

Bewerbungsleitfaden

Wofür steht der „AOK-Förderpreis Gesunde Nachbarschaften“?

Der „AOK-Förderpreis Gesunde Nachbarschaften“ wird gemeinsam von der AOK Rheinland/Hamburg und dem bundesweiten Netzwerk Nachbarschaft ausgelobt und dient der Förderung nachbarschaftlicher Netzwerke, die mit gezielten Projekten ein gesundes und solidarisches Miteinander aller Generationen umsetzen. Bewerben können sich Freiwilligenteams, die gesundheitsfördernde Gemeinschaftsprojekte im Wohnumfeld betreiben oder ausbauen. Das eingereichte Bewerberprojekt sollte mindestens einer der folgenden drei Kategorien zuzuordnen sein:

- **Bewegungsförderung**

z.B. Beweglichkeits- und Balancetrainings, Fitnesstreffen, Spaziergangspatenschaften etc. Voraussetzung ist, dass die Angebote für die Anwohnenden offen zugänglich sind und regelmäßig stattfinden. Moderate Aufwandsentschädigungen sind möglich.

- **Gesunde Ernährung**

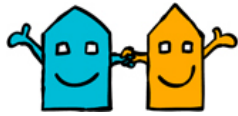
z.B. ernährungsbewusste Kochgruppen, Gemeinschaftsgarten mit Anbau von Obst, Gemüse, Kräutern **verbunden mit** der gemeinsamen Zubereitung der Lebensmittel und Wissensvermittlung zur gesunden Selbstversorgung. Die Projekte sollen auch Nachbarinnen und Nachbarn zugutekommen, die wenig Zugang zu gesunder Ernährung haben.

- **Stressreduktion/Entspannung**

selbst organisierte, gemeinschaftliche Maßnahmen etwa zur aktiven Entspannung wie z.B. Yoga, Tai Chi, Qigong oder Meditation; offene Angebote zur Stressbewältigung, z.B. Achtsamkeitstraining, Autogenes Training sowie das Ausrichten von Workshops und Vorträgen zu Themen wie Resilienzstärkung und Stressreduktion.

Was sind die Kriterien für Bewerberprojekte?

Nominiert werden eigeninitiativ umgesetzte Gemeinschaftsprojekte und Aktionen, die über die Planungsphase hinausgehen und die Lebensqualität



von Familien, Alleinstehenden, jungen und älteren Menschen im Wohnumfeld (Quartier, Stadtteil, Ortschaft) nachhaltig verbessern helfen. Die maßgeblich von Freiwilligen umgesetzten Projekte sollten möglichst anderen Nachbarschaften als praxisnahe Modelle dienen, die sie auch in ihrem Wohnumfeld umsetzen können.

Wie ist der Förderpreis dotiert?

Die AOK Rheinland/Hamburg prämiert gesundheitsfördernde Nachbarschaftsprojekte mit insgesamt 10.000 Euro. Die Jury wählt unter den Bewerbungen zehn vorbildliche Nachbarschaftsprojekte aus, die mit einem Preisgeld von je 1.000 Euro ausgezeichnet werden. Das Fördergeld soll der Weiterentwicklung der vorgestellten Projekte zugutekommen.

Wer kann sich bewerben?

Für den AOK-Förderpreis „Gesunde Nachbarschaften“ können sich nachbarschaftlich organisierte Gemeinschaften bewerben, die im freiwilligen Engagement in den Regierungsbezirken Köln oder Düsseldorf oder in Hamburg aktiv sind – ob als Interessengruppe mit mindestens drei aktiven Teilnehmenden, als gemeinnütziger Verein, Genossenschaft oder als Jugendgruppe (Anmeldung durch einen gesetzlichen Vertreter erforderlich).

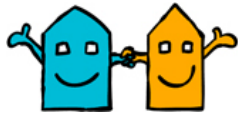
Wie kann man sich bewerben?

Für die Bewerbung steht auf der [Website](#) des AOK-Förderpreises „Gesunde Nachbarschaften“ ein Bewerbungsformular bereit. Zudem ist eine unterzeichnete Teilnahmeerklärung erforderlich, die Sie bitte per E-Mail senden an: aok-foerderpreis@netzwerk-nachbarschaft.net

Ihre Bewerbung ist gültig, wenn Ihr vollständig ausgefülltes Online-Formular sowie die unterzeichnete Teilnahmeerklärung bei uns eingegangen sind. Sie erhalten eine Eingangsbestätigung. Vor dem Einreichen einer Bewerbung haben Interessierte Anspruch auf eine projektbezogene Beratung durch Netzwerk Nachbarschaft.

Bewerbungsformular: Projektbeschreibung und Fotos

Wir freuen uns auf Ihre aussagekräftige Darstellung des Bewerbungsprojekts. Zur Veranschaulichung des Projekts sind mindestens zwei Fotos einzureichen. Das Bildmaterial laden Sie bitte im Online-Formular hoch (max. 4 MB pro Foto in möglichst hoher Auflösung (min. 150 dpi).



Optional können Sie Projektfotos per E-Mail innerhalb der Bewerbungsfrist senden an: aok-foerderpreis@netzwerk-nachbarschaft.net

Bewerbungsfrist

Anmeldungen für den „AOK-Förderpreis Gesunde Nachbarschaften“ sind bis zum 1.09.2025 möglich.

Nominierungen

Sobald Ihre vollständige Bewerbung vorliegt, kann Ihr Projekt für den Förderpreis nominiert werden. Alle nominierten Projekte werden im Laufe der Kampagne auf der Förderpreis-Website vorgestellt und die Lokalmedien entsprechend informiert, um bereits vor Bewerbungsschluss und Juryentscheidung mehr Sichtbarkeit für Ihr wertvolles Engagement zu gewährleisten.

Wer trifft die Auswahl der Preisträger?

Die Jury setzt sich aus prominenten Expertinnen und Experten zusammen:

- Prof. Dr. Ingo Froböse
Professor für Prävention und Rehabilitation an der Deutschen Sporthochschule Köln
- Dr. med. Silja Schäfer
Fachärztin für Allgemein- und Innere Medizin, NDR-Ernährungsdoc
- Sophie Rosentreter
Filmproduzentin und Demenz-Expertin
- Erdtrud Mühlens
Gründerin von Netzwerk Nachbarschaft
- Günter Wältermann
Vorstandsvorsitzender der AOK Rheinland/Hamburg

Die JurorInnen bewerten die eingereichten Projekte nach ihrem Erfolg, dem gesundheitsorientierten Engagement und der Ausbaufähigkeit Ihrer Projekte. Die Jurysitzung findet im November 2025 statt.



Bei Fragen zum AOK-Förderpreis wenden Sie sich bitte an:

Netzwerk Nachbarschaft

Karin Banduhn

Tel.: +49-40-48 06 50 18

karin.banduhn@netzwerk-nachbarschaft.net