Pressemitteilung

Landesvertretung
Sachsen

Verband der Ersatzkassen e. V.
Glacisstr. 4
01099 Dresden
www.vdek.com
LinkedIn

30. Oktober 2026

12. Sächsischer Selbsthilfepreis der Ersatzkassen verliehen

Vier Auszeichnungen für besonderes Engagement in der gesundheitsbezogenen Selbsthilfe

Menschen zusammenbringen, Erfahrungen teilen, Mut machen und andere dabei unterstützen, ihren eigenen Weg mit einer Erkrankung zu finden: Dieses besondere Engagement würdigten die Ersatzkassen in Sachsen heute im Beisein von rund 60 Gästen mit dem 12. Sächsischen Selbsthilfepreis. Im Stadtforum Dresden wurden eine engagierte Einzelperson, zwei herausragende Gruppen und ein innovatives Selbsthilfeprojekt ausgezeichnet. Der diesjährige Selbsthilfepreis steht unter der Schirmherrschaft des Präsidenten des Sächsischen Landtages, Alexander Dierks.

Die sechs Ersatzkassen in Sachsen – Techniker Krankenkasse (TK), BARMER, DAK-Gesundheit, KKH Kaufmännische Krankenkasse, hkk Krankenkasse und HEK – Hanseatische Krankenkasse – stiften den Sächsischen Selbsthilfepreis inzwischen zum zwölften Mal. Insgesamt sind die Auszeichnungen mit 12.000 Euro dotiert. Mit dem Preis rücken die Ersatzkassen den engagierten Einsatz von Menschen in den Mittelpunkt, die sich häufig ehrenamtlich und über viele Jahre für andere Betroffene und deren Angehörige einsetzen.

Schirmherr Alexander Dierks, Präsident des Sächsischen Landtages würdigte in seinem Grußwort die Solidarität: „Selbsthilfe macht gesellschaftlichen Zusammenhalt ganz konkret erlebbar. Menschen teilen Erfahrungen, übernehmen Verantwortung füreinander und geben anderen Mut, auch schwierige Lebenssituationen zu bewältigen. Die heute ausgezeichneten Preisträgerinnen und Preisträger zeigen eindrucksvoll, wie vielfältig dieses Engagement in Sachsen ist – über Generationen, Krankheitsbilder und Lebenssituationen hinweg. Ihnen und allen Menschen, die sich in der Selbsthilfe engagieren, gilt mein großer Respekt und Dank.“

„Es war heute eine bewegende Veranstaltung“, resümiert Silke Heinke – Leiterin der vdek-Landesvertretung Sachsen. „Selbsthilfe lebt davon, dass Menschen ihre eigenen Erfahrungen weitergeben und daraus etwas schaffen, das auch anderen hilft. Unsere diesjährigen Preisträgerinnen und Preisträger zeigen auf ganz unterschiedliche Weise, wie viel Kraft in diesem Gedanken steckt. Genau dieses Engagement hat mich heute besonders berührt und hat mir erneut gezeigt, wie unverzichtbar Selbsthilfe für viele Menschen ist“, so Heinke weiter.

Die diesjährigen Preisträgerinnen und Preisträger sind:

Selbsthilfe-Lebenswerk: Adelheid Vogel – elf Jahre voller Ideen und Tatkraft

Mit der Auszeichnung „Selbsthilfe-Lebenswerk“ würdigten die Ersatzkassen Adelheid Vogel, Vorsitzende des Aktiven ParkinsonTreffs (AParT) Chemnitz. Gemeinsam mit ihrem Mann gründete sie 2015 die Selbsthilfegruppe für Parkinson-Betroffene und Angehörige. Heute gehören ihr mehr als 50 Betroffene und Angehörige an. Adelheid Vogel organisiert regelmäßige Treffen mit Fachleuten, vermittelt aktuelles Wissen und entwickelt gemeinsam mit der Gruppe immer wieder neue Angebote – vom Tanzen über Bogenschießen, Tai-Chi und Trommeln bis zur Zusammenarbeit mit PingPongParkinson. Auch eine eigene Gruppe für jüngere Erkrankte, der „Junge Parkinson Treff“ (JuParT), entstand aus diesem Engagement. Dabei versteht sich Vogel nicht nur als Organisatorin, sondern als Multiplikatorin, die Fachinformationen aus Veranstaltungen, Kongressen und Fortbildungen kontinuierlich in die Gruppen trägt.

