



Bound: 1020 DIY City Challenge Leopoldstadt - ab 12 Jahren



Actionbound-App in App Store oder Google Play kostenlos herunterladen

QR-Code mit der Actionbound-App scannen

Gehe mit deinem Computer auf <https://actionbound.com> und erstelle ganz easy eigene Bounds für Geburtstagsfeiern, Projekte, Stadtrallyes, Junggesellenabschiede oder was auch immer deiner kreativen Ader entspringen mag.

Eine Initiative der Wiener Gesundheitsförderung – WiG, umgesetzt von queraum. kultur- und sozialforschung. Bei Fragen oder anderen Anliegen sind wir (queraum) gut erreichbar unter 01 958 09 11.

Information

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



Information

Willkommen am Treffpunkt Otto Wagner Schützenhaus auf der Seite des 2. Bezirks des Donaukanals!

Eure Tour kann nun losgehen! 😊



Information

Heute geht es um Bewegung, Ernährung, seelische Gesundheit und Gemeinschaft. Ihr lernt neue gesunde Orte im Bezirk kennen und löst gemeinsame verschiedenen Aufgaben!

Auch eure Ideen für den Gesunden Bezirk Leopoldstadt sind gefragt!

Seid ihr bereit? Dann klickt auf "Weiter".

Los geht's! 🙌

Graffiti

Auf einigen der Wände am Donaukanal ist es **erlaubt Graffiti zu sprühen**. Diese Flächen sind daran zu erkennen, dass links und rechts eine **Taube** und der Schriftzug "Wienerwand" zu sehen sind.

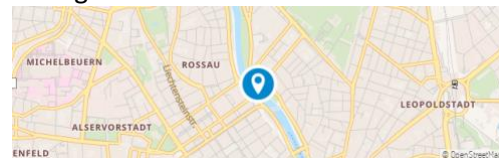
Geht zum markierten Ort und drückt dann auf weiter.
Punkte

100

Koordinate

48.219160, 16.370412

Richtungspfeil und Entfernung zum Ziel anzeigen



Aufgabe

Graffiti

Die **Wiener Wand** ist eine Initiative der Stadt Wien für GraffitiKünstler:innen. Es werden Flächen angeboten, auf denen von

Graffitikünstler:innen legal gesprayed werden darf.

Diese Flächen sind mit einer Taube gekennzeichnet.

Findet hier eine Wienerwand-Taube und macht ein Foto davon.

Tipp: Vielleicht wurde die Wand bereits wieder in einer anderen Farbe besprayed.



Antwortmöglichkeit
Bild von Kamera

Umfrage Kunst

Graffitis sind eine Kunstform. Selbst Kunst machen oder Kunst von anderen betrachten, kann gut für das eigene Wohlbefinden sein.

Was findet ihr an Kunst gut? Welche der Aussagen treffen auf euch zu? Tauscht euch in der Gruppe aus. Klickt an, was für euch stimmt.

👉 Denkt daran: Neben dem Körper 🧠 sind auch Seele/Psyche ❤️ und Gemeinschaft 👥 sehr wichtig für unsere Gesundheit!

Antworten

Selbst Kunst machen, kann ein Weg sein sich selbst auszudrücken

*Kunst kann einen entspannen und ablenken
Mit anderen über Kunst sprechen, kann Spaß machen*

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

*Kreativ sein kann helfen sich wohlfühlen
Kunst kann helfen, schwere Sachen zu verarbeiten ("therapeutische Wirkung")*

Mehrfachauswahl

Quiz

Alkohol

Am Donaukanal treffen sich vor allem am Abend oft Gruppen junger Menschen und es wird auch Alkohol getrunken. Es ist wichtig, verantwortungsvoll mit Alkohol umzugehen und auf sich und andere Acht zu geben.

Punkte
100

Modus: Multiple Choice

Wir können leichter wütend werden.

Wir können aggressiv werden.

Wir können traurig werden.

Wir fühlen uns gesund.

Was passiert, wenn wir zu viel Alkohol trinken?



👉 Tipp: Hinweise gibt es auf der Infokarte "Alkohol".

