50 Millionen Schritte Kampagne

Gemeinsam im Gleichschritt gegen Stigma am Internationalen Epilepsietag

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) schätzt, dass weltweit etwa 50 Millionen Menschen mit Epilepsie leben. Epilepsie ist oft gut zu kontrollieren, doch aufgrund langjähriger Missverständnisse und Mythen bleibt sie weiterhin stigmatisiert.

50% der Menschen, die mit Epilepsie leben, berichten über soziale Stigmatisierung.[1]

Diskriminierung und Stigmatisierung können viele Formen annehmen. Ein Kind mit Epilepsie kann z.B. von schulischen Aktivitäten oder gesellschaftlichen Veranstaltungen ausgeschlossen werden, und ein Erwachsener mit Epilepsie kann das Gefühl haben, dass er für eine Arbeit, die er problemlos erledigen könnte, übergangen wird.

[1] Baker GA, Jacoby A, Buck D, Stalgis C, Monnet D. Quality of life of people with epilepsy: a European study. Epilepsia. 1997 Mar;38(3):353-62. doi: 10.1111/j.1528-1157.1997.tb01128.x. PMID: 9070599.

Epilepsia[2] eine führende Epilepsiezeitschrift, veröffentlichte im Januar 2022 einen Sonderbericht über Stigmatisierung und Epilepsie. Die Studie wurde von einer Arbeitsgruppe der Internationalen Liga gegen Epilepsie (ILAE) durchgeführt.

Zu den wichtigsten Ergebnissen der Studie gehören:

- Für Menschen, die mit Epilepsie leben, hat eine negative Einstellung zur Epilepsie erhebliche soziale Auswirkungen.
- Die Einstellung zur Epilepsie kann nicht nur von Land zu Land, sondern auch von einer geografischen Region zur anderen variieren.
- Die Epilepsie-Terminologie trägt zu dem mit der Krankheit verbundenen Stigma bei.

Falsche Vorstellungen und Mythen tragen oft zur Stigmatisierung der Epilepsie bei. So gehen viele Menschen davon aus, dass Epilepsie eine mentale Erkrankung ist, dass sie Aktivitäten des täglichen Lebens stark einschränkt oder dass Epilepsie sogar ansteckend ist.

Die diesjährige Kampagne zum Internationalen Epilepsietag soll diese Mythen ausräumen.

Indem wir Fakten über Epilepsie verständlich und kompakt vermitteln, können wir falschen Vorstellungen und Mythen in der Öffentlichkeit begegnen und diese nachhaltig ausräumen.

50 Millionen Schritte Kampagne

Unsere jährliche Kampagne #50MillionSteps wird im Vorfeld des Internationalen Epilepsietages 2023 stattfinden.

In den drei Jahren, seit Beginn der Kampagne, wurden fast 300.000.000 Schritte gemacht.

In diesem Jahr wollen wir noch mehr erreichen!

Mehr Schritte. Mehr Bewusstsein. Mehr verbesserte Leben.

Und unser Ziel kann nur mit Deiner Hilfe erreicht werden.

Hilf uns, das Bewusstsein für die Stigmatisierung der Epilepsie zu schärfen, indem Du im Vorfeld des Internationalen Epilepsietages am

[2] Kwon, C-S, Jacoby, A, Ali, A, Austin, J, Birbeck, GL, Braga, P, et al. Systematic review of frequency of felt and enacted stigma in epilepsy and determining factors and attitudes toward persons living with epilepsy—Report from the International League Against Epilepsy Task Force on Stigma in Epilepsy. Epilepsia. 2022; 63: 573– 597. https://doi.org/10.1111/epi.17135

13. Februar 2023 50.000.000 Schritte gehst - einen Schritt für jeden Menschen, der mit Epilepsie lebt.

Wie Du Teilnehmen Kannst

Mitmachen ist ganz einfach. Zähl einfach Deine Schritte, die Du zwischen dem 9. Januar und dem 13. Februar 2023 gehen wirst.

Eine Fitbit oder ein Schrittzähler kann Dir helfen, Deine Schritte zu verfolgen. Auch Smartphones können zur Schrittzählung verwendet werden. Wenn Du keines hast, kannst Du Deine Schritte auch schätzen. Als Richtwert gilt, dass ein Kilometer etwa 1.350 Schritte umfasst. Ein durchschnittlicher Mensch kommt auf 5.000 Schritte, wenn er 3,8 Kilometer läuft.

Die Schritte können in unserem Schrittzähler unter www.50millionsteps.org[3] eingetragen werden. Wir werden die Gesamtzahl der Schritte am 13. Februar, dem Internationalen Tag der Epilepsie, bekannt geben.

[3] Step Counter will be active on the website between January 9th -13th 2023.

Teil Dein Event Mit Uns!

