Bound: 1170 DIY City Challenge - ab 15 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.

City Challenge Hernals

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

Information

Willkommen Team !!team!! am Treffpunkt beim Dr.-Josef-Resch-Platz! 🌟
Heute dreht sich alles um Bewegung, Ernährung, seelische Gesundheit und Gemeinschaft. Ihr entdeckt neue, gesunde Orte im Bezirk und löst zusammen spannende Aufgaben! 🏃🥦💬
Seid ihr bereit?

Dann klickt auf "Weiter". Eure Tour kann nun losgehen! 😎

Aufgabe

Bei der City Challenge Hernals 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

Umfrage

J.

Was tut mir gut? 🧡
Gesundheit bedeutet nicht nur, nicht krank zu sein, sondern auch, sich wohlzufühlen – körperlich, mental und sozial. Gerade in eurem Alter gibt es viele Herausforderungen wie Schule, Stress oder Veränderungen im Alltag. 🙇

Wenn wir wissen was uns gut tut, können wir besser mit Stress umgehen und unser Wohlbefinden stärken. Das ist bei jedem Menschen unterschiedlich. Deshalb ist es wichtig, herauszufinden, was euch Energie gibt und was euch Energie nimmt. 🔋

Redet gemeinsam darüber, welche der folgenden Dinge euch guttun und ob es noch weitere gibt. 🤍

Antworten

*Zeit mit Freund*innen verbringen*
Musik hören
Sport/Bewegung
Zocken/Social Media
Zeit alleine haben
Mit jemandem über Probleme sprechen
In der Natur sein
Kreativ sein (zeichnen, basteln, schreiben, etc.)
Etwas Neues ausprobieren

Mehrfachauswahl

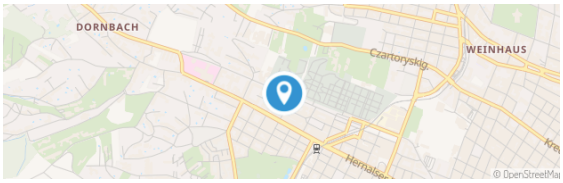
Aufgabe 🧘 **Stress verstehen und teilen** 🧘 Stress ist eine natürliche Reaktion unseres Körpers auf Herausforderungen oder Veränderungen. Nehmt euch einen Moment Zeit und überlegt: **Was bedeutet Stress für euch persönlich?**	Teilt eure Gedanken in der Gruppe und nehmt eine kurze Audioaufnahme auf, in der jede*r von euch erklärt, was Stress für sie oder ihn bedeutet. 🎙️ Antwortmöglichkeit *Audio*
Umfrage **Stress loslassen** 🧘 Manchmal kann es vorkommen, dass alles zu viel wird. Das ist vollkommen normal, aber andauernder Stress ist nicht gut für unseren Körper und unser Wohlbefinden. 😟💭 Jetzt eine Frage an euch: **Was hilft euch, zu entspannen und euch in stressigen Zeiten besser zu fühlen?** 😊🛋️	Antworten *Ausreichend schlafen* *Handy- & Computerzeit verkürzen* *Sport und Bewegung machen* *In die Natur gehen* *Schreiben (Tagebuch, Geschichten, …)* *Spazieren gehen* *Musik hören* *Mit Freund*innen Zeit verbringen* *Etwas anderes* Mehrfachauswahl
Information **Wasser** Wenn ihr gerade durstig seid, könnt ihr gleich hier im Park etwas Wasser trinken oder eure Flaschen auffüllen, falls ihr welche dabeihabt! 🚰	
Quiz J. **Wasserhaushalt** 💧 Wisst ihr, wie viele Gläser Wasser (250ml) ein Menschmindestens pro Tag trinken sollte, um gesund zu bleiben? Tipp: Lest für die Beantwortung der Frage die Infokarte "Essen = der Treibstoff für Körper und Seele!" durch.	Punkte *100* Modus: Zahl schätzen Richtiger Wert 6 *(in Actionbound 2)* Minimalwert *0* Maximalwert *10* Abweichung für 10 % Punktabzug *1* Versuche *1* Punktabzug bei falscher Antwort *10* Auflösung nach falscher Beantwortung anzeigen Richtige Antwort: 1,5-2 Liter

Ort finden

Weiter gehts! 🌪️
Macht euch auf den Weg zu eurer nächsten Station: zum Haupteingang des Wiener Sport-Club-Stadions. 📍⚽



Punkte *100*
Koordinate *48.226841, 16.311702*
Karte mit Ziel und aktuellem Standort anzeigen



Umfrage
J.

