

**Bundesweite Dachkampagne**  
**„WIR FÜR MICH. SELBSTHILFE WIRKT.“**  
**[www.selbsthilfe-wirkt.de](http://www.selbsthilfe-wirkt.de)**



**Mit Leidenschaft für die Selbsthilfe!**

Die Internetkampagne „WIR FÜR MICH. SELBSTHILFE WIRKT.“ wurde im Jahr 2013 von der BAG SELBSTHILFE und vom BKK Bundesverband initiiert und wird seit 2014 vom BKK Dachverband gefördert, um das Image der Selbsthilfe zu verbessern.

Ihr Ziel ist es, viele Menschen für die Selbsthilfe und für Selbsthilfegruppen zu begeistern und zu zeigen, wie sich die Lebensqualität behinderter und chronisch kranker Menschen dank Selbsthilfe verbessern kann.

Die Kampagne will bei Betroffenen, Angehörigen und Nichtbetroffenen und vor allem bei jungen Leuten Berührungsängste abbauen und zeigen, was Selbsthilfe wirklich ist: Unterstützung, Solidarität und Information, jahrelange Freundschaft, spannender Austausch und vieles mehr.

**Selbsthilfe wird Selfie!**

Nach dem Kampagnenstart im Jahr 2013 mit beeindruckenden Filmen der über ein bundesweites Casting ausgewählten Protagonisten sollte 2014 die Internetcommunity selber aktiv werden und in einem kurzen Selfie-Video zeigen, was Selbsthilfe für sie bedeutet. Deshalb haben die Protagonisten Simone Strasser, Birgit Kalwitz und Lukas Seidel mit ihren ungewöhnlichen Videos „ICH LIEBE MEIN LEBEN!“ jeden zum Mitmachen aufgerufen - egal ob behindert oder nicht behindert, egal ob man etwas mit Selbsthilfe zu tun hat oder nicht - und gezeigt, wie das Ganze aussehen kann. Der Kreativität waren dabei keine Grenzen gesetzt!

Vom 15. Oktober bis 15. November 2014 lief der bundesweite Selfie-Video-Contest mit dem Motto: „ICH LIEBE MEIN LEBEN!“ im Internet. Die Ergebnisse sind kreativ und bunt.

**Social Spot**

Aus den besten Einsendungen des Selfie-Video-Contests wurde ein kurzer Social Spot produziert, der zeigt, was Selbsthilfe für die Menschen bedeuten kann. Dieser Spot soll möglichst viele Menschen erreichen und dazu anregen, Selbsthilfe auch aus einem anderen

Blickwinkel zu betrachten. Daher kann dieser Social Spot - und das sehr gerne - per Link auf diese Seite verbreitet werden, um den Selbsthilfe-Gedanken weiter zu tragen:

<http://www.selbsthilfe-wirkt.de/kampagne-social-spot/>

### **Die Kampagnen-Botschaft weiter tragen**

Die Kampagne „WIR FÜR MICH. SELBSTHILFE WIRKT.“ lebt zum einen durch die Protagonisten und die Personen, die an dem Selfie-Video-Contest teilgenommen haben. Aber auch alle anderen Selbsthilfe-Aktive und an dem Thema Interessierte können zur Verbreitung der Kampagne und ihrer Botschaft „SELBSTHILFE WIRKT!“ beitragen.

Daher stellt die BAG SELBSTHILFE sehr gerne sämtliche Materialien zur Kampagne - vom Social Spot über die Filme, Fotos und Interviews der Protagonisten bis hin zu einer umfangreichen Toolbox - auf der Internetseite der Kampagne zur Verfügung.

Internetseite der bundesweiten Dachkampagne „WIR FÜR MICH. SELBSTHILFE WIRKT.“:  
[www.selbsthilfe-wirkt.de](http://www.selbsthilfe-wirkt.de)

Die Kampagne „WIR FÜR MICH. SELBSTHILFE WIRKT.“ auf Facebook:  
[www.facebook.com/SelbsthilfeWirkt](http://www.facebook.com/SelbsthilfeWirkt)

### **Kontakt:**

BAG SELBSTHILFE e.V.

Sonja Liebherr, Projektleiterin

Tel.: 0211 31006-55

E-Mail: [sonja.liebherr@bag-selbsthilfe.de](mailto:sonja.liebherr@bag-selbsthilfe.de)

[www.bag-selbsthilfe.de](http://www.bag-selbsthilfe.de)