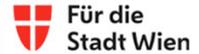


Information

Die **City Challenge Brigittenau** ist ein Angebot der Wiener Gesundheitsförderung im Rahmen des Programmes "Gesunde Bezirke" und wird von queraum. kultur- und sozialforschung umgesetzt.



GESUNDE BEZIRKE



Information

Willkommen am Treffpunkt vor der **Johannes Nepomuk Kapelle** am Tabor!

Eure Tour kann nun losgehen! 😎



Information

Heute geht es um Bewegung, Ernährung und seelische Gesundheit - **um alles, was zu unserer Gesundheit dazugehört.**

Auch eure Ideen für den Gesunden Bezirk Brigittenau sind gefragt!

Seid ihr bereit? 😎

Aufgabe

Bei der City Challenge geht es um **Gesundheit und Wohlbefinden.**

Überlegt gemeinsam im Team, in wie vielen verschiedenen Sprachen ihr das Wort "**Gesundheit**" sagen könnt. 🗨️🗨️

Nehmt das Wort in **möglichst vielen**

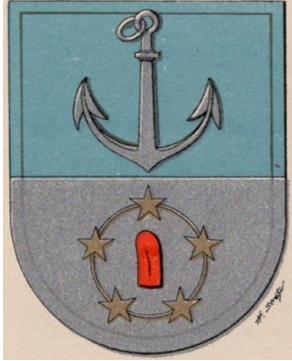
Sprachen als Audioaufnahme auf! 🎙️

Antwortmöglichkeit

Audio

Quiz

Wer war **Johannes Nepomuk**, dessen heilige Zunge Teil des Brigittenauer Bezirkswappens ist? 🍷



Tipp: Hinweise findet ihr bei der Kapelle.

Punkte

100

Modus: Multiple Choice

Der Zungenheilige

Der Bücherheilige

Der Ankerheilige

Der Brückenheilige

Versuche

2

Punktabzug bei falscher Antwort

10

Auflösung nach falscher Beantwortung anzeigen

Aufgabe

Warm up

Springt beidfüßig im Zick-Zack von der Leopoldstadt in die Brigittenau und wieder zurück!

Nehmt ein Video davon auf! 📹

Aber wie bitte sollen wir von einem Bezirk in den anderen hüpfen? 🤔

💡 HA! Das geht deshalb, weil genau hier die Bezirksgrenze zwischen dem 2. und 20. Bezirk verläuft!



Antwortmöglichkeit

Video von Kamera

Ort finden

Es gilt den ersten Ort zu finden 📍

Geht nun zur **Taborstraße 95** und findet heraus, was sich dort befindet.

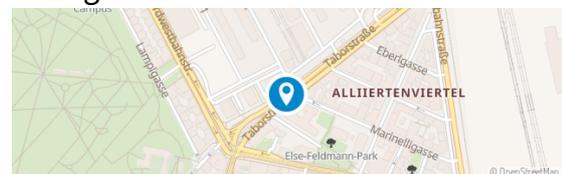
Punkte

100

Koordinate

48.226074, 16.384783

Karte mit Ziel und aktuellem Standort anzeigen



Quiz

Welcher Bahnhof befand sich hier früher?



Punkte

100

Modus: Multiple Choice

Nordostbahnhof

Westbahnhof

Nordwestbahnhof

Taborbahnhof

Versuche

1

Punktabzug bei falscher Antwort

10

Auflösung nach falscher Beantwortung anzeigen

Aufgabe

Neuer Stadtteil

Das Areal des ehemaligen Nordwestbahnhofes ist 44 Hektar groß – das sind über 61 Fußballfelder! Dieses riesige Gebiet mitten in der Stadt soll bis 2033 komplett neu gestaltet werden. Viele, viele Wohnungen und 10 Hektar (also ca. 14 Fußballfelder!) Grünfläche werden hier entstehen. 🌳

Stellt euch jetzt vor, ihr seid die Stadtplaner*innen!

💭 Was würdet ihr in dem neuen Grünareal erschaffen? 💭

(Z.B. Spielplatz, Hochseilklettergarten, kleiner Wald, Schwimmbecken für alle, Kinderbaumhaus, Gemeinschaftsgarten, Streichelzoo...)