Versuche 2

Punktabzug bei falscher Antwort 10

Auflösung nach falscher Beantwortung anzeigen

Aufgabe

Bei der City Challenge Leopoldstadt geht es um **Gesundheit und Wohlbefinden**. Überlegt gemeinsam, in wie vielen verschiedenen Sprachen ihr das Wort "**Gesundheit**" sagen könnt. 🗨️ 🗨️

Nehmt das Wort in möglichst vielen Sprachen als Audio auf!

Antwortmöglichkeit
Audio

Ort finden

Geht jetzt zum Kinder- Jugend- und Familienzentrum friends.

Tipp: Geht am besten über die Franz-Hochedlinger-Gasse. Dort ist es ruhiger.

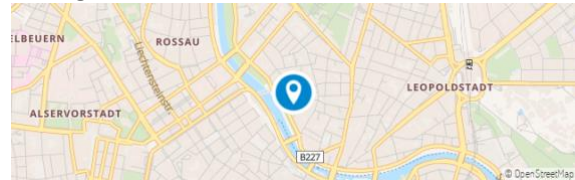
Punkte

100

Koordinate

48.217313, 16.375278

Richtungspfeil und Entfernung zum Ziel anzeigen



Quiz

Kinder- Jugend- und Familienzentrum friends

Hängt ein Programm im Schaufenster? Könnt ihr herausfinden, was heute Nachmittag bei **friends** stattfindet? **Schreibt die Antwort in das Textfeld.**

Tipp: Ihr könnt auch auf der [Website](#) von friends nachsehen. Dort findet ihr das Wochenprogramm!



Aufgabe

Hilfe holen

Wenn du oder jemand in deinem Umfeld sich nicht gut fühlt oder von Gewalt betroffen ist, musst du das nicht allein lösen!

Wo kannst du dir schnell anonymen und kostenlosen Rat holen? **Seht euch das Foto genau an. Findet ihr eine weitere Nummer im Fenster des Jugendzentrums?**

Schreibt mindestens eine Möglichkeit kostenlos Rat zu holen in das Textfeld.

Antwortmöglichkeit
Text



Ort finden

Findet nun den nächsten Ort. 📍

Geht zum Karmelitermarkt.

Punkte *100*

Koordinate

48.217019, 16.376334

Karte mit Ziel und aktuellem Standort anzeigen

Belohnung/Rüge nicht anzeigen



Aufgabe

Karmelitermarkt

Der Karmelitermarkt ist einer der ältesten noch bestehenden Märkte Wiens und umfasst 80 Marktstände.

Geht eine Runde am Markt und schaut euch die verschiedenen Stände an.

Fotografiert dann euer Lieblingsobst oder Lieblingsgemüse. Ladet das Foto hoch.



Antwortmöglichkeit

Bild von Kamera

Tipp: Die Marktstände haben gerade nicht offen? Versucht es pantomimisch, ohne Worte, darzustellen und macht ein Foto davon.



1020 DIY-City Challenge Leopoldstadt – ab 12 Jahren

Quiz

Auf einem Markt können tolle Zutaten gekauft werden. Euer Wissen zu Rezepten ist gefragt! Stellt euch vor, ihr wollt eine Brokkoli-Suppe kochen. 🍷

Welche Zutaten braucht ihr für eine Brokkoli-Suppe?

Klickt die richtigen Zutaten an.

Punkte 100

Modus: Multiple Choice

Butter oder Pflanzliches Öl

Erdbeeren

Zwiebel

Brokkoli

Schlagobers

Kresse

Suppenbrühe

Salz

Pfeffer

Eier

Joghurt

Versuche

2

Punktabzug bei falscher Antwort

10

Auflösung nach falscher Beantwortung anzeigen

Information

Bedürfnisse

Am Karmelitermarkt ist eine öffentliche Toilette. Hier könnt ihr noch einen kurzen Stopp einlegen bevor es weitergeht.

Ort finden

Geht nun weiter zur Leopoldsgasse 29. 📍

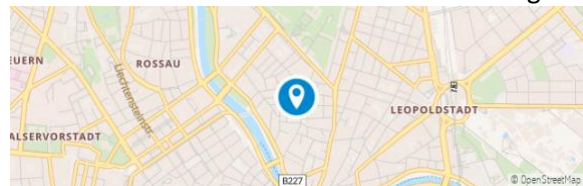
Punkte

100

Koordinate

48.218460, 16.377209

Karte mit Ziel und aktuellem Standort anzeigen



Information

Niemals vergessen

Im November 1938 wurden zahlreiche Wiener Synagogen und jüdische Bethäuser von

Nationalsozialist*innen – meist von Einheiten der SS (Schutzstaffel) – völlig zerstört.

