


Pressemitteilung



Landesvertretung
Sachsen

Verband der Ersatzkassen e. V.
Glacisstr. 4
01099 Dresden
www.vdek.com
 [LinkedIn](#)

2. März 2026

Ausschreibung des 12. Sächsischen Selbsthilfepreises der Ersatzkassen **Selbsthilfe ist großartig – Ersatzkassen würdigen erneut Engagement**

Das Leben mit einer chronischen Erkrankung stellt häufig eine große Herausforderung dar. Die organisierte Selbsthilfe gibt Betroffenen in solchen Situationen Halt und Rat, aber auch Kenntnisse zu Versorgungsthemen. Die Ersatzkassen in Sachsen – TK, BARMER, DAK-Gesundheit, KKH, hkk und HEK – würdigen dieses Engagement und schreiben nunmehr zum zwölften Mal den Sächsischen Selbsthilfepreis aus.

Von Anorexie über Diabetes mellitus bis Zwangserkrankungen – die ehrenamtlich tätigen Selbsthilfegruppen sind bei Krankheitsbildern thematisch breit aufgestellt. Viele chronisch Kranke und oft auch ihre Angehörigen erhalten hier Hilfe und Wissen im Austausch mit anderen Betroffenen. „Die Selbsthilfe bietet das, was die professionellen Akteure in der Gesundheitsversorgung bei Krankheit nicht leisten können. Gleichzeitig kann sie dazu beitragen, dass sich Betroffene als ein kompetenter und mündiger Partner im Gesundheitswesen verstehen,“ sagt Silke Heinke – Leiterin der vdek-Landesvertretung Sachsen. Die etwa 2.000 Selbsthilfegruppen in Sachsen sind eine wesentliche Säule in der Gesundheitsversorgung und für die Ersatzkassen ein wichtiger Mitgestalter.

Für die besten Ideen werden Preisgelder in Höhe von insgesamt 12.000 Euro ausgelobt. Über die Preisvergabe entscheidet eine Jury aus Vertreter:innen des Gesundheitswesens, aus Politik und Selbsthilfe. Die Mitglieder sind:

- Tom Unger MdL (Generalsekretär der CDU – Landesverband Sachsen)
- Ines Lüpfer (2. Beigeordnete Landkreis Leipzig)
- Dr. Jana Gärtner (Vizepräsidentin Sächsische Landesärztekammer)
- Anne-Kathrin Lange (Projektkoordination, Landeskontaktstelle Selbsthilfe Sachsen)
- Silke Heinke (Leiterin der vdek-Landesvertretung Sachsen)

Die Schirmherrschaft übernimmt in diesem Jahr Landtagspräsident Alexander Dierks: „Die gesundheitsbezogene Selbsthilfe ist ein unverzichtbarer Bestandteil unseres gesellschaftlichen Zusammenhalts. Sie unterstützt Menschen, die mit chronischen Erkrankungen oder anderen gesundheitlichen Belastungen leben – ebenso wie ihre Angehörigen. In den vielen Selbsthilfegruppen überall in Sachsen entsteht nicht nur Zugang zu wichtigen Informationen und Hilfsangeboten. Vor allem wächst dort ein stabiles Netzwerk aus Menschen, die ihre Erfahrungen teilen, sich gegenseitig Mut machen und einander Kraft geben.“

Bewerbungen sind bis zum 31. Mai 2026 möglich

Teilnahmeberechtigt sind ehrenamtlich in der gesundheitsbezogenen Selbsthilfe tätige Gruppen wie auch Einzelpersonen (Betroffene und Angehörige) aus Sachsen. Ausgezeichnet werden die folgenden Kategorien: Herausragende Gruppe; Innovativstes Projekt; und Selbsthilfe–Lebenswerk.

Bewerbungen können bis zum 31. Mai 2026 per E-Mail an LV-Sachsen@vdek.com oder postalisch bei der vdek–Landesvertretung Sachsen eingereicht werden. Weitere Informationen zum Sächsischen Selbsthilfepreis der Ersatzkassen:

<https://www.vdek.com/LVen/SAC/fokus/selbsthilfepreis.html>

Pressekontakt:

Anke Weber, vdek–Landesvertretung Sachsen

Tel.: 03 51 – 8 76 55 – 37, E-Mail: anke.weber@vdek.com

Der Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek) ist Interessenvertretung und Dienstleistungsunternehmen aller sechs Ersatzkassen:

[Techniker Krankenkasse \(TK\)](#), [BARMER](#), [DAK–Gesundheit](#), [KKH Kaufmännische Krankenkasse](#), [hkk – Handelskrankenkasse](#) und [HEK – Hanseatische Krankenkasse](#).

Die Ersatzkassen versichern zusammen etwa 29 Millionen Menschen in Deutschland, davon knapp 774.061 in Sachsen. Beim vdek arbeiten bundesweit etwa 750 Beschäftigte. Hauptsitz des Verbandes ist Berlin. Für die regionale Präsenz der Ersatzkassen in Sachsen sorgt die vdek–Landesvertretung in Dresden.