Tauscht euch in der Gruppe aus und nehmt ein Audio mit euren Ideen auf 🎤



Antwortmöglichkeit

Audio

Aufgabe

Geht jetzt weiter die Taborstraße entlang, bis ihr das Schild auf dem Foto seht! 🗨️

Macht dann ein Foto von dem Kunstwerk, das aktuell auf dem roten Sockel ausgestellt wird, und ladet es hoch 📷

Antwortmöglichkeit

Bild von Kamera

Umfrage

Kunst

In dem Projekt "Diese Straße ist Kunst" werden Künstler*innen eingeladen, ihre Kunst im öffentlichen Raum auszustellen.

Inwiefern kann das Machen und/oder Betrachten von Kunst gut fürs Wohlbefinden sein?

(👉 Denkt daran: Neben dem Körper 💪 sind auch Seele/Psyché ❤️ und Gemeinschaft 👥 sehr wichtig für unsere Gesundheit!)

Tauscht euch in der Gruppe aus und klickt alles an, was eurer Meinung nach zutrifft

Antworten

Mit Kunst kann man sich selbst ausdrücken*

*Kunst kann einen entspannen und ablenken
Es macht Spaß sich mit anderen über Kunst auszutauschen*

Kunst kann einen auf neue Ideen bringen ("inspirieren")

Kreativ zu sein, ist gut für das eigene Wohlbefinden

Mit Kunst kann man schwere Sachen verarbeiten ("therapeutische Wirkung")*

Mehrfachauswahl

Ort finden

Geht jetzt weiter zu dem **Mistplatz Zwischenbrücken** 📍 🗑️



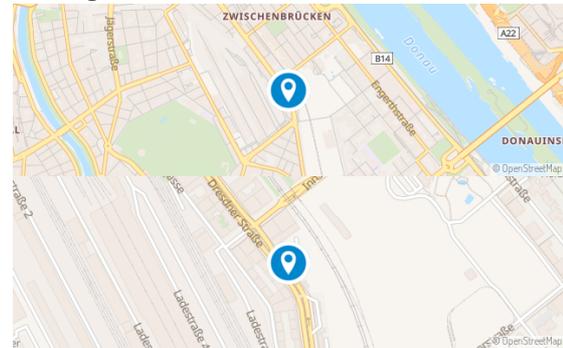
Punkte

100

Koordinate

48.229908, 16.387755

Karte mit Ziel und aktuellem Standort anzeigen



Quiz

Seht euch die Metall-Verzierung der Fenster genau an!

An welches beliebte Spiel erinnert sie euch?

Punkte

100

Modus: Multiple Choice

Schach

Tic Tac Toe (=Drei gewinnt)

Schifferl versenken

Vier gewinnt

Versuche

2

Punktabzug bei falscher Antwort

10

Auflösung nach falscher Beantwortung anzeigen

Quiz

Defibrillator

Hier befindet sich ein Defibrillator. Was ist das?

Wählt die richtige Antwort aus.



Punkte

100

Modus: Multiple Choice

Eine besonders schöne Mülltonne

*Ein Trainingsgerät für Straßenkehrer*innen*

Ein medizinisches Gerät, mit dem bei einem Herz-Kreislauf-Stillstand Erste Hilfe geleistet werden kann

Ein Blitzableiter

Versuche

2

Punktabzug bei falscher Antwort

10

Auflösung nach falscher Beantwortung anzeigen

Quiz

Kennt ihr schon die Jugendzentren in der Brigittenau?

In Jugendzentren findet ihr immer jemanden zum Reden und könnt mit anderen Jugendlichen tolle Sachen machen 😊

Welche sind es?

Wählt die 2 richtigen Antworten aus

Punkte

100

Modus: Multiple Choice

Back Bone

Jugi20

Base 20

Brigittener Youth

Versuche

2

Punktabzug bei falscher Antwort

10

Auflösung nach falscher Beantwortung anzeigen

Ort finden

Euer nächstes Ziel ist der **Mortaraplatz** 📍

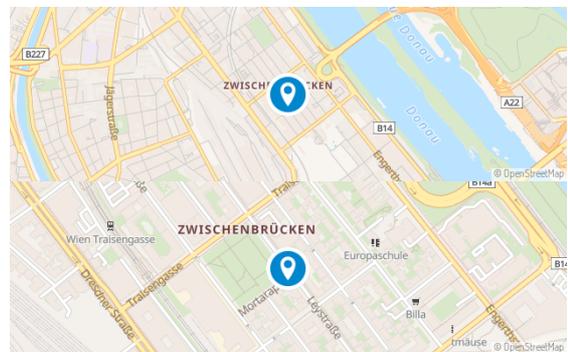
Punkte

100

Koordinate

48.234169, 16.387616

Karte mit Ziel und aktuellem Standort anzeigen



Aufgabe

In der nächsten Aufgabe geht es darum, eigene gesunde Projekte zu überlegen.

