

## **Der Bewegungstreffpunkt „Humboldtwiese“**

### **Wissensbasierte Stadt- und Regionalentwicklung in Lübeck gestalten**

Diese vielfältigen gesellschaftlichen Veränderungen bieten ein enormes Potenzial, das ausgeschöpft werden will. Als Hochschulstandort hat die Hansestadt Lübeck den Vorteil, die Nähe zu Wissenschaft und Forschung für die Bewältigung globaler Herausforderungen nutzen zu können. Ausgewählte Projekte veranschaulichen den Bürgerinnen und Bürgern, inwieweit sie selbst von Entwicklungen betroffen sind und wie sie aktiv zur Verbesserung der Lebensqualität in ihrer Stadt beitragen können.

Der Bewegungstreffpunkt Humboldtwiese wird als Modellprojekt im Bereich der Gesundheitsprävention und sozialen Integration sowie für die wissensbasierte Stadtentwicklung entwickelt. Das Miteinander von Jung und Alt ist in mehrfacher Hinsicht eine wichtige Stellschraube in der demografischen Entwicklung einer Stadt. Die Konzeption dieses Naherholungsgebietes vereint soziale, gesundheitliche und städtebauliche Aspekte, die durch wissenschaftliche Impulse aus den Hochschulen vor Ort begleitet wird. Im Rahmen der wissenschaftlichen Evaluation kann der Frage nachgegangen werden, inwieweit sich relevante Kenngrößen (Lebensqualität, Aktivität, Generationensensibilität) bei den Gerätenutzern ändern.

Lübeck hat als exzellenter Standort im Bereich der Medizin und Medizintechnik und im Bereich der Gesundheitsforschung Expertise und möchte diese in Bürgerdiskurse einbringen und im Sinne von Citizen Science auch für die Forschung reflektieren. Gerade für die Gesundheitswissenschaften stellt der Bürgerdialog eine Bereicherung dar. Der Austausch mit den Bürgern soll vor Ort und praxisorientiert erfolgen. Eine besondere Anbindung besteht hier an das Zentrum für Bevölkerungsmedizin und Versorgungsforschung der Universität zu Lübeck, das auch das Themenfeld „Demografie“ bearbeitet.

### **Wissen wertschätzen: Die „Human Ressource“ der Städte nutzen**

Die Einbindung der Bürgerinnen und Bürger und der organisierten Zivilgesellschaft in Entscheidungsprozesse ist für Städte Pflichtaufgabe und Chance zugleich. Wenn man die Einwohner mit den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern eines Unternehmens vergleicht, kann der demografische Wandel, positiv gestaltet, einen wertvollen Zuwachs an „Human Ressource“ mit sich bringen.

Unsere Wissensgesellschaft wird an Profil gewinnen, wenn es gelingt, über kreative Projekte die Teilhabe aller Menschen zu gewährleisten. Vor diesem Hintergrund sind Bürgerbeteiligung und wissensbasierte Stadtentwicklung eine Investition in die Zukunft unserer Stadt.

### **Lage und Umgebung der „Humboldtwiese“**

Im Lübecker Stadtteil St. Lorenz-Nord existiert ein beliebtes Gebiet, das im Volksmund „Schafsberg“ genannt und schon immer zum Joggen, Spaziergehen, Drachensteigenlassen und im Winter zum Schlittenfahren genutzt wurde. Der 4000 Quadratmeter große „Hügel“ verbindet die Stadtbezirke Dornbreite, Groß Steinrade und Schönböcken. Auf dem höchsten Punkt gibt es einen schönen Blick auf das Lübecker Panorama mit den sieben Türmen.

Mit einer Grundsteinlegung am 27.10.2013 wurde dieser Bereich auf Initiative der im Stadtteil lebenden Bürgerinnen und Bürger in „Humboldtwiese“ umbenannt. Dieser Titel bezieht sich auf das erfolgreiche Lübecker Wissenschaftsjahr 2012 unter dem Motto „Hanse trifft Humboldt“ und seinem zugrunde liegenden Konzept, die Stadtteile bewusst einzubeziehen. Auf dieser „Humboldtwiese“ entstehen der Bewegungstreffpunkt und das Naherholungsgebiet.

Als erstes Spielgerät wurde im November 2013, begleitet von einem Herbstfest, ein „Partnerstepper“ installiert. Das Gerät, das Treppensteigen/ Bergsteigen/ Gehbewegung simuliert, war im Wissenschaftsjahr 2012 an seinem vorübergehenden Standort in Dornbreite eingerichtet und lebhaft genutzt worden.

Die neue „Humboldtwiese“ bietet weite Grünflächen, ein interessantes Geländeprofil und viele Freizeitmöglichkeiten. Die Idylle dieser grünen Oase unmittelbar an der Autobahn A1 und der Kreisstraße 13 gelegen, wird zu jeder Jahreszeit Anziehungspunkt für Einwohner des Stadtbezirks und der Umgebung sein. Auf der hügeligen Fläche sind große Wiesen, Schatten spendende Sträucher und Büsche und bereits angelegte Wanderwege vorhanden. Deutlich erkennbar ist auch der ehemalige Bahndamm der Kleinbahn zwischen Lübeck und Bad Segeberg. Er verläuft zwischen der Dornbreite und der Morier Straße und wird von vielen Menschen als Wander- und Trimm-Dich Pfad genutzt.

### **Motivation**

In letzter Zeit wird intensiv über die alternde Gesellschaft diskutiert und nach Möglichkeiten gesucht, das Miteinander von Jung und Alt und die Nutzung des Erfahrungswissens von älteren Menschen zu fördern. Demografie (Bevölkerungswissenschaft) steht entgegen der weitverbreiteten Wahrnehmung nicht allein für eine alternde Gesellschaft, sondern für die statistische Betrachtung der Bevölkerung und deren Struktur. Dabei werden Altersstrukturen, Wanderungsentwicklungen (Geografie) und auch Umweltbedingungen (soziale Faktoren) der Einwohnerinnen und Einwohner einer Stadt, einer Region, eines Landes gemessen und ausgewertet.

In einen Stadtentwicklungsprozess, der auf die strategische Ausnutzung des demografischen Wandels abzielt, sind folglich Kinder und Jugendliche, Einwanderinnen und Einwanderer,

Flüchtlinge und Menschen mit ausländischen Wurzeln ebenso zu berücksichtigen und in die Entwicklungsüberlegungen einzubeziehen wie Umweltbedingungen und soziale Faktoren.

Ein Aspekt, der vor diesem Hintergrund geprüft wurde, ist das Wohn- und Freizeitangebot im ganzen Stadtgebiet. Das Wohnumfeld und die Angebote der Infrastruktur wie beispielsweise Versorgungs-, Kultur- und Freizeitangebote sollen dem demografischen Wandel und damit auch verbunden den neuen Bedürfnissen angepasst werden, um die Lebensqualität in den einzelnen Stadtteilen zu erhöhen. Dies steigert die Wohnzufriedenheit aller Einwohnerinnen und Einwohner.

Eine Analyse<sup>1</sup> ergab, dass im Stadtteil St. Lorenz Nord insbesondere für Familien Angebote im Bereich Spiel und Sport fehlen. Diese sind in mehrfacher Hinsicht wichtig:

In unserer älter werdenden Gesellschaft bietet ein möglichst gesundes Leben im Alter die Chance für geistige Fitness mit Sport, Bewegung und Training. Unbestritten ist auch, dass Kinder und Jugendliche durch die Faszination digitaler Freizeitgestaltung am Computer verharren, und dadurch an Bewegungsarmut und motorischen Defiziten leiden. Das Naturerlebnis wird - wenn überhaupt - gemeinsam mit den Eltern erlebt oder organisiert über Vereine.

So entstand die Idee eines Bewegungstreffpunktes: Erstens ältere Menschen durch eine gesunde Lebensweise und körperliche Fitness länger für die Teilhabe am aktiven Gesellschaftsleben zu befähigen, zweitens junge Menschen für Sport und Bewegung zu begeistern und drittens den Dialog zwischen den Generationen zu befördern.

### **Das Konzept**

Die Humboldtweise bedeutet eine Aufwertung der Lebensqualität im Stadtteil. Es stehen dezentrale Angebote aktiver Freizeitgestaltung und Gesundheitsförderung (Angebot von dezentralen Präventionsmaßnahmen) für jeden Bewohner und jede Bewohnerin zur Verfügung. Weiterhin wird das Miteinander der Generationen gefördert. Der Ansatz des Bewegungstreffpunktes bietet im Hinblick darauf Lösungen an und ist als Baustein der wissensbasierten Stadtentwicklung Impulsgeber für vielfältige demografische Folgeprojekte. Das Konzept sieht vor, dass von Beginn an eine wissenschaftliche Begleitung durch die Universität zu Lübeck, Zentrum für Versorgungsforschung und Bevölkerungsmedizin, erfolgt.

Ziel ist es auch, spielerisch ein hohes Maß an „Alltagsfitness“ zu ermöglichen. Dies ist ein bedeutender Beitrag zur Lebensqualität und kann zur Vorbeugung vieler Krankheiten beitragen, die durch Bewegungsmangel ausgelöst werden. Kinder und Kleinkinder können in spielerischer Form ihre Grenzen erkunden. Ältere Menschen haben die Möglichkeit, in einem sicheren Umfeld ihre alltagsrelevante Geschicklichkeit zu verbessern. Gleichzeitig werden

---

<sup>1</sup> Integriertes Stadtentwicklungskonzept (ISEK) der Hansestadt Lübeck: <http://www.luebeck.de/bewohner/isek/>

Herz und Kreislaufsystem trainiert und die Ausdauer gesteigert. Während Kinder ein eigenes Spielgerät, das die motorischen Fähigkeiten fördert, vorfinden, können sich Eltern und Großeltern nebenbei fit halten und haben einen sehr guten Blick auf ihre Kinder.

Das Konzept ist in dem Sinne ein Modellprojekt, dezentral vor Ort in den Stadtteilen bürgernah Lösungen für Herausforderungen des demografischen Wandels zu erproben und Bürgerbeteiligung bei der Konzeptentwicklung für die Akzeptanz einer solchen Herangehensweise zu nutzen.

### Sozialer Aspekt

Die Begegnung im öffentlichen Raum ermöglicht Teilhabe: Die Humboldtwiese steht unabhängig von Zeit und Geld jedem offen (und kostet im Vergleich zu Fitness-Studios kein Geld). Der Treffpunkt bietet einen niederschweligen Zugang: Man kann einfach nebenher mit den Kindern Übungen zur körperlichen Fitness ausprobieren. Der „Spielplatz der Zukunft“ hält geistig und körperlich fit, indem der Dialog zwischen Jung und Alt, eben der Wissensaustausch und das soziale Miteinander gefördert werden: Kinder punkten durch Beweglichkeit; Ältere durch Wissen. An den Geräten sind Wissensaustausch und Bewegung möglich. Früher arbeiteten die Kinder in der Großfamilie gemeinsam mit den Großeltern oder halfen in der Küche mit. Der Mehrgenerationenspielplatz soll als ein neuer Ort für den Wissenstransfer erprobt werden.

Jung und Alt sind aktiv und nah beieinander. Da gelingt der Austausch auf neue Art und Weise. Wie in Unternehmen, in denen Tandems aus Jung und Alt für den Wissenstransfer gebildet werden, findet man sie zukünftig auch hier: Großeltern, die ihre Enkel betreuen und auch die eigene Fitness fördern möchten, Eltern, die nach einem anstrengenden Arbeitstag mit den Kindern noch einmal ungeplant etwas unternehmen möchten, ältere und jüngere Geschwister oder Freunde, die sich gemeinsam an den Geräten erproben. Die Ausnutzung von Zeit wird optimiert, denn oft fehlt Menschen die nötige Zeit für Sport und Bewegung: Nun kann beispielsweise die Betreuungszeit für das Kind als aktive Erholungszeit für die Älteren genutzt werden.

### Gesundheitsförderung

Bewegung und Sport sind in jedem Alter wichtig. Die „Humboldtwiese“ ist nicht nur Kindern vorbehalten. Sie trägt dazu bei, dass mit Bewegung, Spiel und Spaß an der frischen Luft sich auch ältere Menschen fit und gesund halten. Ist so ein Ort geschaffen, werden ältere Menschen motiviert, ihre körperliche Aktivitäten in den täglichen Spaziergang mit den Kindern einzubinden. Damit wird gesundheitlichen Problemen entgegengewirkt, sowie die Motorik und Koordinationsfähigkeit trainiert. Wer möglichst lange aktiv und selbständig lebt und am gesellschaftlichen Leben teilhaben kann, wird mit hoher Wahrscheinlichkeit auch

länger körperlich und seelisch gesund bleiben. Konkret bedeutet das, den Kindern, Eltern und Großeltern zu vermitteln, welche Bedeutung das Naturerlebnis unter Einbeziehung von Bewegung und Sport hat.<sup>2</sup>