Wiener Sport-Club-Stadion ⚽
Sport ist wichtig – nicht nur für die körperliche, sondern auch für die psychische Gesundheit.
Was meint ihr:
Welche Sportarten sind bei Kindern und Jugendlichen in Österreich besonders beliebt?

🏀🏊🏋️🏃⚽🥊🚴🎾

Antworten

Basketball
Radfahren
Schwimmen
Fußball
Wandern
Klettern
Laufen/Joggen
Volleyball
Boxen
Sonstige

Mehrfachauswahl

Quiz

Move your Body 🤼

Was glaubt ihr: Wie viel Bewegung am Tag wird Jugendlichen empfohlen? Klickt die passende Antwort an. 🏋️

Tipp: Lest für die Beantwortung der Frage die Infokarte "Move your body" durch.

Punkte *100*
Modus: Multiple Choice

mind. 30 Minuten
mind. 60 Minuten
mind. 15 Minuten
mind. 50 Minuten

Versuche *1*
Punktabzug bei falscher Antwort *10*
Auflösung nach falscher Beantwortung anzeigen

Quiz

Überlegt zusammen! 🚶‍♀️
Was könnt ihr tun, um euch körperlich fit zu halten?
Manche dieser Dinge könnt ihr ganz einfach in den Alltag einbauen.

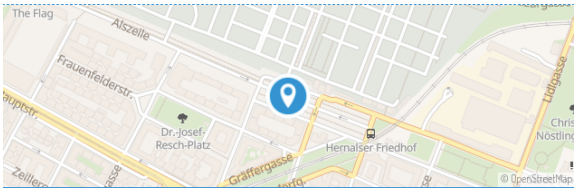
Punkte *100*
Modus: Multiple Choice

mit dem Fahrrad fahren, statt die öffentlichen Verkehrsmittel zu nehmen
gesund essen
niemals Sport machen
die Stiegen nehmen, statt mit dem Aufzug zu fahren
überall, wo es geht, setzt man sich immer hin (z. B. in der Straßenbahn)
Langes Sitzen vermeiden
Versuche *3*
Punktabzug bei falscher Antwort *10*
Auflösung nach falscher Beantwortung anzeigen

Weiter geht's!
Spaziert nun weiter zum nächsten Ort:
dem **Leopold-Kunschak-Platz**. 🚶‍♀️



Punkte *100*
Koordinate *48.225239, 16.317363*
Karte mit Ziel und aktuellem Standort anzeigen



Umfrage

Friedhof Hernals 🪦🌳
Auf der anderen Seite der Alszeile seht ihr den Hernalser Friedhof.
Der Tod gehört zum Leben dazu, auch wenn er oft ein schwieriges Thema ist. Wenn wir einen Menschen verlieren, fühlen wir Trauer – und das ist ganz normal. Trauer kann sich bei jedem Menschen unterschiedlich zeigen und es gibt kein „richtig“ oder „falsch“.

Lest die folgenden Aussagen und besprecht gemeinsam:
Was kann Menschen in der Trauer helfen?
🤍🫂

Antworten

Mit anderen über Gefühle sprechen
Sich zurückziehen und Zeit für sich nehmen
Erinnerungen teilen (Fotos, Geschichten)
Rituale (z. B. Kerze anzünden, Grab besuchen)
Ablenkung (z. B. Sport, Hobbys)
*Unterstützung von Familie oder Freund*innen*

Mehrfachauswahl

Umfrage
J.

