

Herausforderung Reallabor: Methoden | Übertragbarkeit | Impact Fachtagung 18.02.2021

STECKBRIEF REALLABOR | EXPERIMENT | PROJEKT

TITEL des Reallabors/des Experiments

Bewegung. Raum. Erlebnis. – Aktives und nachhaltiges Wohlbefinden im städtischen Kontext

(Arbeitstitel)

Hervorgegangen aus dem Projekt: Erlebnis.Campus – Gesundheit und Bewegung im städtischen Kontext

Thematischer Zugang

Aktive Mobilität, gesundheitsfördernde Effekte von Freiräumen, Wohlbefinden, One Health, Ermöglichungsraum, Embodiment

Räumlicher Zugang

Uni-Campus, Freiraum, öffentlicher Raum, Micro-Spaces, öffentliche Gebäude

ABSTRACT

Die Corona-Krise zeigt in welchen fragilen Systemen wir leben. Der Fokus wird auf unmittelbare kleinräumige Wohnungs-, Bildungs- und Arbeitsumfelder gerichtet als Wirkungsräume multifunktionaler Nutzungen, die nicht nur der menschlichen Spezies sondern auch vielen weiteren lebendigen Systemen als Lebensraum dienen. Mehr und mehr wird bewusst, wie das eigene Verhalten sowohl das eigene Wohlergehen als auch das der Umwelt im weitesten Sinne beeinflusst. ‚One-Health‘ ist das Stichwort oder auch ‚One Space‘? (1)

Beim interdisziplinären Praxisprojekt ‚Erlebnis.Campus‘ werden Wegebeziehungen auf dem TU-Campus und in dessen Umfeld hinsichtlich ihrer naturräumlichen und städtebaulichen Qualität erforscht in Verbindung mit ihrer Eignung als Bewegungs- und Entspannungsorte sowie zur Stärkung des gesundheitlichen Wohlbefindens.

Die Studierenden erstellen verschiedene Bewegungsparcours mit unterschiedlichem thematischem Bezug in einer digitalisierten Karte.

In diesem Zusammenhang wird auch das Thema ‚Wellbeing‘ im Sinne der Okanagan Charta der WHO (2) näher beleuchtet, eine internationale Programmatik für Hochschulen, die Gesundheitsförderung und Nachhaltigkeit miteinander verknüpft. Nach Aussagen der Okanagan-Charta stellt ein gesundheitsförderndes Wohn-, Arbeits- und Studierumfeld gleichzeitig auch ein grünes und ökologisch hochwertiges, ein nachhaltiges und ein qualitätsvolles städtebauliches Umfeld dar, welches soziale Gerechtigkeit impliziert und in dem das einzelne Individuum sich als selbstwirksam und sinnstiftend sowie fähig zur Resilienz erfahren kann.

Im kommenden Sommersemester 2021 werden kleine Testsituationen für Reallabore von den Studierenden entwickelt. Experimentierorte sind die von den Studierenden entworfenen Bewegungsparcours. Längerfristig kann dies auf einen größeren Rahmen, z.B. auf weitere Orte des Berliner Stadtgefüges und auch außerhalb, ausgeweitet werden, unter Einbeziehung weiterer (zivilgesellschaftlicher) Akteur*innen.

Fragestellungen

Was sind Anreize für die aktive (Alltags-)Mobilität im öffentlichen Raum? Welche Rahmenbedingungen müssen bestehen, damit aktive Alltagsbewegung ausgeübt wird, um einen positiven Impact auf die Gesundheit und/ oder die Umwelt auszuüben und nicht nur aus der Notwendigkeit heraus? (3)

Wie können Menschen befähigt werden, Ihre Umgebung neu zu entdecken als Gesundheits- / Bewegungs- und Entspannungsräume mittels partizipativer Beteiligungsprozesse?

Könnten bestimmte Zonen (gesundheits- und entspannungsfördernd, besonders unbelastet von schädlichen Umwelteinflüssen), vergleichbar den s.g. ‚Blue Zones‘ (4) bestimmt werden, durch quantitativ erfasste Messergebnisse, abgeglichen durch qualitative Ergebnismethoden in partizipativen Beteiligungsprozessen? Welche Rolle spielen zukünftig Micro-Spaces?

Wie wird der öffentliche Raum bei aktiver Mobilität und/ oder als Ort zur Entspannung wahrgenommen?

eher als Setting, Staffage, als etwas, was selbstverständlich genutzt wird oder nimmt sich der im öffentlichen Raum Aufhaltende als Teil der Umgebung wahr?

Welche Indikatoren bestimmen dies und welche Auswirkungen hat dies auf gesellschaftliche und räumliche Entwicklungen?

Wird der Anreiz zur aktiven Bewegung erhöht, wenn dieser mit sinnstiftenden Aktivitäten verbunden ist, z.B. beim Plogging (Müll aufsammeln und Joggen) (5), Urbanen Gärtnern, Pflegen der Grünflächen im öffentlichen Raum, Ernten von essbaren Pflanzen, Entdecken der Artenvielfalt, Kombination mit ÖPNV, Micro-Mobilität usw.?

Wird der gesundheitsfördernde Effekt sowie nachhaltiges biosphärisches Verhalten erhöht und gestärkt, wenn der öffentliche Raum, insbesondere grünspezifische Freiräume durch achtsamkeitsbasierte Methoden / Embodiment-Methoden erfahrbar gemacht werden?

Wie agieren unterschiedliche soziale Milieus / Altersgruppen auf diese Fragestellungen

Wo gibt es digitale Schnittstellen z.B. Entwicklung von Apps, Health Games, Geo-Caching, digitale Stadterkundung, ÖPNV, Mobility-Hubs, Open-Data/ Open Maps?