Ein weiteres Ziel ist die Förderung der Sinneswahrnehmung und Motorik. Jeder Mensch eignet sich diese Fähigkeiten selbst an und hat sein eigenes Entwicklungstempo. Voraussetzung ist allerdings, dass er Möglichkeiten bekommt, sich seinen Voraussetzungen entsprechend motorisch zu betätigen, Umfangreiche Bewegungserfahrungen sind Grundlage für zielgerichtete Bewegungen sowohl bei alltäglichen als auch bei sportmotorischen Handlungen. Bewegungserfahrene Kinder reagieren z. B. in Gefahrensituationen schneller und situationsangepasster. Sie entwickeln ein positives Selbstbild, sind dadurch selbstbewusster und weniger ängstlich.

Das dritte Ziel ist die soziale Kompetenz des Miteinanders von Jung und Alt. Positive Beeinflussung erfolgt über positives soziales Verhalten. Durch die Neugestaltung des Stadtteilprojektes „Humboldtwiese“ werden neue Verhaltensweisen entstehen und gefordert. Die Teamfähigkeit der Kinder wird gezielt gefördert und gefestigt.

*„Medizinisch sind die vielfältigen gesundheitsfördernden Aspekte von Bewegung heute nachgewiesen. Bewegung, Wohlbefinden und soziale Integration wirken sich positiv auf die physische Fitness und auf das geistig-psychische Wohlbefinden aus und tragen somit zur Erhaltung und Wiederherstellung von Gesundheit in einem ganzheitlichen Sinn bei“,* so eine Studie der FH-Wiesbaden in Kooperation mit dem Frauenreferat und dem Grünflächenamt Frankfurt/Main aus Oktober 2008.

### **Die Umwelt: Grüne Oase / Essbare Stadt**

Im Zuge der ZukunftsWerkStadt 2012/13 für ein leises und klimafreundliches Lübeck und auch im Rahmen der gesetzlich vorgeschriebenen Lärminderungsplanung wurden in Lübeck unter anderem sogenannte „Ruhige Achsen“ ermittelt, die den Bürgerinnen und Bürgern ermöglichen, möglichst ohne Lärm und Abgase von einem Ort in der Stadt in den anderen zu kommen. Aus diesem Grund ist es wichtig, Orte zu haben, an denen man sich vom Umgebungslärm erholen kann. Diese ruhigen Gebiete dienen dann also auch der Steigerung der Lebensqualität durch: Erholungsmöglichkeiten, Ausbau sozialer Möglichkeiten, Naturbetrachtungen, Freizeitaktivitäten. Letztendlich steigt durch nahegelegene ruhige Gebiete die Lebensqualität der Menschen. „Stadtoasen“ sind dabei innerstädtische ruhige Gebiete, die über das gesamte Stadtgebiet verteilt sind, der Erholung dienen und sich in räumlicher Nähe zu Wohngebieten befinden. Das Mehrgenerationenprojekt auf der „Humboldtwiese“ dient aufgrund seiner natürlichen Gegebenheit zugleich als Grüne Oase.

---

<sup>2</sup> (Quelle: Leitfaden des Hessischen Sozialministeriums zum Bau von Bewegungsparcours)

Ein weiteres Projekt aus der ersten ZukunftsWerkStadt, das auch in diesem Stadtteilprojekt nachhaltig integriert wurde, ist das Projekt "Essbare Stadt", das auf große Begeisterung stößt. Hier werden Stadtgestaltung, Umweltschutz und Bürgerbeteiligung verknüpft. Grünflächen werden für eine gemeinsame Bewirtschaftung genutzt, aus der schmackhafte Naturprodukte entstehen, wie der „Hanse-Apfel“. Die „Humboldtweise“ bietet auch genügend Platz für eine Streuobstwiese und eine Wildblumenwiese. Urbaner Natur- und Artenschutz steht dabei nicht im Widerspruch zu Wohnen, Arbeiten und Freizeit. Stadtgrün ist sogar ein wichtiger Standortfaktor. Hieran geknüpft ist ein Engagement der Bürgerinnen und Bürger für ihr attraktives Lebensumfeld. Ohne aufwendige Baumaßnahmen wurde zudem eine Aufwertung von Grünanlagen und -flächen ermöglicht – in Zeiten leerer Kassen bei den Kommunen ein nicht zu unterschätzender Aspekt.