Sucht euch dafür **nette Bänke hier im Park**.

Klickt dann auf weiter.

Antwortmöglichkeit

Keine

Aufgabe

Gesunde Projekte

Wenn ihr an eure Schule oder euer Jugendzentrum denkt: **Welche Ideen habt ihr für gesunde Projekte dort?** 🙌

Schreibt **eure Ideen** in das Textfeld.

👉 Eure gesunden Ideen können **finanziell** von der Wiener

Gesundheitsförderung **unterstützt** werden!

Meldet euch

unter gesunde.idee@gesundebezirke.at oder 01 / 958 0111.

💬 Wollt ihr einen Tanz-, Trommel- oder Kickbox-Workshop machen? Gemüse im Hochbeet anbauen oder euch selber eine Rätseltour ausdenken?

Antwortmöglichkeit

Text

Aufgabe

I like to move it, move it

Findet die Reckstangen und die Hangelbrücke im Mortarapark. Kann sich jemand von euch von einer Sprosse zur anderen hangeln 🐒 oder einen Trick auf dem Reck 🏰?

Macht ein Video! 📹 Die anderen feuern an und motivieren! 🙌



Antwortmöglichkeit

Video von Kamera

Quiz

Proteine (=Eiweiße) sind ein wichtiger Nährstoff für eure Muskeln im Körper.

In welchen dieser Lebensmittel steckt **das meiste Eiweiß?**

Punkte

100

Modus: Multiple Choice

In Butter, Ölen und Nüssen

In Obst und Gemüse

In Hülsenfrüchten (z.B. Bohnen und Linsen), Fisch und Fleisch

In Erdäpfeln, Nudeln und Reis

Versuche

2

Punktabzug bei falscher Antwort

10

Quiz

Seid ihr schon etwas ins Schwitzen gekommen? 😓

Bewegung ist sehr gesund für deinen Kreislauf – jede Bewegung gilt!

Wieviel Bewegung am Tag ist für Jugendliche ideal?

Schreibt die Zahl und die Zeiteinheit in das Textfeld! (z.B. "3 Minuten")

👉 Tipp: Hinweise gibts auf der [Infokarte](#) "Move your Body!".

Punkte

100

Modus: Lösungseingabe

Korrekte Antwort

1 Stunde

Auflösung

1 Stunde Bewegung am Tag ist für Jugendliche ideal!

Versuche

1

Punktabzug bei falscher Antwort

10

Auflösung nach falscher Beantwortung anzeigen

Ort finden

Findet nun das **Bezirksmuseum Brigittenau** in der Dresdner Straße 📍



Punkte

100

Koordinate

48.234101, 16.382878

Karte mit Ziel und aktuellem Standort anzeigen



Quiz

Wien in Zahlen

Das Umfeld in dem wir leben, beeinflusst unsere Gesundheit! Es ist z.B. wichtig, dass es viel Grünland und gute Luft gibt 🍀

🌳🌊 **Wie viel Prozent der Flächen Wiens bestehen aus Grünland und Gewässern?**

Schreibt nur die Zahl in das Textfeld.



Tipp: Informiert euch auf der Infografik im Schaukasten des Bezirksmuseums oder studiert das Foto!

Punkte
100
Modus: Lösungseingabe
Korrekte Antwort
50
Auflösung
Es sind 50 Prozent!
Versuche
2
Punktabzug bei falscher Antwort
10
Auflösung nach falscher Beantwortung anzeigen

Quiz

Wien in Zahlen

🍅 🍆 🥒 Welche Gemüsesorten werden in Österreich am häufigsten angebaut?

Ordnet die Gemüsesorten der Häufigkeit nach. Fangt mit dem am häufigsten angebauten Gemüse an.

Tipp: Informiert euch auf der Infografik im Schaukasten des Bezirksmuseums oder auf dem Foto!