An dem Ort, wo ihr gerade steht, stand von 1892/93 - 1938 eine Synagoge, in der 450 Männer und 317 Frauen Platz hatten.

Quiz

Jüdisches Wien

Punkte

100

Modus: Multiple Choice

1020 DIY-City Challenge Leopoldstadt – ab 12 Jahren

Seit November 2018 stehen in Wien an Stellen, wo einst Synagogen und jüdische Bethäuser waren, Lichtzeichen gegen das Vergessen.

Wer näher an die Lichtinstallation herangeht, sieht, dass die geschwungenen Linien des Leuchtkörpers sich zu einem Symbol zusammenfügen.

Stellt euch darunter und schaut hinauf - welches Symbol könnt ihr sehen?

Quadrat

Kreis

Stern

Unendlichkeitszeichen

Versuche

2


Punktabzug bei falscher Antwort

10

Auflösung nach falscher Beantwortung anzeigen


Quiz

Jüdisches Wien

Die Linien fügen sich zu einem Davidstern zusammen!  Der Davidstern ist ein Symbol des Judentums.

Insgesamt stehen an 25 Orten in Wien Lichtzeichen gegen das Vergessen.

Versucht gemeinsam zu schätzen, wie viele dieser Lichtinstallationen es im 2. Bezirk gibt.

 **Zieht den Punkt auf der Leiste an die passende Stelle.**

Punkte

100

Modus: Zahl schätzen

Richtiger Wert: 6

Minimalwert

1

Maximalwert

10

Abweichung für 10 % Punktabzug


2

Versuche

2



Ort finden

Geht nun weiter zur City Farm. 



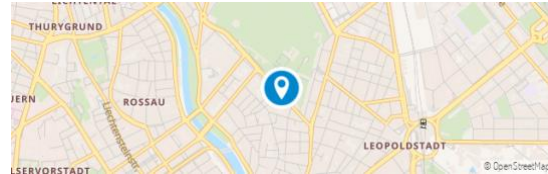
Punkte

100

Koordinate

48.221509, 16.377879

Karte mit Ziel und aktuellem Standort anzeigen



1020 DIY-City Challenge Leopoldstadt – ab 12 Jahren

Quiz

City Farm

Die City Farm ist ein urbaner (= städtischer) Lebens- und Lerngarten, in dem Freude und Begeisterung für alles Lebendige vermittelt wird.

Wusstet ihr, dass nicht nur in warmen Jahreszeiten in der City Farm gegärtnert wird, sondern das ganze Jahr über? Aber nicht jedes Obst und jedes Gemüse wächst das ganze Jahr über.

Wann können Tomaten geerntet werden?

 **Klickt die richtige Antwort an.**

Punkte

100

Modus: Multiple Choice

Ende August, Anfang September

Ende Januar, Anfang Februar

Ende April, Anfang Mai

Versuche

2


Punktabzug bei falscher Antwort

10

Auflösung nach falscher Beantwortung anzeigen

Aufgabe

Hier vor der City Farm befinden sich einige Gemeinschaftsbeete, wo verschiedene Menschen ihr Gemüse anbauen.


Schaut euch die Beete an. **Macht ein Video von Insekten z.B. Ameisen, Schmetterlinge....**  **Ladet das Video hoch.**

Tipp: Die Insekten sind noch nicht unterwegs? Versucht ein Insekt pantomimisch darzustellen. Macht ein Video davon.



Antwortmöglichkeit
Video von Kamera

Ort finden

Geht nun weiter zum Haupttor des Augartens. 

Bevor ihr in den Augarten hinein geht, bleibt für die nächsten Aufgaben noch kurz beim Tor stehen.



