

Saarbrücken, 15. Oktober 2021

---

## **Gemeinsame Presseinformation**

Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau (SVLFG)

IKK Südwest

BKK Landesverband Mitte

KNAPPSCHAFT, Regionaldirektion Saarbrücken (KBS)

AOK Rheinland-Pfalz/Saarland– Die Gesundheitskasse

Verband der Ersatzkassen e.V. (vdek)-Landesvertretung Saarland

### **Verleihung des Selbsthilfepreises der gesetzlichen Krankenversicherungen 2021 an Lichtweg.de**

- Hauptpreis ist dotiert mit 1000€
- Zweiter und dritter Platz werden von Gesundheitsregion Saar e.V. gesponsert
- Augenmerk auf herausragenden Einzelleistungen während der Corona-Pandemie

In einer den derzeitigen coronabedingten Hygieneregeln konformen Veranstaltung wurde der Selbsthilfepreis der gesetzlichen Krankenkassen im Saarland 2021 verliehen.

Eigentlich hätte die Preisverleihung am Selbsthilfetag der gesetzlichen Krankenversicherungen (GKV) stattfinden sollen. Dieser war wegen Corona ausgefallen. Daher wurde die Verleihung des Preises in einen kleineren, aber dennoch festlichen Rahmen verlegt. In der Eventlocation Hof-Haus in Saarbrücken fand am 13.10.2021 die Aufzeichnung der Verleihung statt.

Der Selbsthilfepreis 2021 hatte den Alltag der Selbsthilfe in der Pandemie zum Thema. Unter *#erzähl mir was* konnten außergewöhnliche Beiträge eingereicht werden. Diese erzählen von den Veränderungen in der Pandemie, über besondere Momente und die kleinen Glücksmomente, die den Alltag bereichern.

Um die Arbeit der Ehrenamtlichen im Bereich der kollektiven Selbsthilfe während der Pandemie noch einmal mehr in den Vordergrund zu stellen, übernahm die Gesundheitsregion Saar e. V. die Auszeichnung der zweit- und drittplatzierten Beiträge mit einer Spende von insgesamt 600 Euro.

Martin Schneider, Leiter der vdek-Landesvertretung Saarland, sagte bei der Preisverleihung: „Die Corona-Pandemie belastet uns alle – bis in den Alltag. Die eingereichten Beiträge für den diesjährigen Selbsthilfepreis der gesetzlichen Krankenkassen haben gezeigt, dass diese Zeit auch nicht spurlos an der Selbsthilfe im Saarland vorbei gegangen ist. Die diesjährigen Preisträger sind trotz, oder gerade wegen, der Pandemie neue Wege gegangen. Da diese Wege mitunter sehr unterschiedlich waren, aber nicht weniger preiswürdig, hat sich die Jury dieses Jahr entschieden, drei Preisträger zu benennen. Die Mitglieder der Jury gratulieren den Gewinnern des GKV-Selbsthilfepreises 2021 und bedanken sich bei allen Aktiven in der Selbsthilfe für ihr Engagement.“

Unter der Vielzahl der Bewerbungen um den mit 1000€ dotierten Preis stach eine besonders hervor:

Die Initiative von **Lichtweg.de** wurde mit dem ersten Platz ausgezeichnet. Lichtweg gründete während des Lockdowns drei aktive Selbsthilfegruppen für Erwachsene zum Thema „sexualisierte Gewalt in der Kindheit“. Die Selbsthilfegruppen treffen sich einmal pro Woche online und sind in die Plattform lichtweg.de integriert. Darüber hinaus rief lichtweg.de auf Grund von Corona eine klassische Bücherausleihe ins Leben, die auch gut von den Mitgliedern der gemeinnützigen Unternehmensgesellschaft angenommen wurde.

Die Anzahl der Online-Selbsthilfegruppen ist während der Pandemie stark angestiegen. Sie wurden als alternatives, niederschwelliges Format zum Austausch auch gut angenommen. Lichtweg.de hat sein therapeutisches Angebot trotz Kontaktsperrern erfolgreich um die Möglichkeit des Austausches in den Online-Selbsthilfegruppen ergänzt. Auch die Tatsache, dass lichtweg.de sich ehrenamtlich organisiert und ausschließlich durch Spenden finanziert, war mit eines der entscheidenden Kriterien für die erste Platzierung.

Der zweite Platz geht an die **Krebsselbsthilfegruppe Eppelborn**, die sich während der Pandemie zusammengefunden und gegründet hat.

Die Initiatorin Heidi brachte mit viel Leidenschaft und Liebe zum Detail eine komplett neue Selbsthilfegruppe auf den Weg und integrierte sie erfolgreich in Eppelborn. Der eingereichte Beitrag wurde mit viel Engagement erstellt und hebt die persönlichen Erfahrungen der einzelnen Gruppenmitglieder hervor. Auch das Motto der Selbsthilfegruppe „Wir geben nicht auf“ wird durch die Jury mit dem zweiten Platz honoriert und einem Preisgeld von 400 €, bereitgestellt von der Gesundheitsregion Saar e.V.

**Die Zeitkapsel** nennt sich der eingereichte Beitrag der Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe im Saarland (KISS), der auf Platz drei gewählt wurde. Die KISS hat diesen Beitrag zur Bewerbung um den Selbsthilfepreis vorgeschlagen, da es sich um ein außergewöhnliches, der aktuellen Situation angepasstes Projekt handelt. Die „Zeitkapsel“ wurde durch Winfried Anslinger, Teilnehmer des Philosophen Café Homburgs und Karina Klos, Mitarbeiterin des Stadtarchivs Homburg ins Leben gerufen. Sie haben einen Behälter, die Zeitkapsel, mit Beiträgen von Schulen, Institutionen und Bürgern des Saarlandes aus der Zeit des Lockdowns versiegelt und im Stadtarchiv deponiert. Die Beiträge des diesjährigen Selbsthilfepreises wurden durch die KISS ebenso der Zeitkapsel hinzugefügt. In 50 Jahren und in 100 Jahren wird die Zeitkapsel zur Erinnerung an die erlebte Pandemie im Jahre 2019/2020 geöffnet werden, als Zeichen und Mahnmal für die Vergänglichkeit des gewohnten Alltags und auch Lebens.

Das Projekt wurde aufgrund seines individuellen Charakters, seiner Nachhaltigkeit und auch der regen Teilnahme (mehr als 100 Beiträge enthält die Zeitkapsel), auf den dritten Platz gewählt. Winfried Anslinger und Karina Klos erhalten 200 € für Ihr Projekt.

Die Preisträger des Selbsthilfepreises der gesetzlichen Krankenkassen im Überblick:

1. Platz (1000€): Lichtweg.de
2. Platz (400€): Krebsselbsthilfegruppe Eppelborn
3. Platz (200€): Zeitkapsel Homburg

Ansprechpartner für die Presse:

Alexander Quirin

Pressesprecher der KNAPPSCHAFT - Regionaldirektion Saarbrücken

St. Johanner Str. 46/48 · 66111 Saarbrücken

Tel. 0681 – 40021271 · Fax 0234 – 9783 8201 51

Alexander.Quirin@KBS.de

