



Presseinformation

AOK-Förderpreis „Gesunde Nachbarschaften“

Nominierte Nachbarschaftsprojekte bringen Schwung ins Quartier

Hamburg, 17. Juli 2024 – Bewegungsmangel? Nicht mit uns! Zwei Hamburger Nachbarschaftsinitiativen sorgen dafür, dass sich Jung und Alt im Wohnumfeld fit halten. Sie sind jetzt für den Förderpreis „Gesunde Nachbarschaften“ 2024 nominiert.

Im Hochhausquartier Lenzsiedlung leben 3000 Menschen aus rund 60 Nationen. Um das Wohlbefinden der sogenannten „United Nations of Eimsbüttel“ kümmert sich der [Verein Lenzsiedlung](#) – und das seit bald 50 Jahren. Mit dem Projekt „Fit und bewegt für jedes Alter“ ist die engagierte Nachbarschaftsinitiative in diesem Jahr für den Förderpreis „Gesunde Nachbarschaften“ nominiert. Ein Herzstück des Projekts sind die Hip-Hop-Tanzkurse für Mädchen, die zwei Nachbarinnen ins Leben gerufen haben. Als „LenzDance“ treten die Mädchen öffentlich auf und nehmen an Meisterschaften teil. Auch ältere Bewohnerinnen und Bewohner der Lenzsiedlung sind vom Tanzen begeistert. In einem wöchentlichen Kurs halten sie sich dank Samba, Cha-Cha-Cha und Folklore fit.

An Seniorinnen und Senioren richtet sich das Programm „Fit im Park“ der Initiative [martini.erleben](#), die sich seit 2006 mit großem Erfolg speziell für die Belange der älteren Anwohnenden in Hamburg-Eppendorf engagiert. Unter fachkundiger Anleitung trainieren die Nachbarinnen und Nachbarn regelmäßig ihre Muskulatur und verbessern Gleichgewicht, Gang und Haltung. Beim wöchentlichen Sportprogramm im Eppendorfer Park knüpfen sie Kontakte und Freundschaften.

Mitmachen beim AOK-Förderpreis 2024

Bis zum 15. September können sich Nachbarschaften in Hamburg und dem Rheinland mit ihren Gemeinschaftsprojekten für den AOK-Förderpreis „Gesunde Nachbarschaften“ bewerben. Mit jeweils 1.000 Euro werden zehn Projekte gefördert, die die Lebensqualität und Gesundheit im Quartier stärken. Eine prominent besetzte Experten-Jury wählt die Preisträgerinnen und Preisträger aus.

„Gemeinsam mit Nachbarinnen und Nachbarn als Verbündeten kann man viel mehr bewegen. Dieses aktive Miteinander schützt alle Beteiligten vor Vereinsamung und



motiviert, in Bewegung zu kommen“, sagt Erdtrud Mühlens, Gründerin von Netzwerk Nachbarschaft.

Anmeldungen für den Förderpreis sind möglich unter: <https://aok-foerderpreis.netzwerk-nachbarschaft.net/rh/home>

Bildmaterial

Pressefoto Lenzsiedlung e.V.

©Netzwerk Nachbarschaft, Foto: Ralf Helling

BU: Großer Auftritt: Als „LenzDance“ nehmen die Mädchen vom Hip-Hop-Kurs der Lenzsiedlung an Meisterschaften teil

Pressekontakt

Netzwerk Nachbarschaft/AMG Hamburg

Karin Banduhn

Eppendorfer Landstraße 102a

20249 Hamburg

Telefon: 040 480 650 18

E-Mail: karin.banduhn@netzwerk-nachbarschaft.net