



Luzern singt mit

«Gemeinsam singen – glücklich klingen»

Ein Projekt des Gesundheits- und Sozialdepartements
des Kantons Luzern

Kurzkonzept 2024

Gesundheits- und Sozialdepartement
Dienststelle Gesundheit und Sport

[gesundheit.lu.ch](https://www.gesundheit.lu.ch)

Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung	3
2	Vision	3
3	Ziele	3
4	Zielgruppen und Multiplikatoren	3
5	Projekt	4
6	Singen: Wirkung und Nutzen	5
7	Umsetzung 2024	6
7.1	Zeitlicher Rahmen im Jahreskalender	6
7.2	Rahmenbedingungen für Veranstalter von «offenen Singen»	6
7.3	Unterstützung durch die Projektorganisation von «Luzern singt mit»	6

1 Einleitung

«Luzern singt mit» ist ein Projekt des Gesundheits- und Sozialdepartements des Kantons Luzern, das von der Dienststelle Gesundheit und Sport umgesetzt wird. Die Kampagne wurde 2019 und 2023 sehr erfolgreich durchgeführt. Auch 2024 sollen im Kanton Luzern unter «Luzern singt mit» offene Singen stattfinden.

Diese Kampagne zielt darauf ab, die Freude am Singen in der Bevölkerung des Kantons Luzern zu fördern, da Singen nicht nur Spaß macht, sondern auch das Lebensgefühl steigert und das psychische sowie physische Wohlbefinden verbessert. Gemeinsames Singen fördert außerdem die soziale Integration und Teilhabe. Es stärkt das Selbstwertgefühl und trägt zur Zufriedenheit bei. Das gemeinsame Singen erfüllt das Bedürfnis nach „Gemeinschaft und Miteinander.“

2 Vision

- Das psychische und physische Wohlbefinden der Bevölkerung im Kanton Luzern soll langfristig durch das Singen gefördert werden.
- Das Gemeinschaftsgefühl, die sozialen Bindungen und Kontakte werden durch das gemeinsame Singen unterstützt.

3 Ziele

- Offene Singangebote in den Gemeinden entstehen.
- Das gemeinsame Singen wird gefördert.
- Die Botschaft «singen ist gesund» wird verbreiten.
- Das psychisches Wohlbefinden der Luzerner Bevölkerung wird unterstützt.
- Chöre/ bereits bestehende offen Singangebote erhalten eine attraktive Möglichkeit auf ihr Angebot aufmerksame zu machen.

4 Zielgruppen und Multiplikatoren

- Alle Altersgruppen, insbesondere Erwachsene
- Multiplikatoren: Chöre, Gemeinden, Vereine

5 Projekt

«Luzern singt mit» ist ein niederschwelliges Projekt, welches das «offene Singen» fördert. Die Bevölkerung und Chöre/Singleitende im ganzen Kanton Luzern werden angesprochen. Das Projekt soll insbesondere auch «Nicht-Singende» zum Mitsingen animieren. «Luzern singt mit» besteht aus zwei Teilprojekten: Den «offenen Singen» und dem «Singparcours»:

«Offene Singen»

Vereine, Organisationen, Behörden oder Privatpersonen organisieren in ihrer Gemeinde ein «offenes Singen». Mehrmals – am besten einmal pro Monat (von April bis September) hat die Bevölkerung die Möglichkeit, am «offenen Singen» teilzunehmen und mitzusingen.

Geleitet wird das Singen durch eine singfreudige Person, welche die Teilnehmerinnen und Teilnehmer ermutigen und motivieren, aktiv am Gesang teilzunehmen. Idealerweise wird das Singen von musikalisch begleitet. Das Repertoire umfasst hauptsächlich beliebte einstimmige Lieder, Volkslieder, Oldies, Schlager und ähnliches. Vorkenntnisse oder spezielle Anforderungen sind nicht erforderlich, und es werden auch Lieder ohne Noten gesungen. Die Teilnahme an den "Offenen Singveranstaltungen" ist für die Bevölkerung kostenlos.

