

Projektskizze

Aktion: Flashmob „Generationen bewegen“

Der Begriff:

Der Begriff **Flashmob** *flash* = Blitz; *mob* [von *mobilis* beweglich] bezeichnet einen kurzen, scheinbar spontanen Menschauflauf auf öffentlichen oder halböffentlichen Plätzen, bei denen sich die Teilnehmer/innen üblicherweise persönlich nicht kennen und ungewöhnliche Dinge tun. (aus: Wikipedia)

Ablauf eines Flashmobs:

Typisch für Flashmobs ist die wie aus dem Nichts blitzartig entstehende Bildung des Mobs, das identische Handeln der Personen im Mob (z. B. applaudieren, telefonieren mit gleichen inhaltlichen Texten), und die plötzliche und völlig abrupte Auflösung nach wenigen Minuten.

Die Beteiligten tauchen am vereinbarten Ort zur vereinbarten Zeit auf, um dort kurz und für die unwissenden Passanten völlig überraschend einer gänzlich sinn- und inhaltslosen Tätigkeit nachzugehen.

So schnell wie die Menschen zusammengekommen sind, löst sich ihre Gruppe vor den Augen der verdutzten Zuschauer auch wieder auf. Dieses merkwürdige Verhalten wird vor allem durch die immer schnelleren zwischenmenschlichen Kommunikationsmöglichkeiten beeinflusst und unterstützt. (aus: Wikipedia)

Hintergrund:

Durch den demografischen Wandel wird die Bevölkerung zunehmend älter.

Ein gesundheitsförderlicher und aktiver Lebensstil ist eine wichtige Strategie, um bis ins hohe Alter selbstständig und mit möglichst wenig körperlichen Einschränkungen leben zu können.

Studien haben jedoch gezeigt, dass gerade ältere Menschen häufig körperlich inaktiv sind. Deshalb sind neue Strategien gefragt, um diese zu mehr Bewegung zu motivieren.

Gesund zu sein, ist allerdings keine Selbstverständlichkeit. Nicht nur die Medizin, sondern auch jede(r) Einzelne kann seine Gesundheit selbst auf vielfältige Weise fördern und erhalten. Bewegung spielt hier eine große Rolle.

Zielstellung und Zielgruppe:

- Ziel ist es, ältere Menschen, die wenig sportlich aktiv sind, zu einem gesundheitsförderlichen Lebensstil zu motivieren.
- Durch zum Beispiel unkonventionelle Angebote und Aktionen (wie ein „Flashmob“) auf die Thematik und die Bedeutung aufmerksam machen.
- Impulse geben, Spaß und Freude an der Bewegung zu finden.
- Da körperliche wie geistige Bewegung in jedem Alter von Bedeutung ist, soll dieser „Flashmob“ eine generationsübergreifende Aktion werden. Durch die Beteiligung von Kindern/Jugendlichen und Erwachsenen jeden Alters soll nach Außen die Gemeinsamkeit in der Bewegung sichtbar werden:

„Je früher wir starten, je besser, aber – es ist nie zu spät!“

Durchführung:

Zu einem festgelegten Zeitpunkt, an einem bestimmten Ort, beginnt eine Person/Gruppe mit einer Bewegung, die etwas zeitverzögert von weiteren Personen/Gruppen aufgegriffen werden, z. B. ertönt Musik und jemand fängt mit einer einfachen Bewegung an, die sich dann wie ein Lauffeuer auf andere Personen / Gruppierungen überträgt, bis der ganze Platz „in Bewegung“ gerät.

Es ist durchaus erwünscht, wenn unbeteiligte Passanten/innen zum mitmachen angeregt werden.

Termin + Ort:

14.07.2011, 16.00 Uhr, Platz vor dem Kaufhof (Stele)

Veranstalter/in:

Gesundheitsamt der Stadt Köln

Demenz-Servicezentrum Region Köln und das südliche Rheinland

Kooperationspartner/innen:

- Seniorenvertretung Köln
- Tanzschule Stallnig/Nierhaus

Kosten:

- Musikanlage
- Honorar Tanzlehrer
- für Dokumentation: Fotos und Videoaufnahmen

Öffentlichkeitsarbeit:

- **PK 05.07., 11.00 Uhr:** über Inhalt, Ziel und Zeitpunkt der Aktion, etc.
- Infomaterial für „Film, Funk und Fernsehen“ vorbereiten:
Statements, Ansprechpartner/innen, Angebote, etc.

- Dokumentation der Aktion durch Bild + Video
- Internet

Presse

Radio Köln, WDR-Rundfunk

Fernsehen: Aktuelle Stunde, Lokalzeit, Center-TV

Tageszeitungen: KSTA, KR, KWS,

andere Publikationen: KölnerLeben, Stadt intern, Apotheken Umschau, Pro Alter, „hauseigene“ Publikationen (z.B. von Krankenkassen, Verbänden, etc.)