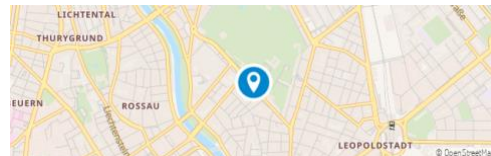
Punkte

100

Koordinate

48.222316, 16.376731

Karte mit Ziel und aktuellem Standort anzeigen



Umfrage

Hier ganz in der Nähe ist das Schulungszentrum **equalizent** zu Hause. Dort können gehörlose und hörende Menschen die österreichische Gebärdensprache lernen.

Habt ihr diese Gebärden schon einmal gesehen? **Klickt an, was die Mehrheit in eurer Gruppe sagt**



Antworten

Ja

Nein

Aufgabe

Gebärdensprache 🖐️

Versucht eure Namen in Gebärdensprache zu buchstabieren. Macht ein Video davon! 🖐️

Ihr könnt auch mehrere Videos aufnehmen. Ein Video endet automatisch nach 30 Sekunden.



Antwortmöglichkeit

Video von Kamera

Ort finden

Geht nun in den Augarten hinein. 📍

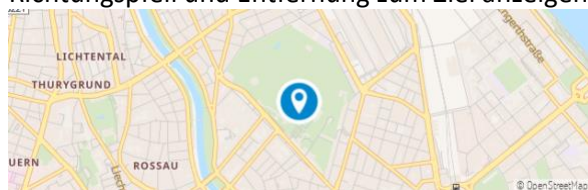
Punkte

100

Koordinate

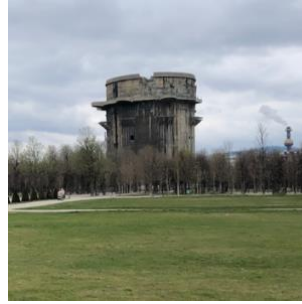
48.224554, 16.377504

Richtungspfeil und Entfernung zum Ziel anzeigen



Aufgabe

Sucht euch ein gemütliches Plätzchen auf einer Wiese und setzt euch hin. **Klickt dann auf weiter.**



Antwortmöglichkeit
Keine

Aufgabe

Jetzt geht es darum, die Umgebung ganz bewusst wahrzunehmen. Schließt dafür die Augen. Hört ganz genau hin.

Welche Geräusche gibt es in eurer Umgebung? Schreibt einige auf.

Antwortmöglichkeit
Text

Aufgabe

Die fünf Sinne

Wir nehmen unsere Umgebung mit unseren fünf Sinnen wahr.

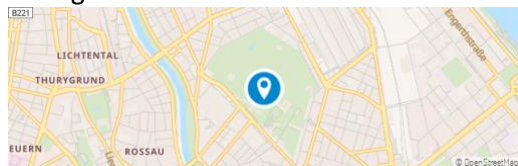
Welche sind das? **Klickt die richtigen Antworten an.**

Punkte *100*
Modus: Multiple Choice
Riechen
Denken
Sehen
Hören
Lachen
Fühlen
Schmecken
Weinen
Versuche *2*
Punktabzug bei falscher Antwort *10*
Auflösung nach falscher Beantwortung anzeigen

Ort finden

Sucht nun den Nächsten Ort und geht weiter zum Waldspielplatz 

Punkte
100
Koordinate
48.225004, 16.376801
Richtungspfeil und Entfernung zum Ziel anzeigen



Aufgabe

Detailfoto #1

Macht euch in der Gruppe auf die Suche nach diesem Detail. Es ist irgendwo am Waldspielplatz.

Habt ihr das Detail gefunden?

Dann probiert das Foto im selben Winkel und mit demselben Ausschnitt noch einmal zu fotografieren. Ladet euer Bild hoch.



Richtig! Das Detail gehört zu einer kleinen Kletterwand am Waldspielplatz.

Jetzt ist eure Geschicklichkeit gefragt!

Klettert alle (!) gleichzeitig so auf der Kletterwand, dass niemand von euch mehr den Boden berührt. Bittet jemanden, ein Foto von euch zu machen.

Antwortmöglichkeit
Bild von Kamera

Aufgabe

Detailfoto #2

Macht euch in der Gruppe auf die Suche nach dem nächsten Detail.

Habt ihr das Detail gefunden?

Dann probiert das Foto im selben Winkel und mit demselben Ausschnitt noch einmal zu fotografieren. Ladet euer Bild hoch.



