

NRW Selbsthilfe-Tour 2022

Wieso? Weshalb? Warum?

Die bundesweit einmalige Zusammenarbeit wirbt für Selbsthilfe: Krankenkassen und Selbsthilfe touren durch NRW.

Unter dem Motto „Nimm dein Leben in die Hand!“ findet von Mai bis Oktober die NRW Selbsthilfe-Tour 2022 statt. In vielen Städten Nordrhein-Westfalens gehen in diesem Zeitraum die Selbsthilfe-Kontaktstellen und Landesorganisationen der Selbsthilfe mit einem Truck und einer mobilen Bühne in die Fußgängerzonen.

Auf der Internetseite sind weitere Informationen zur Selbsthilfe-Tour und alle Tourstops zu sehen. Es werden dort Fotos und Berichte der stattgefundenen Veranstaltungen veröffentlicht.

Auf der Tour wird mit einem vielfältigen Programm für das Thema Selbsthilfe geworben. Auf der Bühne werden sich Selbsthilfegruppen vorstellen, es wird Talkrunden mit interessanten Gästen geben und für Musik und Unterhaltung ist ebenfalls gesorgt.

Selbsthilfe bewegt etwas!

„In der Selbsthilfegruppe konnte ich mich aktiv mit meiner Krankheit auseinandersetzen. Jetzt fühle ich mich meinem Schicksal nicht mehr ausgeliefert und helfe mir selbst.“

Christina

„Selbsthilfe bewegt in NRW“ ist ein Projekt von:

- FAS – Fachausschuss Sucht
- LAG Selbsthilfe NRW
- KOSKON – Koordination für Selbsthilfe in NRW

Gefördert wird die NRW Selbsthilfe-Tour 2021 durch die Krankenkassen/-verbände in NRW.



Landesverband Nordrhein-Westfalen e.V.

Deutsche Diabetes-Hilfe
Menschen mit Diabetes
Landesverband Nordrhein-Westfalen e. V.

Johanniterstraße 45
47053 Duisburg

Tel.: 0203 - 608 44 - 0
Fax: 0203 - 608 44 - 77

nrw@ddh-m.de
nrw.menschen-mit-diabetes.de

Ein Projekt von:



Gefördert durch:



TOURSTOP IN DÜSSELDORF

Weltdiabetestag & Tag der Bewegung

12. November 2022, 13 - 17 Uhr

Johannes-Rau-Platz



Weltdiabetestag & Tag der Bewegung

12. November 2022, 13 - 17 Uhr

13:00 Uhr Begrüßung

durch den Moderator Norbert Kuster
Geschäftsführer und 1. Vorsitzender
Deutsche Diabetes-Hilfe
Menschen mit Diabetes
Landesverband Nordrhein-Westfalen e. V.

13:10 Uhr Interview: Radrennfahren bei Diabetes

mit Oliver Behringer
Profi-Radrennfahrer für das Team Novo Nordisk
von 2017 bis 2021 und Typ-1-Diabetiker

13:25 Uhr Vorstellung

- des Programms 10.000 Schritte Düsseldorf
- des Personalisierten Selbstmanagement
Unterstützungsprogramms P-Sup
für Menschen mit Typ-2-Diabetes

13:45 Uhr Tischtennis für alle

Erfahren Sie mehr über Borussia Düsseldorf, eine der
erfolgreichsten Vereinsmannschaften in Deutschland
und spielen Sie eine Runde Tischtennis

14:30 Uhr Politik-Talk

mit Vertretern der Stadt Düsseldorf, des Landtages
NRW und des Deutschen Diabetes-Zentrums

15:05 Uhr Projekte der Fortuna Düsseldorf

Fortuna Düsseldorf zählt zu den erfolgreichen
Mannschaften der Bundesliga. Lernen Sie die lokalen
Projekte der Fortuna Düsseldorf kennen

15:35 Uhr Gesundheits-Talk

zu Diabetes-Folgeerkrankungen und
zum Thema Engagement in der Selbsthilfe

16:20 Uhr Sportprogramm zum Mitmachen

Bewegen Sie sich mit Düsseldorfs größtem Verein
für Sport und Freizeit SFD '75 mit Sportprogrammen
für die ganze Familie und alle Altersgruppen

16:50 Uhr Zusammenfassung & Verabschiedung

Außerdem Programmbegleitend:

Smoothie Bikes

begleiten Sie über den ganzen
Nachmittag: Erst in die Pedale
treten – dann genießen!

Frische Zutaten vor den Augen
zubereitet und mit eigener
Muskelkraft in einen leckeren
Smoothie verwandelt, so macht
gesunde Ernährung Spaß!



Herzessache Lebenszeit

Die Experten in dem roten
Info-Bus der Gesundheitsinitia-
tive „Herzessache Lebenszeit“
stehen den Besucherinnen und
Besuchern für alle Fragen rund
um das Thema Diabetes und
Herz-Kreislauf-Erkrankungen zur
Verfügung.

Durch Testbögen, Blutdruck- und
Blutzuckermessungen erhalten
Interessierte auf Wunsch Aus-
kunft über ihr persönliches Risiko
hinsichtlich Diabetes und
Herz-Kreislauf-Erkrankungen.



Infos zur Veranstaltung

Anlässlich des internationalen Weltdiabetestages am 14.11. laden
die Deutsche Diabetes-Hilfe – Menschen mit Diabetes (DDH-M)
Landesverband NRW e.V. und das Deutsche Diabetes-Zentrum
(DDZ) die interessierte Öffentlichkeit auf den Johannes-
Rau-Platz in Düsseldorf zu einem Tag der Bewegung ein.

Eine sportliche Reise mit praktischen Informationen zu
unterschiedlichen Sportarten und der Möglichkeit, selbst aktiv
zu werden, erwartet die Besucherinnen und Besucher an
diesem Nachmittag. So können die Teilnehmenden vor Ort eine
Runde Tischtennis spielen oder auf einem Smoothie Bike ihr
eigenes Getränk zubereiten.

Der Weltdiabetestag wurde 1991 von der International Diabetes
Federation (IDF) und der Weltgesundheitsorganisation (WHO)
als weltweiter Aktionstag eingeführt, um jährlich am 14.11. auf
die steigende Verbreitung des Diabetes mellitus aufmerksam zu
machen. Als Tag wurde der Geburtstag von Sir Frederick Banting
gewählt, der gemeinsam mit Charles Best 1921 das lebens-
wichtige Insulin entdeckte.

Vorstellung des Veranstalters

Der Landesverband NRW e. V. in der Deutschen Diabetes-Hilfe
– Menschen mit Diabetes vertritt die Interessen der Menschen
mit Diabetes im Lande Nordrhein-Westfalen auf Landesebene
bei Behörden und den Selbstverwaltungsorganen des Gesund-
heitswesens.

Als Selbsthilfeorganisation und Interessenvertretung engagiert
sich der Verband politisch für die Rechte und Bedürfnisse der
Betroffenen und wirkt eng mit den Partnerorganisationen
diabetesDE, Deutsche Diabetes Gesellschaft (DDG), Verband der
Diabetes-Beratungs- und Schulungsberufe in Deutschland e.
V. (VDBD) und anderen Verbänden, die in der Behandlung von
Menschen mit Diabetes eingebunden sind, zusammen.

Durch jahrelange Erfahrung mit der Erkrankung und der Arbeit
in der Selbsthilfe sind die mehr als 200 ehrenamtlichen
Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im Landesverband in der Lage,
auf fast alle Fragen die richtigen Antworten geben zu können.