



LANDRATSAMT NORDHAUSEN

Presse - und Öffentlichkeitsarbeit

PRESSEMITTEILUNG

Nordhausen, 24. November 2025

Walk &Talk ab 2026 in Thüringen-

für erwachsende Geschwister von Menschen mit Beeinträchtigung

Nordhausen (pln) Menschen mit Beeinträchtigung haben oft ein starkes familiäres Netz, das sie trägt – und häufig sind es die Geschwister, die ihr Leben lang mitdenken, mitfühlen und Verantwortung übernehmen. Doch wer begleitet eigentlich **sie**?

Die **Selbsthilfegruppe „Erwachsene Geschwister von Menschen mit Beeinträchtigung“** bietet Raum für Austausch, Verständnis und Entlastung. Hier treffen sich Menschen, die ähnliche Erfahrungen teilen – zwischen Verantwortung, Fürsorge und dem eigenen Weg.

Ich bin **Birgit**, 62 Jahre alt, Fachberaterin und Schwester eines Bruders mit geistiger Beeinträchtigung. Aus meiner persönlichen Erfahrung weiß ich, wie wertvoll es ist, Gleichgesinnte zu finden, mit denen man offen sprechen kann. Deshalb habe ich 2023 die **Selbsthilfegruppe „Erwachsene Geschwister Mitteldeutschlands“** mitgegründet.

Mittlerweile gibt es Gruppen in Jena, Apolda, Weimar, Erfurt und Mühlhausen.





Ab **2026** starten wir in Thüringen ein neues Format:

 **„Walk & Talk – Begegnung in Bewegung“**

Einmal im Monat laden wir zu einem gemeinsamen Spaziergang mit offenem Austausch ein. Ziel ist es, Netzwerke zu stärken, neue Impulse zu erhalten und miteinander ins Gespräch zu kommen.

 **Wichtig:** Eine Anmeldung ist **bis spätestens drei Tage vor dem jeweiligen Termin erforderlich**, damit wir den genauen Treffpunkt mitteilen können.

Nächste Termine:


-  04.01.2026, 15 Uhr – „Walk & Talk“ in Jena
-  01.02.2026, 15 Uhr – „Walk & Talk“ in Mühlhausen
-  01.03.2026, 15 Uhr – „Walk & Talk“ in Apolda
-  05.04.2026, 15 Uhr – Walk & Talk“ in Erfurt

Für Nordhausen gibt es noch keinen konkreten Termin, aber Sie sind herzlich eingeladen, sich zu melden unter

Kontakt & Informationen:

Birgit

Selbsthilfegruppe „Erwachsene Geschwister Mitteldeutschlands“

 0157 5095 4510

 erwachsene-geschwister-md@gmx.de

 www.erwachsene-geschwister.de/meet/regional/mitteldeutschland

Weitere Austauschformate: www.geschwisternetz.de

oder bei der Selbsthilfekontaktstelle des Landratsamtes Nordhausen unter gesundheitsfoerderung@lrndh.thueringen.de oder unter 03631 911 5402 bzw. 03631 9115403.

Dipl.Med. Francke
Amtsärztin