Über Gefühle sprechen 🗣️❤️👤
Nicht nur in Trauersituationen hilft es, über Gefühle zu sprechen. Gefühle können besser verarbeitet werden, wenn man sie teilt und man fühlt sich weniger allein. Andere Menschen können einen besser verstehen und unterstützen.

Daher ist es wichtig, jemanden zu haben, mit dem man seine Gedanken und Gefühle teilen kann.

Mit welchen Personen sprecht ihr am liebsten über eure Gefühle und Gedanken? 🤦✨ ***Es können auch mehrere Personen sein!***

Antworten

Eltern
*Freund*innen*
*Partner*in*
Geschwister
Andere Familienmitglieder
*Lehrer*innen*
*Therapeut*in*
Bekannte
*Ärzt*innen*
*Nachbar*innen*

Mehrfachauswahl

Information

Hilfe suchen
⚡🚨Wichtig: Es gibt immer Hilfe, wenn ihr einen Rat sucht oder eine Krise habt. Niemand kann und niemand muss mit allen Schwierigkeiten alleine klarkommen! 🆘

Es ist gut, sich von außen Hilfe zu suchen. Redet mit euren Eltern oder Freund*innen darüber – kostenlose und anonyme Hilfe erhaltet ihr auch jederzeit bei Rat auf Draht unter der Nummer **147**. Rat auf Draht bietet auch anonyme Beratung per Chat an.

147 RAT auf Draht

Quelle

Quiz

Alszeilenmarkt 🥬🥕🍏
Ihr steht gerade auf dem Platz, an dem samstags der Alszeilenmarkt stattfindet. Dort werden viele regionale und frische Lebensmittel verkauft.

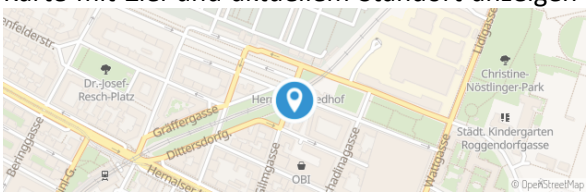
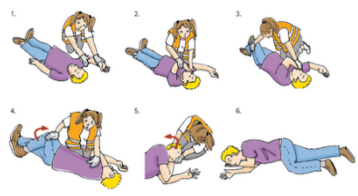
Warum ist es gut für die Umwelt, regionale Lebensmittel zu kaufen?

Info: Regionale Lebensmittel sind Lebensmittel oder Rohstoffe, die dort wachsen, wo sie auch verarbeitet, verpackt und verkauft werden. Die kurzen Transportwege bedeuten meist **niedrigere CO2-Emissionen**.

Punkte *100*
Modus: Multiple Choice

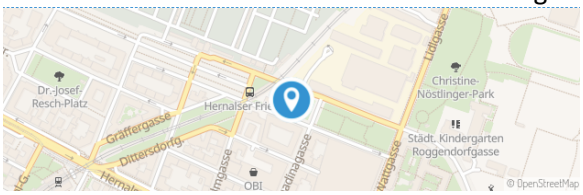
Die Produkte können kürzer gelagert und gekühlt werden.
Es werden weniger Spritzmittel benötigt.
Die Transportwege sind kürzer.

Versuche*1*
Punktabzug bei falscher Antwort*10*
Auflösung nach falscher Beantwortung anzeigen