### **Wissenschaftliche Begleitung**

Die wissenschaftliche Begleitung wird über die Forschungsgruppe Geriatrie beim Krankenhaus Rotes Kreuz Lübeck -Geriatriezentrum- erfolgen. Seit 2010 ist das Krankenhaus Rotes Kreuz Lübeck – Geriatriezentrum - akademisches Lehrkrankenhaus der Universität zu Lübeck. Die Forschungsgruppe Geriatrie Lübeck (FGL) wurde im Juli 2011 in Kooperation mit der Klinik für Geriatrie Ratzeburg und dem St. Elisabeth Krankenhaus Eutin gegründet. Ziel ist eine Verbesserung der geriatrischen Behandlung, wobei die erarbeiteten Erkenntnisse auch unmittelbar der Bevölkerung in der Region Lübeck zu Gute kommen sollen. Thematische Schwerpunkte liegen im Bereich der Versorgungsforschung. Die FGL ist Mitglied des Zentrums für Bevölkerungsmedizin und Versorgungsforschung der Universität zu Lübeck und arbeitet u. a. mit dem Institut für Sozialmedizin und Epidemiologie (ISE) zusammen. Auch damit ist die bereits beschriebene Verschränkung im Bereich der Bevölkerungsmedizin gewährleistet.

### **Reflektion und Evaluation**

Die Evaluation soll sich auf den Nachweis der gesundheitsfördernden Wirkung von Bewegung beziehen. Eine Bewertung erfolgt anhand präzise fest- und offenzulegenden Kriterien (Evaluations-/Bewertungskriterien) im Vorfeld der Entstehung und des Projektstarts. Eine Informationsgewinnung durch empirische Datenerhebung ist vorgesehen unter Zuhilfenahme sozialwissenschaftlicher Methoden durch eine noch festzulegende Institution. Als Methode werden die teilnehmende Beobachtung wie auch Befragungen zur qualitativen Beurteilung des Projekts verschränkt. Einzelinterviews – eine bewährte Methode aus der Evaluation der ZukunftsWerkStadt – ergänzen den Ansatz.

So wird mit dem Evaluationsprozess angestrebt, Ergebnisse in Form von Beschreibungen und Empfehlungen zu erhalten, um so ein in die Zukunft ausgerichtetes Handeln zu unterstützen, das Vorgehen als Modell zu etablieren und die wissensbasierte Stadtentwicklung weiter zu empfehlen.

Diese mit dem Projekt verbundene Evaluation ist für Lübeck umso wichtiger, als dass bereits in einem weiteren Stadtteil erste Überlegungen angestellt werden, auch dort rund um das Exponat aus dem Wissenschaftsjahr ebenfalls einen Mehrgenerationenparcours zu planen.

### **Ausblick**

Das Projekt Humboldtweise zeichnet sich dadurch aus, dass nicht nur die Zielerreichung und damit der fertigzustellende Bewegungstreffpunkt im Vordergrund steht. Vielmehr kommt es auf den Prozess an, der durch Bürgerbeteiligung vor Ort im Stadtteil gekennzeichnet ist. Das ehrenamtliche Engagement der Bürgerinnen und Bürger und auch die finanziellen Fördermöglichkeiten durch Spenden und Drittmittel entscheiden den Projektablauf und die Realisierung der dargestellten Projektbausteine. Denn:

*„Nicht nur in Gebieten, die von wirtschaftlichen Krisen oder Abwanderung betroffen sind, auch in Städten mit hohem Entwicklungsdruck setzt sich zunehmend die Erkenntnis durch, Spielräume für experimentelle Nutzungen als notwendige Ressource der Stadtentwicklung offen zu halten.“ (Prof. Dr. Klaus Overmeyer, Urban Catalyst Studio, Berlin, im Rahmen des Lübecker Stadtdiskurses am 17.06.2015).*

**"Der Weg ist das Ziel!"**