Woran erinnern die Farben von Detailfoto 2?

Klickt die richtige Antwort an.

Punkte

100

Modus: Multiple Choice

Fluss

Sonne

Regenbogen

Versuche

1

Punktabzug bei falscher Antwort

10

Auflösung nach falscher Beantwortung anzeigen

Information



Er soll zeigen, dass Menschen selbst entscheiden können, wen sie lieben und wie sie leben wollen.

1020 DIY-City Challenge Leopoldstadt – ab 12 Jahren

Der Regenbogen ist heute oft ein Symbol, das für die Vielfalt aller Liebes- und Lebensformen steht.

Information

Pause 🤔

Ihr habt schon die Hälfte der Tour geschafft!
Hier wäre ein guter Ort für eine Pause.

Sucht euch dafür gerne ein gemütliches Plätzchen.

Wenn ihr euch ausgeruht habt, klickt "weiter".

Aufgabe

Antwortmöglichkeit

Keine

Bevor es weiter geht, geht es in der nächsten Aufgabe geht darum, eigene gesunde Ideen zu überlegen.

Sucht euch dafür **nette Bänke hier im Park**.
Klickt dann auf ‚weiter‘.

Aufgabe

Gesunde Ideen 💡

Wenn ihr an eure Schule oder eure Jugendeinrichtung denkt: **Habt ihr Ideen, die eure Schule oder Freizeiteinrichtung zu einem gesünderen Ort für euch macht?** Wir helfen euch gerne beim Überlegen! 🗣️💡

📁 Eure gesunden Ideen können **finanziell** von der Wiener Gesundheitsförderung – WiG **unterstützt** werden! Meldet euch unter gesunde.idee@gesundebezirke.at oder 01 / 958 01 11.

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

Antwortmöglichkeit

Text

Ort finden

Wasser tanken

Es ist jetzt Zeit den Augarten zu verlassen und den nächsten Ort zu suchen.

Punkte

100

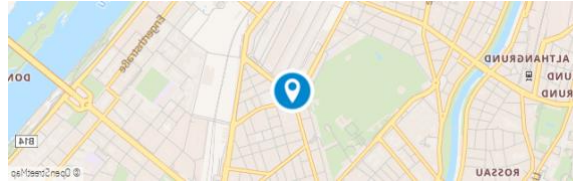
Koordinate

48.225740, 16.383738

Karte mit Ziel und aktuellem Standort anzeigen
Belohnung/Rüge nicht anzeigen

Geht zur Johannes-Nepomuk-Kapelle. 📍

Am Weg kommt ihr an einem Wasserspender vorbei. Hier könnt ihr eure Wasserbecher wieder auffüllen.



Wasser

Der menschliche Körper besteht zu 70 % aus Wasser.

Wie viel Liter Wasser sollte man mindestens täglich trinken? 🚰 **Klickt die richtige Antwort an.**

Punkte 100

Modus: Multiple Choice

Mind. 3,5 Liter

Mind. 0,5 Liter

Mind. 1,5 Liter

Versuche 2

Punktabzug bei falscher Antwort 10

Auflösung nach falscher Beantwortung anzeigen

Energy-Drink

Der Körper braucht viel Wasser, damit er funktionieren kann. Werden statt Wasser zum Beispiel hauptsächlich Energy-Drinks getrunken, tut das dem Körper nicht gut.

Warum sollte nicht zu oft ein Energy-Drink getrunken werden? Klickt die passenden Antworten an.

Punkte

100

Modus: Multiple Choice

Weil viel Zucker drinnen ist.

Weil Koffein drinnen ist.

Weil aufputschende Inhaltsstoffe drinnen sind.

Versuche

2

📖 Tipp: Hinweise gibt es auf der Infokarte "Ernährung".

Quiz

Seht ihr die Kapelle auf der anderen Straßenseite? **Geht dorthin.**

Die Johannes-Nepomuk-Kapelle steht an einem spannenden Ort.

Punkte 100

Modus: Multiple Choice

Hier stand früher der Stephansdom.

Hier ist die Grenze zwischen 2. Bezirk

(Leopoldstadt) und 20. Bezirk (Brigittenau).



Hier war bis vor 10 Jahren ein Fluss.