Ort finden 🔍 Findet den nächsten Ort: Es geht zur **Berufsrettung Hernals**.  	⚠️ Achtet auch hier wieder auf die Autos und überquert gemeinsam als Gruppe die Straßen. Punkte*100* Koordinate *48.224409, 16.319262* Karte mit Ziel und aktuellem Standort anzeigen 
Aufgabe **Berufsrettung Hernals** 🚑 ***Was glaubt ihr: Welche Aufgaben hat die Rettung?*** Schreibt mindestens 3 Aufgabenbereiche der Rettung auf!	Tipp: Ihr könnt auch überlegen, wann ihr selbst schon einmal eine Rettung gebraucht habt oder gesehen habt. Falls ihr Hilfe beim Finden der Antwort braucht, könnt ihr auf den Link klicken: Link: Berufsrettung Wien Antwortmöglichkeit *Text*
Quiz **Notfall** 🔥 Stell dir vor: Deine Großmutter oder eine andere Person aus deinem näheren Umfeld ruft dich panisch an, da der Ofen brennt! ***Was könnt ihr tun, um ihr zu helfen?***	Punkte *100* Modus: Multiple Choice *Den Euronotruf (112) oder die Rettung anrufen (144).* *Ihr sagen, dass sie um Hilfe schreien/auf Hilfe warten soll.* *Die Feuerwehr anrufen (122).* *Die Polizei anrufen (133).* *Ihr sagen, dass sie sofort die Wohnung verlassen soll.* Versuche *1* Punktabzug bei falscher Antwort *10*
Quiz **Erste Hilfe** 🚑 Es ist sehr wichtig, die Rettung zu rufen, wenn jemand Hilfe braucht. Manchmal muss man aber auch ***Erste Hilfe*** leisten, wenn man vor Ort ist und die Rettung noch nicht da ist! Um Erste Hilfe zu leisten, braucht es häufig die stabile Seitenlage. 	***Aber wann solltet ihr überhaupt einen Menschen in die stabile Seitenlage bringen?*** Quelle Punkte *100* Modus: Multiple Choice *Wenn die Person ohnmächtig ist und nicht atmet.* *Wenn die Person stark blutet.* *Wenn die Person ohnmächtig ist, aber atmet.* Versuche *1* Punktabzug bei falscher Antwort *10* Auflösung nach falscher Beantwortung anzeigen

Ort finden

Punkte *100*
Koordinate *48.224516, 16.320314*
Karte mit Ziel und aktuellem Standort anzeigen



Ganz in eurer Nähe befindet sich der **Clemens-Krauss-Park**. Geht dorthin und löst dort die nächste Aufgabe.



Quiz

Punkte *100*
Modus: Multiple Choice

Müllentsorgung 🗑

Auf der anderen Seite des Parks seht ihr den **Mistplatz Hernals**. Hier können Menschen ihren Müll richtig entsorgen und Wertstoffe trennen.

Was zählt alles zu Altstoffen und sollte NICHT im Restmüll bei euch zu Hause entsorgt werden?

Bunt- und Weißglas
Plastikflaschen
Dosen
Essensreste
Holz
Getränkekartons

Versuche *2*
Punktabzug bei falscher Antwort *10*

Wenn ihr euch nicht sicher seid, könnt ihr im Mist-ABC der MA48 nachsehen.



Information

Zum Klimaschutz beitragen ♻️
Müll richtig zu trennen ist sehr wichtig für die Umwelt! Wenn Altstoffe richtig entsorgt werden, können sie wiederverwertet werden und das spart Ressourcen.
Aus Altpapier wird neues Papier, aus Plastikflaschen wieder Plastikflaschen, Bunt- und Weißglas werden zu neuen Flaschen verarbeitet.

Quiz

Mistplatz Hernals 🚮
Die Magistratsabteilung 48 (MA 48) kümmert sich um die Abfallwirtschaft in Wien. Dabei wird besonders Wert darauf gelegt, Ressourcen zu sparen und die Umwelt zu schonen. Ein tolles Beispiel dafür ist die Wiener Blumenerde "Guter Grund".

Was ist das Besondere an der Erde?

Tipp: Ihr könnt auch unter folgendem Link nachsehen.

Link: Guter Grund

Punkte *100*
Modus: Multiple Choice

Sie wird aus Restmüll gemacht.
Sie wird aus Bioabfällen der Wiener Biotonne hergestellt.
Sie enthält Torf aus dem Ausland.
Sie kommt ohne Torf aus und spart daher CO_2-Emissionen.

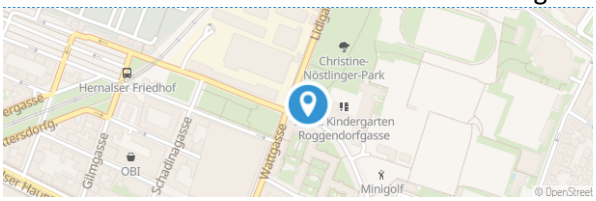
Versuche *1*
Punktabzug bei falscher Antwort *10*

Ort finden

Sehr gut!
Macht euch nun weiter auf den Weg zum **Christine-Nöstlinger-Park**.



