

Aktionstag

TEMPO MACHEN FÜR INKLUSION



10. MAI
2025

10:00–15:00 Uhr
Marktplatz
Eisenach

Programm

10:00 UHR: ERÖFFNUNG

- **Markt der Möglichkeiten:** Soziale Organisationen und Selbsthilfegruppen stellen sich vor
- **Inklusionssportmeile** mit Rollstuhlparcours und verschiedenen Sportangeboten
- **Buntes Bühnenprogramm** mit Livemusik
- **Spendenverdopplungsaktion** mit der Bürger-Stiftung des Wartburgkreises: jede Spende verdoppelt die Stiftung. Mit dem Erlös sollen Rollstuhlrampen für Einrichtungen im Landkreis gebaut werden.



12:00 UHR: START DES BEFAST-LAUF



GEMEINSAM
DAS BEWUSST-
SEIN SCHÄRFEN
UND LEBEN
RETTEN!



SAMSTAG 10.05.2025

10:00–15:00 UHR

START/ZIEL MARKTPLATZ EISENACH

#BEFASTLAUF



Aktionstag

TEMPO MACHEN FÜR INKLUSION

#

WirSind
10Millionen

10. MAI
2025

10:00–15:00 Uhr
Marktplatz
Eisenach

Gefördert durch die



Warum BEFAST?

Jede Sekunde zählt bei einem Schlaganfall!
BEFAST ist nicht nur das Motto unseres Laufs, sondern auch ein einfacher Test, um die häufigsten Anzeichen eines Schlaganfalls zu erkennen:



B - BALANCE

Besteht eine Unsicherheit beim Stehen bzw. Gehen oder ein plötzliches eintretendes Schwindelgefühl?



E - EYE (AUGE)

Plötzliche Sehstörungen, Doppelbilder oder Gesichtsfeldeinschränkung



F - FACE (GESICHT)

Ist das Gesicht verzogen oder hängt ein Mundwinkel herunter?



A - ARMS (ARME)

Können beide Arme gleichzeitig angehoben werden? Sinkt ein Arm ab, deutet das auf eine Lähmung hin.



S - SPEECH (SPRACHE)

Ist die Aussprache verwaschen oder lallend? Kann der Betroffene normale Sätze bilden?



T - TIME (ZEIT)

Tritt eines dieser Anzeichen auf – zögere nicht! Rufe sofort die 112 an, denn „Time ist Brain“.

Sei dabei beim Eisenacher Stadtlauf **BEFAST**, feiere die Schönheit unserer Stadt und unterstütze die schnelle Erkennung von Schlaganfallsymptomen!

Auch bei kurzzeitigen Symptomen besteht die Gefahr eines Schlaganfalls. Selbst leichte Anzeichen sollten nicht ignoriert werden – umgehend den **Rettungsdienst über die 112 alarmieren!**

Teams für die gute Sache

Gemeinsam stark gegen den Schlaganfall! Der Lauf startet und endet am Marktplatz. Alle Erlöse gehen an gemeinnützige Vereine rund um das Thema Schlaganfall. Mach mit und bilde ein Team für den guten Zweck! Der **BEFAST** Lauf beinhaltet einen Team-Wettkampf, bei dem nicht nur deine individuelle Leistung zählt, sondern auch das Engagement deines Teams. Teams aus dem medizinischen Bereich, Unternehmen, Freunde oder Familie – alle sind willkommen!

- Ein Team besteht aus **2-4 Personen**
- Gewertet wird die **Durchschnittszeit** pro Team
- Der Gesamtgewinn kommt einem **lokalen Projekt rund um den Schlaganfall zugute**

Anmeldung

- Kosten für die Anmeldung: **15 € pro Team**
- Anmeldung bis 07.05. unter www.stgeorgklinikum.de



Der genaue Streckenverlauf ist bei der Anmeldung zum Lauf hinterlegt.

Eine gemeinsame Veranstaltung von:



Hauptsponsor:



Mit freundlicher Unterstützung:

