

## Presseinformation

### Erste Hilfe in der Nachbarschaft

#### Aufruf zum AOK-Förderpreis „Gesunde Nachbarschaften“ 2022

Saarbrücken, 28.03.2022 – **Ein Sturz im Haushalt ist besonders für ältere Mitmenschen ein großes Unfallrisiko. Häufige Ursache ist Bewegungsmangel und eingeschränkte Mobilität. Um der Gefahr vorzubeugen, verabreden sich daher viele NachbarInnen zu gemeinsamen Fitness-Programmen.**

„Ich beweg‘ mich, mir geht’s gut“ – mit diesem Motto engagieren sich die [Landfrauen Bliesransbach](#) für mentale und körperliche Fitness. Jede Woche trainieren hier NachbarInnen gemeinsam Kondition, Balance und Beweglichkeit. Auch in Heusweiler wird Beweglichkeit ganz groß geschrieben. Rund 150 Einwohnende gründeten hier die Interessengemeinschaft Pro Lummerschied, um für ihr Dorf einen Sportplatz für Alt und Jung zu gestalten. Für mehr Bewegung und Fitness machen sich auch die rund 100 Mitglieder des Wohnprojekts [Galia e.V.](#) („Gemeinsam aktiv leben ist attraktiv“) stark. Sie treffen sich zum Ballspielen, Tanzen oder gemeinsamen Wandern. Auch bei häuslichen Unfällen leisten NachbarInnen einander wichtige Hilfe. Um sich auszubilden, veranstalten sie Erste-Hilfe-Kurse für die Hausgemeinschaft.

#### „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](#) „Landfrauen Bliesransbach“ (c) Netzwerk Nachbarschaft, Foto: Gabriele Bubel
2. [Pressefoto](#) IG Lummerschied, Heusweiler, (c) Netzwerk Nachbarschaft, Foto: Bernd Hoffmann
3. [Pressefoto](#) „Galia e.V.“ (c) Netzwerk Nachbarschaft, Foto: Annette Lohmann

### **Pressekontakte:**

Netzwerk Nachbarschaft/AMG Hamburg

Karin Banduhn

Eppendorfer Landstraße 102a

20249 Hamburg

Telefon: 040 / 480 650 18

Mail: [karin.banduhn@netzwerk-nachbarschaft.net](mailto: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](mailto:jan.roessler@rps.aok.de)