1. BUND (2020): Lebensräume, Naturschutz. URL: <https://www.bund.net/themen/aktuelles/detail-aktuelles/news/was-das-corona-virus-mit-dem-verlust-von-lebensraeumen-zu-tun-hat/> zugegriffen 11.08.2020
2. http://www.gesundheitsfoerdernde-hochschulen.de/Inhalte/O1_Startseite/Okanagan-Charta-2015-DE.pdf
3. Viele Menschen unterschätzen den gesundheitsfördernden Effekt von alltäglicher Bewegung (kurz: NEAT für Non-Exercise Activity Thermogenesis) auf den täglichen Energieverbrauch. <https://www.iat.unileipzig.de/datenbanken/iks/sponet/Record/4031149>
4. <https://www.bluezones.com/>
5. <https://www.unicum.de/de/studentenleben/freizeit/plogging>, zugegriffen am 08.02.2021

Fotos/Graphik



Erlebnis.Campus. Erkundung des TU Campus beim Erdfest 2020



Erlebnis.Campus. Erkundung von Micro-Biotopen

Standorte

- TU-Campus, stadträumlicher Bezug Charlottenburg
- Beliebte Standorte / Teil der Befragung auf www.erlebnis-campus.de
- <https://www.google.com/maps/d/u/0/viewer?mid=1fsyGoVEj165AiXpzcGlzAESluHrf83jn&ll=52.512959205564705%2C13.328901093618905&z=15>
- Unangenehme Orte / Teil der Befragung auf www.erlebnis-campus.de
<https://www.google.com/maps/d/u/0/edit?mid=1zJ7zrBYwVSELJx1464YrxsSy7O62DzC&ll=52.51292619835815%2C13.328904692212088&z=15>
- Standorte der Ruhe und Entspannung / Teil der Befragung auf www.erlebnis-campus.de
https://www.google.com/maps/d/u/0/edit?mid=1FXsVko3_ZW9JIYn3VCNeQsvZLhnTRDu&ll=52.51292772605631%2C13.328950286452672&z=15
- Evtl. HU-Campus / Charité Campus
- Landschaftspark Herzberge, Berlin Lichtenberg
<https://www.google.com/maps/place/Landschaftsschutzgebiet+Herzberge/@52.522275,13.505828,15z/data=!4m5!3m4!1s0x0:0x7f8b94fa433e05bf!8m2!3d52.522275!4d13.505828>
- Evtl. Berlin Kreuzberg / QM Zentrum Kreuzberg, QM Mehringplatz
<https://www.google.com/maps/place/Quartiersmanagement+Zentrum+Kreuzberg+%2F+Oranienstra%C3%9Fe/@52.500698,13.4173504,15z/data=!4m5!3m4!1s0x0:0xf44adeb14957e249!8m2!3d52.500698!4d13.4173504>
- Evtl. Berlin Tempelhofer Feld
- Evtl. Stadt Rathenow / Palazzo Pitti Rathenow

Partner/Allianzen

- MobCC - https://www.ivp.tu-berlin.de/menue/forschung/aktuelle_forschungsprojekte/mobcc_entwicklung_eines_zukunftsweisenden_konzeptes_fuer_die_nachhaltige_mobilitaetsentwicklung_des_bezirks_charlottenburg_wilmersdorf_mit_schwerpunkt_auf_dem_campus_charlottenburg/
- Krankenkassen BARMER / KKH - <https://www.barmer.de/>; <https://www.kkh.de/>
- Hochschulsport der TU Berlin
- BGM TU Berlin
- Uni Bibliothek
- ASTA TU Berlin
- MatheMorphosis - <https://vimeo.com/468069895?ref=fb-share>
- Michael Hüllenkrämer / LAB mit Rollatoren, SAI Lab - https://www.chemie.tu-berlin.de/sai_lab/projekte/angestossene_projekte/rana_sdg_09_mikro_marko_diversitaet_in_der_mobilitaet_mimamo/mimamo_21_campus_rollator_mobilitaet_caromo_mobilitaets_management_mit_rollatoren/
- Healthy Living-Projekt, Prof. Dr. Ina Säumel HU Berlin -
- Bezirksamt Lichtenberg QPK, Miriam Boger - <https://www.berlin.de/ba-lichtenberg/auf-einen-blick/buergerservice/gesundheit/artikel.322082.php>
- Fuss e.V. - <https://www.fuss-ev.de/>
- Institut für Umweltgerechtigkeit, Berlin – Dr. Heinz-Josef Klimeczek
- Stadt Rathenow / Palazzo Pitti
- Diverse Quartiersmanagements in Berlin – z.B. QM Zentrum Kreuzberg, QM Mehringplatz, QM Marzahn Nordwest

Medieninformationen

- www.erlebnis-campus.de
- https://www.ivp.tu-berlin.de/menue/forschung/aktuelle_forschungsprojekte/erlebniscampus_gesundheit_und_bewegung_im_staedtischen_kontext/
- https://www.ivp.tu-berlin.de/menue/forschung/aktuelle_forschungsprojekte/mobcc_entwicklung_eines_zukunftsweisenden_konzeptes_fuer_die_nachhaltige_mobilitaetsentwicklung_des_bezirks_charlottenburg_wilmersdorf_mit_schwerpunkt_auf_dem_campus_charlottenburg/

Kontakt

Dipl.-Ing. Susanne Lutz,
Taegyun Kim
www.erlebnis-campus.de