

Hilfe per Tauschsystem

Sonntag, 19. Januar 2025

Ein Sonderpreis im Rahmen von „Gesunde Nachbarschaften“ ging an „Öcher Frönnde“.

AACHEN Ein lebendiges Miteinander und gegenseitige Hilfe in der Nachbarschaft sind wertvolle Ressourcen, welche Lebensqualität und damit auch unsere Gesundheit positiv beeinflussen. Dies zu fördern, haben sich AOK und das Netzwerk Nachbarschaft zur Aufgabe gemacht und zum fünften Mal den jährlichen Förderpreis „Gesunde Nachbarschaften“ ausgelobt. Insgesamt 41 Freiwilligen-Initiativen haben sich mit ihren Gemeinschaftsprojekten für ein gesundes Miteinander im Wohnumfeld beworben.

Auf eindrucksvolle Weise beweisen die Aktiven des Nachbarschaftsrings „Öcher Frönnde“, wie sie ihr Wohnumfeld im Aachener Stadtzentrum für alle Generationen lebenswerter gestalten. Für ihr vorbildliches Engagement erhalten sie nun den Sonderpreis „Gesunde Nachbarschaften“.

Die rund 100 Vereinsmitglieder der „Öcher Frönnde“ entlasten und unterstützen sich seit gut 20 Jahren gegenseitig per Zeittauschsystem. Unter dem Motto „Helfen und Hilfe empfangen“ wird der Zeiteinsatz der Helfen-

den auf einem persönlichen Zeitkonto gutgeschrieben, das nicht verfällt. Sie unterstützen ihre älteren und weniger mobilen Nachbarn, übernehmen Einkäufe oder begleiten sie zum Arzt und bei Spaziergängen. Wenn die Helfenden selbst einmal Hilfe benötigen, können sie darauf zurückgreifen. Dabei gilt das Prinzip: Eine Stunde für eine Stunde. Das erleichtert vor allem älteren Menschen das Fragen nach Hilfe und schützt sie vor dem Unbehagen, sich nicht angemessen revanchieren zu können.

„Wir sind begeistert von dem zukunftsweisenden Modell der Zeittauschbörse.“, sagt Heiko Jansen, Regionaldirektor der AOK Rheinland/Hamburg. „Dieses großartige Engagement wollen wir unterstützen.“

Die in Aachen an der Schanz beheimatete Initiative funktioniert dauerhaft nur durch das Engagement der Mitglieder und Unterstützer. Deshalb sind weitere, jüngere Mitstreiter immer willkommen. Wer sich auch in der Aachener-Nachbarschaft engagieren möchte: oecher-froennde@web.de.



Unter dem Motto „Helfen und Hilfe empfangen“ engagieren sich die „Öcher Frönnde“ aus Aachen für ihre älteren und weniger mobilen Nachbarinnen und Nachbarn.

FOTO: NETZWERK NACHBARSCHAFT, MONIKA LANG/ÖCHER FRÖNNDE E.V.