Diese Veranstaltung ist eine fantastische Möglichkeit, sich an wichtigen Sensibilisierungsmaßnahmen zu beteiligen. Wir würden uns freuen zu sehen, wie Du Dich beteiligst. Bitte teile Deine Geschichten und Bilder in den sozialen Medien und markiere uns auf unseren Social-Media-Kanälen:

facebook.com/InternationalBureauForEpilepsy

instagram.com/international_epilepsy

twitter.com/IBESocialMedia

Um Dich bei der Werbung für Dein Engagement zu unterstützen, haben wir in unserem Toolkit Beispiele für Beiträge in sozialen Medien, Logos und Grafiken bereitgestellt.

Danke für Deine Unterstützung!

Wenn wir gemeinsam im Gleichschritt gehen, ist nichts unmöglich.

Toolkit für Kampagnen

Die Ressourcen der Kampagne sind frei verfügbar und können von einzelnen Anwälten oder gemeinnützigen Organisationen genutzt werden.

Kommerzielle Unternehmen, die die Ressourcen der Kampagne nutzen möchten, sollten sich mit uns in Verbindung setzen, um eine Genehmigung zu erhalten.

Wenn Du Fragen zur Kampagne oder Probleme beim Herunterladen der Grafiken hast, wende Dich bitte an Marie Ennis O'Connor, Leiterin der Kommunikationsabteilung unter communications@ibe-epilepsy.org

Poster

- Poster 1 – (download .pdf) (download .png)
- Poster 2 – (download .pdf) (download .png)

Logo

- Steps Against Stigma (lila) download .png
- Steps Against Stigma (weiß) download .png
- Steps Against Stigma (schwartz) download .png

Grafiken Für Soziale Medien

Twitter-Header-Bilder

Zip Datei Herunterladen

Twitter Post Grafiken

Zip Datei Herunterladen

Facebook Coverbilder

Zip Datei Herunterladen

Facebook Bilder

Zip Datei Herunterladen

Instagram Bilder

Zip Datei Herunterladen

Editierbare Bildkarten

- Twitter-Vorlage
- Instagram-Vorlage
- Facebook-Vorlage

Diese Blankovorlagen können mit Ihrem eigenen Logo und Bildern angepasst werden.

Hinweis: Diese Vorlagen wurden mit Canva entworfen. Wenn Du mit Canva nicht vertraut bist, kannst Du dir hier ein Tutorial ansehen

Beispiele für Posts in Sozialen Medien

Schritte gegen #Epilepsie #Stigma - Internationaler Tag der Epilepsie! Besuchen Sie 50MillionSteps.org, um sich an der Kampagne zu beteiligen #Stigmatisierungausmerzen #50MillionenSchritte

@WHO schätzt, dass weltweit etwa 50 Millionen Menschen mit #Epilepsie leben. Machen Sie mit und helfen Sie, die #50MillionenSchritte - ein Schritt für jede von Epilepsie betroffene Person - vor dem Internationaler Tag der Epilepsie! 13. Februar. Besuchen Sie 50MillionSteps.org für weitere Informationen.

Um das Bewusstsein für #Epilepsie #Stigma zu schärfen, bitten wir Sie, uns zu helfen, zwischen dem 9. Januar und dem 13. Februar #50MillionenSchritte 🚶 zu sammeln. Zählen Sie Ihre Schritte. Besuchen Sie 50MillionSteps.org, um mitzumachen.

In den drei Jahren, seit Beginn der Kampagne, #50MillionenSchritte wurden fast 300.000.000 Schritte gemacht 🚶 Dieses Jahr wollen wir noch mehr erreichen! Mehr Schritte. Mehr Bewusstsein. Mehr verbesserte Leben. Machen Sie mit bei 50MillionenSchritte.org

Helfen Sie uns, das Bewusstsein für #Epilepsie #Stigma zu schärfen, indem Sie 50.000.000 Schritte gehen - einen Schritt für jeden Menschen, der mit Epilepsie lebt. Besuchen Sie 50MillionSteps.org und nehmen Sie teil. #Stigmatisierungausmerzen #50MillionenSchritte

Ich kämpfe gegen #Stigma 🚶 Gehen Sie mit mir #50MillionenSchritte , um das Bewusstsein von 50 Millionen Menschen, die weltweit mit #Epilepsie leben, zu stärken. Erfahren Sie mehr unter 50MillionSteps.org

Did you know? 50% of people living with #epilepsy report feeling stigmatized. Join me in walking #50MillionenSchritte to raise awareness of #epilepsy #stigma. Join our campaign at 50MillionSteps.org #Stigmatisierungausmerzen

Sie fragen sich, wie Sie sich an unserer #50MillionenSchritte Kampagne beteiligen können? Zählen Sie zwischen dem 9. Januar und dem 13. Februar 2023 einfach Ihre Schritte beim Gehen 🚶 und protokollieren Sie sie unter 50millionsteps.org.