Herausragende Gruppe: „Junge Wilde“ – ein Ort zum Ankommen und Wachsen

Als „Herausragende Gruppe“ wurden die „Jungen Wilden“ aus dem Erzgebirge ausgezeichnet. Die Gruppe gehört zur Psychosozialen Ambulanz der AWO Erzgebirge und richtet sich insbesondere an junge Menschen mit chronischen psychischen Erkrankungen. Sie bietet ihnen einen geschützten Raum, in dem sie sich mit Gleichaltrigen austauschen, voneinander lernen und eigene Erfahrungen weitergeben können. Gemeinsam werden Unternehmungen geplant, Alltagskompetenzen gestärkt und Verantwortung übernommen – etwa beim gemeinsamen Kochen, bei Wanderungen oder anderen Freizeitaktivitäten. Aus gegenseitiger Unterstützung sind inzwischen auch Freundschaften und selbst organisierte Treffen außerhalb der Gruppe entstanden.

Innovativstes Projekt: Bodypainting macht Mut zum Leben mit und nach Krebs

Den Preis für das „Innovativste Projekt“ erhielt die Frauenselbsthilfe Krebs, Landesverband Sachsen e.V., für ihre Wanderausstellung zum Thema Bodypainting. Ausgangspunkt war eine Idee aus dem Jahr 2017. Gemeinsam mit der Bodypainting-Künstlerin Silke Kirchhoff ließen sich Frauen mit einer Krebserkrankung in aufwendigen, persönlich individuell entwickelten Motiven bemalen. Die Körper wurden dabei bewusst zur Leinwand – und

Narben, Krankheitserfahrungen und Veränderungen nicht verborgen, sondern in Kunst übersetzt. Ziel ist es, anderen Krebspatientinnen Mut zu machen und zu zeigen, dass Lebensfreude, Selbstbewusstsein und ein positives Körpergefühl auch mit und nach einer Krebserkrankung möglich sind. Seit 2024 wandert die Ausstellung durch Kliniken und Einrichtungen und war unter anderem bereits in Apolda, Leipzig, Jena, Dresden, Görlitz und Zwickau zu sehen.

Herausragende Gruppe: Parthenbrücke/Parthenufer – Hilfe von Betroffenen für Betroffene

Ebenfalls als „Herausragende Gruppe“ wurde die Leipziger Selbsthilfegruppe „Parthenbrücke/Parthenufer“ ausgezeichnet. Seit vielen Jahren begleiten sie Menschen mit unterschiedlichen Suchterkrankungen und deren Angehörige auf dem Weg in ein suchtfreies Leben. Die Gruppe zählt aktuell 44 Mitglieder im Alter von 34 bis 78 Jahren und arbeitet konsequent nach dem Prinzip „Hilfe von Betroffenen für Betroffene“. In wöchentlichen Gesprächsrunden entsteht ein geschützter Raum für offenen Austausch auf Augenhöhe – ohne therapeutische Leitung, bei Bedarf aber mit Unterstützung externer Fachkräfte. Hinzu kommt ein bemerkenswertes Wirken über die eigene Gruppe hinaus: Rund 30-mal im Jahr stellen Mitglieder ihre Arbeit in Suchtkliniken vor. Darüber hinaus organisieren sie sachsenweite Netzwerktreffen mit Selbsthilfegruppen aus verschiedenen Regionen.

Ersatzkassen: Partner einer starken Selbsthilfe

Die Ersatzkassen engagieren sich in Sachsen seit vielen Jahren für eine starke und verlässliche Selbsthilfe. Mit ihrer kontinuierlichen Förderung unterstützen sie Selbsthilfegruppen, -organisationen und Kontaktstellen und stärken damit Strukturen, die für viele Betroffene unverzichtbar sind. Der Sächsische Selbsthilfepreis ergänzt dieses Engagement um eine besondere Form der Anerkennung: Er würdigt den herausragenden Einsatz jener Menschen, die mit ihren Erfahrungen und Ideen anderen Menschen Mut und Unterstützung geben.

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 mehr als 29 Millionen Menschen in Deutschland, davon über 772.000 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.