Punkte
100
Modus: Liste sortieren
Gurken 🥒
Melanzani 🍆
Paradeiser (=Tomaten) 🍅
Versuche
2
Punktabzug bei falscher Antwort
10
Auflösung nach falscher Beantwortung anzeigen

Ort finden

Es gilt den nächsten Ort zu finden 📍

Macht euch jetzt auf den Weg in die Donauesschingenstraße 13.

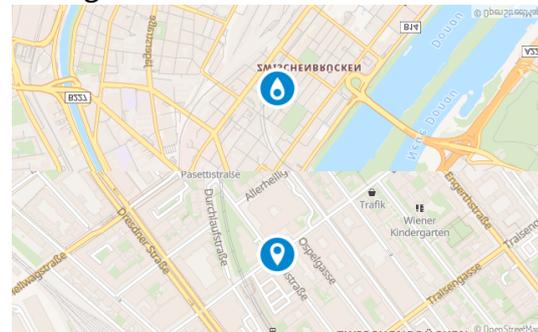
Punkte

100

Koordinate

48.236200, 16.383420

Karte mit Ziel und aktuellem Standort anzeigen



Quiz

Welche wichtige Gesundheitseinrichtung befindet sich hier?

Wählt die richtige Antwort aus!



Punkte

100

Modus: Multiple Choice

Unfallkrankenhaus Leopold Brödig

Rehazentrum Lorezia Biller

Unfallkrankenhaus Lorenz Böhler

Therapiezentrum Laura Böller

Versuche

1

Punktabzug bei falscher Antwort

10

Auflösung nach falscher Beantwortung anzeigen

Umfrage

War jemand von euch schon einmal selbst hier im Lorenz Böhler Unfallkrankenhaus?

Antworten

JA

NEIN

Quiz

Eisfabrik

Gegenüber vom Lorenz Böhler UKH befindet sich die **Eisfabrik**.

Was glaubt ihr, passiert in der Eisfabrik?

Wählt die 2 richtigen Antworten aus.

Punkte

100

Modus: Multiple Choice

Drinne lebt eine Pinguinkolonie

Hier werden Lebensmittel gekühlt

Hier wird leckeres Speiseeis hergestellt

Hier werden Medikamente gekühlt

Hier werden Eisbärbabies gepflegt

Versuche

2

Punktabzug bei falscher Antwort

10

Auflösung nach falscher Beantwortung anzeigen

Ort finden

Weiter geht's zum nächsten Ort, dem **Allerheiligenpark** 📍

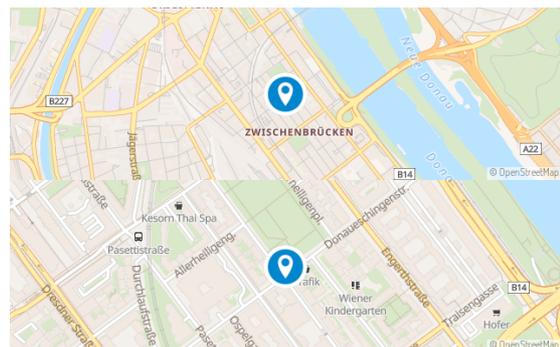
Punkte

100

Koordinate

48.237298, 16.385327

Karte mit Ziel und aktuellem Standort anzeigen



Information

Bedürfnisse

Wer auf die Toilette muss, hat jetzt hier die Gelegenheit! 🚽

Wer durstig ist, kann hier trinken! 🥤



Aufgabe

Gemeinschaft 💕

Für unsere Gesundheit ist es auch sehr **wichtig, dass wir gute Beziehungen zu anderen Menschen haben.**

Darum soll euch die nächste Challenge als Team noch näher zusammenbringen! 😊

Schafft ihr es, alle gemeinsam in der Korbschaukel Platz zu finden? (Achtet dabei die Bedürfnisse aller Teammitglieder und findet eine Lösung mit der sich alle wohlfühlen!)

Macht ein Foto davon! 📷



Antwortmöglichkeit
Bild von Kamera

Aufgabe

Schaut euch hier im Park gut um 👁️

Welche Sportarten können hier ausgeübt werden?

