber auch gemeinsame Freizeitaktivitäten können Kraft und Halt geben. Der Besuch einer Selbsthilfegruppe bietet einen offenen Austausch über persönliche Herausforderungen und kann helfen, gemeinsam Strategien zur Bewältigung von Einschränkungen zu entwickeln und die Lebensqualität von Betroffenen und deren Familien zu steigern.

Am Tag der Selbsthilfe können sich die Besucher über das facettenreiche Angebot von Selbsthilfegruppen und Beratungseinrichtungen informieren. Besonderer Schwerpunkt des diesjährigen Tags der Selbsthilfe ist das Thema Inklusion und die Sensibilisierung für das Thema Barrierefreiheit. Mit der Kampagne „Sei dabei – Limburg barriereFREI“ des Behindertenbeirats der Stadt Limburg wird auch der Europaplatz als Aktionsfläche mit Hindernisparcours eingebunden. Mit Rollstühlen, Rollatoren und Simulationsbrillen gehen die Besucher angeleitet auf Erkundungstour und Perspektivwechsel durch die Innenstadt. Diese Erfahrung ermöglicht es, alltägliche Barrieren hautnah zu erleben und ein tieferes Verständnis für die Bedürfnisse von Menschen mit Mobilitätseinschränkungen zu entwickeln. Der Hindernisparcours auf dem Europaplatz ergänzt das Programm und bietet eine einzigartige Möglichkeit, die Stadt aus einer neuen Perspektive zu erkunden.

Unter dem Titel „Inklusion gestalten, Barrieren überwinden: Ein gemeinsamer Dialog“ erwartet die Besucher eine spannende Podiumsdiskussion mit verschiedenen Expertinnen und Experten. Erster Kreisbeigeordneter Jörg Sauer, Bürgermeister Dr. Marius Hahn, der 1. Stadtrat Michael Stanke, Dr. Lucia Artner, Referentin für Inklusion und Sozialpolitik, sowie

Andreas Winkel, Behindertenbeauftragter der Hessischen Landesregierung, werden gemeinsam mit weiteren Gästen über die Herausforderungen und Chancen von Inklusion sprechen. Die Diskussion bietet Raum für den Austausch von Ideen und konkrete Ansätze zur Gestaltung einer inklusiven Zukunft.

Inklusion bedeutet, Barrieren zu überwinden und Vielfalt zu fördern. Die Kampagne „Sei dabei – Limburg barriere-FREI“ hat sich zum Ziel gesetzt, ein stärkeres Bewusstsein für Barrierefreiheit zu schaffen und die UN-Behindertenrechtskonvention vor Ort zu leben und strebt danach, eine Gemeinschaft zu formen, in der alle Menschen gleichberechtigt teilhaben können. Der diesjährige Tag der Selbsthilfe bietet eine gute Gelegenheit, sich intensiv mit den Themen Inklusion und Barrierefreiheit auseinanderzusetzen und gemeinsam an einer inklusiven Gesellschaft zu arbeiten.

Der Tag der Selbsthilfe wird durch die freundliche Unterstützung der GKV-Selbsthilfeförderung ermöglicht.

Weitere Informationen erhalten Interessierte bei der Selbsthilfekontaktstelle telefonisch unter 06431 296-635, mobil unter 0160 90714155, per Mail an selbsthilfe@limburg-weilburg.de sowie unter www.selbsthilfe-limburg-weilburg.de.