Die Veranstalter der «offenen Singen» erhalten von der Projektorganisation einen Förderbeitrag und Unterstützung im Marketing und in der Werbung.



«Singparcours»

In Zusammenarbeit mit Partnern findet im Rahmen des Projekts «Luzern singt mit» ein «Singparcours» statt. Auf verschiedenen Plätzen in der Stadt Luzern – vorwiegend in der Altstadt - sind an einem Samstag im September Chöre und ihre Sängerinnen und Sänger unterwegs. Dabei wird auf Bühnen und technische Infrastruktur verzichtet oder diese wird von den Chören selber organisiert.

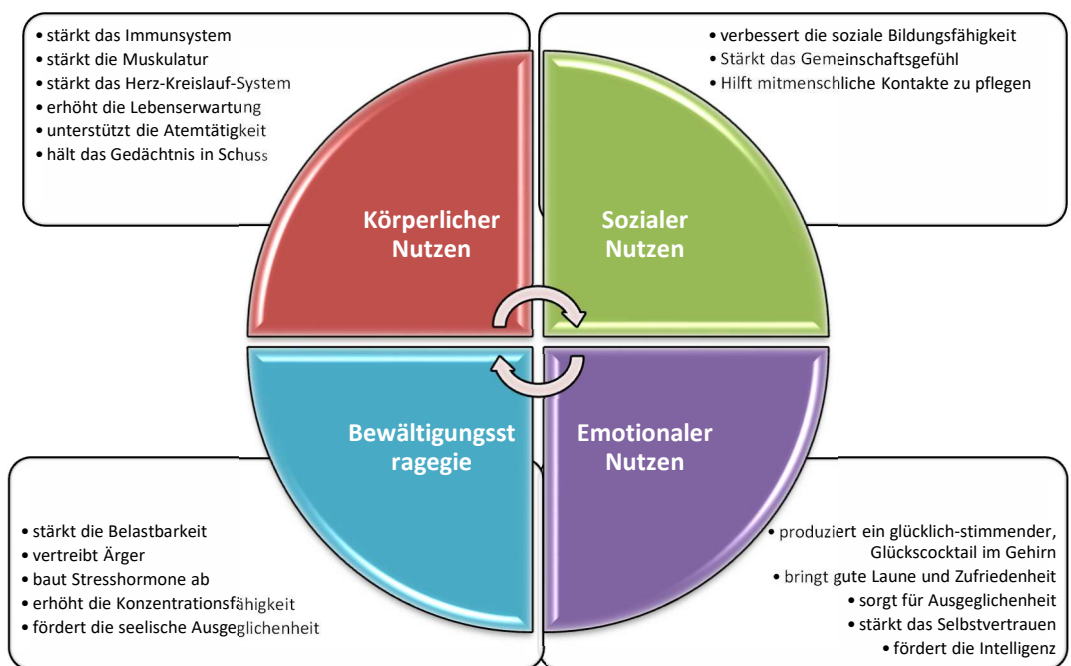
Diese Aufführungen erfüllen die Stadt mit Musik, verbreiten Lebensfreude und lenken die Aufmerksamkeit auf die Kampagne und das Singen selbst. Auf dem «Singparcours» sind die Chöre in der Stückauswahl frei, d.h. sie singen ihrem Stil entsprechend. Die Anzahl der beteiligten Chöre ist jedoch begrenzt.

Ein gemeinsames Schluss-Singen mit allen Beteiligten ist der Höhepunkt des «Singparcours». Auf dem Jesuitenplatz treten alle Chöre zusammen auf. Unter Anleitung singen alle gemeinsam mit Passantinnen und Passanten ein paar einfache, bekannte Lieder.