Schreibt eure Antworten in das Textfeld 🖱️

Antwortmöglichkeit
Text

Ort finden

Findet nun zum **Höchstädtplatz** beim Hochhaus 📍



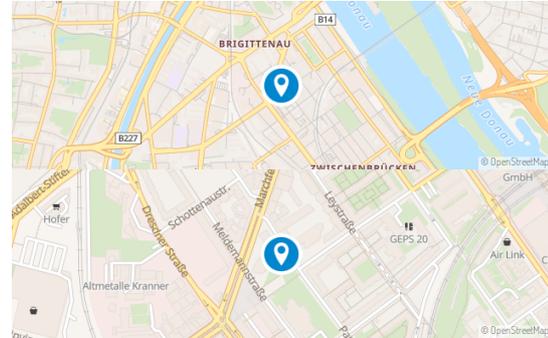
Punkte

100

Koordinate

48.240390, 16.378427

Karte mit Ziel und aktuellem Standort anzeigen



Aufgabe

Balance

Wie gut ist euer Gleichgewichtssinn? Schafft ihr es vorsichtig auf der Wippe von einem Ende zum anderen zu balancieren?

Macht ein Video davon! 📹



Tipp: Wer durstig ist, hat hier wieder die Chance zu trinken! 🚰

Antwortmöglichkeit

Video von Kamera

Quiz

Mit welchen der Übungen kann man* besonders das Gleichgewicht im Alltag trainieren?

Wählt die 4 richtigen Antworten aus!

Punkte

100

Modus: Multiple Choice

Auf einer Linie balancieren

Liegestütz machen

Auf einem Bein stehen

So lange es geht auf Zehenspitzen stehen

Eine Standwaage machen

Kniebeugen machen

Versuche

2

Punktabzug bei falscher Antwort

10

Auflösung nach falscher Beantwortung anzeigen

Aufgabe

Innere Balance 🙏

Was hilft euch, um bei Stress euer **inneres Gleichgewicht** zu behalten? Nehmt eure Tipps als Audio auf. 😊

Gerne könnt ihr euch auf der Infokarte "Stress, lass nach" Tipps holen!
Antwortmöglichkeit
Audio

Ort finden

Auf geht's zur vorletzten Station, dem **Platz der Kinderrechte** 📍 🚧



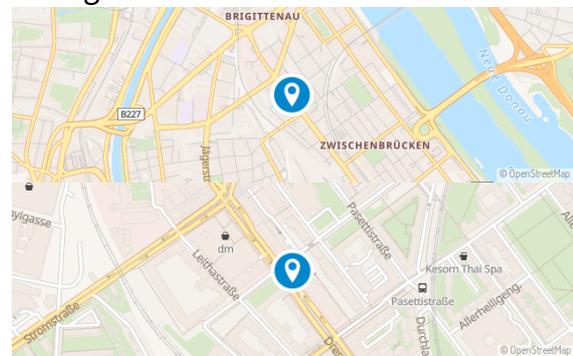
Punkte

100

Koordinate

48.238069, 16.378573

Karte mit Ziel und aktuellem Standort anzeigen



Aufgabe

Kinderrechte

Findet die Hinweistafel und macht ein Foto davon! 📷

Antwortmöglichkeit
Bild von Kamera

Aus welchen 3 Gründen wurden der Platz und das Denkmal der Kinderrechte geschaffen?

Ort finden

Toll wart ihr heute!! 😊 Gleich seid ihr beim Ziel!! 🎉

Findet die Bänke vor dem Technikum Wien, die ihr am Foto seht, gleich ums Eck und macht es euch dort gemütlich 📍

Punkte

100

Koordinate

48.238436, 16.378723

Karte mit Ziel und aktuellem Standort anzeigen

Umfrage

Lasst eure gesunden Ideen fördern

Ihr habt bei einer Station Ideen für Projekte gesammelt! Eure gesunden Ideen können **finanziell** von der Wiener

Gesundheitsförderung **unterstützt** werden!



Meldet euch

unter gesunde.idee@gesundebezirke.at oder
01 / 958 09 11.

Stimmt ab. Wollt ihr eure Ideen umsetzen?

Antworten

Ja

Nein

Aufgabe

**Ihr seid am Ende eurer Tour
angelangt!** 🍷🍷🍷🍷

Wir möchten noch von euch wissen, **wie's für
euch war.**

Bitte gebt uns am Ende ein Sternenfeedback und schreibt sonstige Anmerkungen, die ihr zu der Tour habt, gleich hier in das Textfeld:
Antwortmöglichkeit

Text

Information

Die **City Challenge Brigittenau** ist ein Angebot der Wiener Gesundheitsförderung im Rahmen des Programmes "Gesunde Bezirke" und wird von queraum. kultur- und sozialforschung umgesetzt.



GESUNDE BEZIRKE

