

Presseinformation

Erste Hilfe in der Nachbarschaft

Aufruf zum AOK-Förderpreis „Gesunde Nachbarschaften“ 2022

Eisenberg, 28.03.2022 – Ein Sturz im Haushalt ist für ältere Mitmenschen ein großes Unfallrisiko, häufig bedingt durch Bewegungsmangel und eingeschränkte Mobilität. Umso wichtiger ist es, so lange wie möglich fit zu bleiben. Aktive NachbarInnen unterstützen dabei.

Für altersgerechte Bewegung machen sich NachbarInnen aus Bad Sobernheim stark. Sie organisieren in ihrem Verein [So gut leben im Alter](#) wöchentliche Yoga-Stunden. So stärken sie ihre Mobilität im Alltag. Ein vielfältiges Sportprogramm für SeniorInnen gestaltet auch die Initiative [Älter werden in der Grafschaft mitgestalten](#), betreut von der örtlichen Caritas. Die Aktiven treffen sich zu Freiluft-Fitness, zu Spaziergängen oder online zum Balance-Training. Ihre Erfahrung: Gemeinschaftlich aktiv zu werden motiviert zu mehr Bewegung und fördert zudem den Generationen-Austausch.

Weg mit den Stolperfallen!

Weil nachbarschaftliche Hilfe im besten Falle schon einsetzt, bevor es zu einem Unfall kommt, vermittelt der Verein [Kirrweiler kann`s](#) im Landkreis Südliche Weinstraße Besuchsdienste für Ältere. Die rund 50 Helfenden haben dabei auch häusliche Gefahrenquellen im Blick und können gefährliche Stolperfallen – Teppichfalten, scharfe Kanten – rechtzeitig beheben. Dank ihrer Unterstützung wird das Unfallrisiko für betagte NachbarInnen erheblich verringert.

„Gesunde Nachbarschaften“ fördern

„Nachbarschaftliches Engagement und sorgende Netzwerke sind für die Gesundheitsprävention von unschätzbarem Wert. Dieses Engagement möchten wir gerne unterstützen“, sagt Dr. Martina Niemeyer, Vorstandsvorsitzende der AOK Rheinland-Pfalz/Saarland – die Gesundheitskasse. Nachbarschaftliche Unterstützungsleistungen können jedoch kein Ersatz für professionelle Hilfe sein, betont Niemeyer.

Mitmachen beim AOK-Förderpreis

AOK Rheinland-Pfalz/Saarland – Die Gesundheitskasse und Netzwerk Nachbarschaft fördern mit insgesamt 11.000 Euro Gemeinschaftsprojekte, die zu einem gesünderen Leben im Wohnumfeld beitragen. Bewerben können sich Initiativen aus Rheinland-Pfalz und dem Saarland bis zum 15. Oktober 2022. Anmeldungen möglich unter: <https://aok-foerderpreis.netzwerk-nachbarschaft.net/rps/home>

Bildmaterial

1. [Pressefoto](#) „So gut leben im Alter“ (c) Netzwerk Nachbarschaft, Foto: Marlene Jänsch
2. [Pressefoto](#) „Älter werden in der Grafschaft mitgestalten“ (c) Netzwerk Nachbarschaft, Foto: adobeStock
3. [Pressefoto](#) „Kirrweiler kann’s“ (c) Netzwerk Nachbarschaft, Foto: adobeStock

Pressekontakte:

Netzwerk Nachbarschaft/AMG Hamburg

Karin Banduhn

Eppendorfer Landstraße 102a

20249 Hamburg

Telefon: 040 / 480 650 18

Mail: karin.banduhn@netzwerk-nachbarschaft.net

AOK Rheinland-Pfalz/Saarland

Jan Rößler

Virchowstraße 30

67304 Eisenberg

Telefon: 06351 / 403-419

Mail: jan.roessler@rps.aok.de