6 Singen: Wirkung und Nutzen

Die Kampagne «Luzern singt mit» soll bei der Bevölkerung im Kanton Luzern die Freude am Singen wecken. Singen stärkt nachweislich das Immunsystem, erhöht die Konzentrationsfähigkeit, fördert das psychische und körperliche Wohlbefinden und stärkt soziale Bindungen.

Ein wichtiger Aspekt ist die psychische Gesundheit. Sie beeinflusst unser Wohlbefinden und unsere Lebensqualität. Psychische Krankheiten sind jedoch sehr verbreitet und gehören zu den häufigsten Krankheitsbildern.¹ Die Kampagne «Luzern singt mit» stellt deshalb die psychische Gesundheit und das psychische Wohlbefinden ins Zentrum.



Dienststelle Gesundheit und Sport 2017

¹ Bundesamt für Gesundheit, *Psychische Gesundheit in der Schweiz, Bestandsaufnahme und Handlungsfelder*
Bericht im Auftrag des Dialogs Nationale Gesundheitspolitik 2015, Seite 8

7 Umsetzung 2024

7.1 Zeitlicher Rahmen im Jahreskalender

- ab September: Ausschreibung für Vereine, Privatpersonen, Chöre für die «offenen Singen»
- ab September: Chöre für den «Singparcours» werden gesucht
- März oder April: «Kick-off von Luzern singt mit» mit einem ersten offenen Singen
- Frühling bis Herbst: «offene Singen» finden im Kanton Luzern statt
- September: Höhepunkt der Kampagnen mit dem «Singparcours»

7.2 Rahmenbedingungen für Veranstalter von «offenen Singen»

- Voraussetzung: Die «offene Singen» werden von Frühling bis Herbst in regelmässigen Abständen (idealerweise monatlich) an einem zentralen Ort in verschrienen Gemeinden des Kantons Luzern angeboten.
- Teilnahme: Jede Person kann, ohne Vorkenntnisse am «offenen Singen» teilnehmen. Die Teilnahme ist kostenlos und jederzeit möglich.
- Förderbeitrag: Der Förderbeitrag ist direkt für die «offenen Singen» einzusetzen. Dies ist ein Beitrag an die Kosten, die durch die Organisation des Angebots entstehen wie Raummiete, Gage, Werbung usw.
- Evaluation: Die Veranstalter füllen jeweils nach Kampagnenende im September einen Fragebogen aus. In diesem geben sie unter anderem auch Auskunft über den Einsatz des Förderbeitrags.

7.3 Unterstützung durch die Projektorganisation von «Luzern singt mit»

- Finanzen: Die Veranstalter von «offenen Singen» erhalten einen Förderbeitrag.
- Werbung: «Luzern singt mit» unterstützt die Anbietenden von «offenen Singen» im Bereich Werbung. Die Projektorganisation stellt Plakate und Flyer zur Verfügung und gibt Tipps, wie das Angebot bekannt gemacht werden kann.
- Kommunikation: «Luzern singt mit» macht auf verschiedenen Kanälen auf die «offenen Singen» in den Gemeinden aufmerksam und bedient verschiedene Kommunikationskanäle. Die «offenen Singen» werden zudem auf den Drucksachen der Kampagne erwähnt, wie auch auf der Webseite der Facebook-Seite Instagram von «Luzern singt mit».

Instagram



Facebook



<http://luzernsingtmit.ch>



Gesundheits- und Sozialdepartement
Dienststelle Gesundheit und Sport

Tamara Estermann
Leitung Gesundheitsförderung
Meyerstrasse 20, Postfach 3439
6002 Luzern
Telefon 041 228 67 30
tamara.estermann@lu.ch
www.gesundheit.lu.ch

Veronika Bühler
Projektkoordination
Meyerstrasse 20
6002 Luzern
041 228 68 96
veronika.buehler@lu.ch
info@luzernsingtmit.ch
luzernsingtmit.ch