

## Presseinformation

### **Nachbarschaftshilfe per Zeittauschbörse – ein cleveres Modell**

**„Öcher Frönnde“ für den Förderpreis „Gesunde Nachbarschaften“ nominiert**

**Düsseldorf, 4. September 2024 – Heute helfen, morgen Hilfe bekommen: Wie man Nachbarschaftshilfe clever und nachhaltig organisiert, zeigen die Mitglieder der „Öcher Frönnde“. Mit ihrer Zeittauschbörse gehören sie zu den Nominierten für den diesjährigen AOK-Förderpreis „Gesunde Nachbarschaften“. Bewerbungen für den Preis sind noch bis 30. September möglich.**

Wenn die „[Öcher Frönnde](#)“ am 22. September 2024 zu ihrer Jubiläumsveranstaltung zusammenkommen, können sie auf eine 20-jährige Erfolgsgeschichte zurückblicken. 2004 gründeten 19 Nachbarinnen und Nachbarn zwischen 55 und 75 Jahren den Verein, um sich per Zeittauschsystem gegenseitig zu entlasten und zu unterstützen. Mittlerweile sind die Öcher Frönnde auf 100 Mitglieder angewachsen. Etwa die Hälfte von ihnen sind jüngere Seniorinnen und Senioren, die sich für das Gemeinwohl in der Nachbarschaft einbringen und so selber gesund und aktiv bleiben. Unter dem Motto "Helfen und Hilfe empfangen" unterstützen sie ihre älteren und weniger mobilen Nachbarinnen und Nachbarn im Alltag. Sie übernehmen Einkäufe oder Erledigungen, begleiten die Hilfebedürftigen zum Arzt oder bei Spaziergängen – und entlasten deren Angehörige. Der Zeiteinsatz der Helfenden wird auf einem persönlichen Zeitkonto gutgeschrieben, das nicht verfällt. Benötigen die Vereinsmitglieder selbst einmal Hilfe, können sie auf ihr Zeitguthaben zurückgreifen. Mit ihrer Zeittauschbörse haben die Öcher Frönnde ein beispielhaftes und tragfähiges Modell aufgebaut, das seit 20 Jahren den Generationen-Zusammenhalt im Quartier stärkt und zur höheren Lebensqualität im Alter beiträgt.

#### **Mitmachen beim AOK-Förderpreis 2024**

Noch bis zum 30. September können sich Nachbarschaften an Rhein und Ruhr mit Gemeinschaftsprojekten für den AOK-Förderpreis „Gesunde Nachbarschaften“ bewerben. Mit jeweils 1.000 Euro werden zehn Projekte gefördert, die sich für mehr Lebensqualität im Quartier einsetzen.

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



### ***Bildmaterial***

#### [Pressefoto Öcher Frönnde](#)

©Netzwerk Nachbarschaft, Foto: Monika Lang

BU: Eine engagierte Gemeinschaft: Mitglieder der „Öcher Frönnde“ bei ihrem „Fröndetreff“

### **Pressekontakt**

Netzwerk Nachbarschaft/AMG Hamburg

Karin Banduhn

Eppendorfer Landstraße 102a

20249 Hamburg

Telefon: 040 480 650 18

E-Mail: [karin.banduhn@netzwerk-nachbarschaft.net](mailto:karin.banduhn@netzwerk-nachbarschaft.net)