1020 DIY-City Challenge Leopoldstadt – ab 12 Jahren

Können ihr erraten oder wisst ihr vielleicht sogar, warum? **Klickt eine Antwort an.**



Ort finden

Geht weiter zum Franziska-Löw-Park.  Gleich seid ihr im Ziel angekommen! 



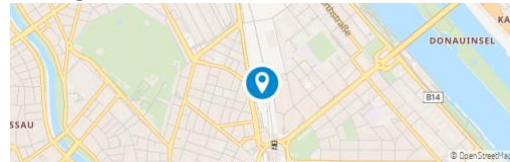
Punkte

100

Koordinate

48.223585, 16.390818


Richtungspfeil und Entfernung zum Ziel anzeigen



Move your body 

Bewegung ist super gesund für deinen Kreislauf - **jede Bewegung gilt!** Wie viel Bewegung am Tag ist für Jugendliche ideal?

Klickt die passende Antwort an.

 Tipp: Hinweise findet ihr auf der Infokarte "Move your body".

Punkte

100

Modus: Multiple Choice

10 Minuten

1 Stunde

3 Stunden

Versuche

1

Punktabzug bei falscher Antwort

10

Auflösung nach falscher Beantwortung anzeigen

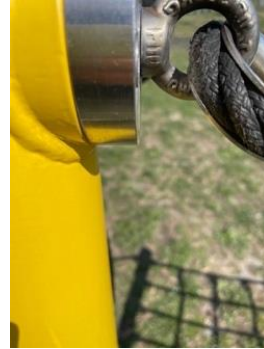
Aufgabe

Detailfoto

Macht euch in der Gruppe auf die Suche nach diesem Detail. Es ist irgendwo im Franziska-Löw-Park.

Habt ihr das Detail gefunden?

Versucht, genau dasselbe Foto nochmal zu machen. Ladet euer Bild hoch.



Antwortmöglichkeit
Bild von Kamera

Information

Bleibt gleich bei den Hängematten und macht es euch gemütlich.

Zum Abschluss haben wir noch drei Wissensfragen für euch.

Klickt auf "Weiter."



Rauchen 🚬

Wusstest du, dass Zigaretten 4800 chemische Zusatzstoffe enthalten? Davon sind 90 krebserregend und 250 giftig.

Was sind gute Gründe, um weniger oder gar nicht mehr zu rauchen? 🚫 **Klickt die passenden Antworten an.**

Punkte

100

Modus: Multiple Choice

Rauchen kann süchtig machen und Sucht ist eine Erkrankung.

Rauchen belastet deinen Körper schwer, z.B. deine Lunge, dein Herz und deine Haut.

Beim Küssen stört der Mundgeruch.

Rauchen ist sehr teuer!

Umfrage

Stress, lass nach 😞

In einer Hängematte zu liegen ist eine Möglichkeit zu entspannen.

Im Alltag fühlen wir uns teilweise gestresst und es gibt viele verschiedene Arten von Stress z.B. in der Schule, mit Freund*innen oder zu Hause. Was eine Person stresst, kann

Antworten

Schlafen

Bewegung machen

Musik hören

An einen ruhigen Ort gehen

Sich denken, dass es nicht immer so stressig sein wird

*Freund*innen treffen*

Tief durchatmen

Raus gehen

1020 DIY-City Challenge Leopoldstadt – ab 12 Jahren

für eine andere kein Problem sein oder umgekehrt.

Sprecht in der Gruppe darüber, was euch hilft, wenn ihr gestresst seid. **Klickt an, welche Antworten für euch als Gruppe passen.** 💡



Umfrage

Lasst eure gesunden Ideen fördern

Antworten

Ja

Nein

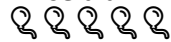
Ihr habt bei einer Station gesunde Ideen gesammelt! Eure Ideen können **finanziell** von der Wiener Gesundheitsförderung – WiG **unterstützt** werden! 😊

Meldet euch unter

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

Stimmt ab. Wollt ihr eure Ideen umsetzen?

Ihr seid am Ende eurer Tour angelangt!



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

Scannt dafür bitte den QR-Code mit eurem Handy oder klickt direkt auf den Link: [zur Umfrage.](#)



Information

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

GESUNDE BEZIRKE



Für die
Stadt Wien

