



## Pressemeldung

19. September 2011

### **Lichtraum: Erfolgreiches Pilotprojekt wird weitergeführt**

**Am 5. Oktober 2011 öffnet die Rheumaliga beider Basel den Lichtraum wieder. Besucherinnen und Besucher können kostenlos Lichttherapie-Geräte benutzen. Die Auswertung der Pilotphase von 2010/2011 zeigt, dass die hohen Erwartungen an den Lichtraum erfüllt worden sind. Neu wird das Projekt auch vom Basler Gesundheitsdepartement unterstützt.**

Viele Menschen mit rheumatischen Beschwerden leiden auch an depressiven Symptomen und als Folge davon an sozialer Vereinsamung. Die Rheumaliga beider Basel hat deshalb vor einem Jahr gemeinsam mit dem Zentrum für Chronobiologie der Psychiatrischen Universitätsklinik Basel den «Lichtraum» entwickelt. Die Besucherinnen und Besucher können kostenlos Lichtlampen benutzen und werden beraten. Der Lichtraum ist auch ein Ort der Begegnung, wo man Gedanken austauschen, Kaffee trinken und Zeitung lesen kann.

Über 650 Mal wurde der Lichtraum im Winter 2010/11 besucht. Die statistische Auswertung der Fragebogen, die an die Besucherinnen und Besucher abgegeben wurden, zeigt, dass vor allem Stimmung und Energie positiv beeinflusst werden und auch Schmerzen etwas weniger wahrgenommen werden.

Dieser Erfolg hat den Ausschlag gegeben, den Lichtraum in diesem Herbst und Winter erneut zu öffnen. Die Rheumaliga beider Basel arbeitet dabei mit der Abteilung Prävention des Gesundheitsdepartements Basel-Stadt zusammen. Im Rahmen der Kampagne Psychische Gesundheit Basel-Stadt wird das Thema am 31. Oktober 2011 auch mit einem Vortrag im Unternehmen Mitte aufgegriffen.

### **Lichtraum der Rheumaliga beider Basel**

5. Oktober 2011 bis 29. März 2012

Mittwoch: 9–12 Uhr, 14–16 Uhr;

Mittlere Strasse 35, 4056 Basel

Der Besuch ist kostenlos, eine Anmeldung ist nicht notwendig.

### **Weitere Informationen und Fotos zum Lichtraum:**

Rheumaliga beider Basel

Nina Worthington

Tel. 061 269 99 51