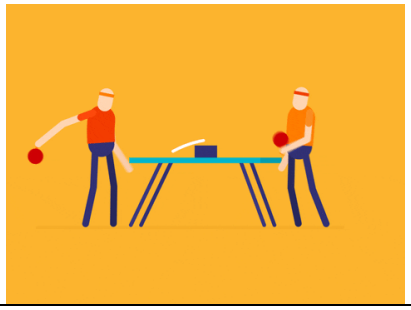
Punkte *100*
Koordinate *48.224183, 16.323359*
Karte mit Ziel und aktuellem Standort anzeigen



Aufgabe J.

Schon gewusst? 🏓
Hier im Christine-Nöstlinger-Park findet ihr Tischtennistische und Sitzmöglichkeiten, die ihr in eurer Freizeit immer nutzen könnt!

Antwortmöglichkeit
Keine



Information

Pause 😊

Sucht euch hier ein gemütliches Plätzchen und macht eine Pause.
Falls ihr durstig seid, könnt ihr beim Wasserbrunnen trinken. Außerdem gibt es hier im Park ein WC, das ihr nutzen könnt.

Wenn ihr euch ausgeruht habt, klickt "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@wig.or.at* oder +43 1 4000-76999.

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

Quiz
J.

Punkte *100*
Modus: Multiple Choice

Demokratie 🗳️
Unsere Gesundheit hängt nicht nur von uns selbst ab. Auch die Bedingungen, in denen wir leben, sind wichtig: z. B. medizinische Versorgung, Bildung, Sicherheit, Rechte und Freiheit.

In Österreich leben wir in einer Demokratie. Das bedeutet: Wir dürfen ab 16 Jahren wählen und entscheiden mit, wer politische Entscheidungen für uns trifft. Aber nicht alle dürfen wählen. Zum Beispiel braucht man dafür die österreichische Staatsbürgerschaft.

Warum ist es wichtig, wählen zu gehen – wenn man die Möglichkeit dazu hat?

Je mehr Menschen wählen, desto besser wird die Meinung der Bevölkerung vertreten.
Menschen können mitbestimmen, was im Land passiert.
Weil man für das Wählen Geld bekommt.
Weil die Wahl sonst ungültig ist, wenn zu wenige Menschen wählen.
Politische Entscheidungen betreffen unseren Alltag (z. B. Gesundheit, Umwelt, Bildung).
Weil man mit der Wahl jedes einzelne Gesetz abstimmt.

Versuche *1*
Punktabzug bei falscher Antwort *10*

Quiz

Punkte *100*
Modus: Multiple Choice

📦 **Quizfrage: Seit wann dürfen Frauen in Österreich wählen?**

Wählt die richtige Antwort aus:
(Tipp: Es war kurz nach dem Ende des Ersten Weltkriegs und der Gründung der Republik Österreich.)

1860
1918
1970
2001

Versuche*1*
Punktabzug bei falscher Antwort *10*

Aufgabe

Jetzt ist eure Muskelausdauer gefragt! 💪⏱️
Findet die Fitnessanlage hier im Christine-Nöstlinger-Park. Hängt euch an die Stangen und versucht, so lange wie möglich hängen zu bleiben.

Stoppt nacheinander die Zeit, sodass jede*r einmal die Challenge probiert. Was war der Rekord in eurer Gruppe?



Antwortmöglichkeit
Text

Aufgabe

👉 Hängen und Strecken ist gut für euren Körper: Es entlastet die Wirbelsäule, dehnt Muskeln und Schultern, stärkt die Griffkraft und kann Verspannungen lösen.

Tauscht euch darüber aus, wie sich euer Körper jetzt anfühlt und nehmt eine Audio dazu auf.

Antwortmöglichkeit
Audio

Quiz

Modus: Multiple Choice

Handykonsum

Viele Jugendliche und auch Erwachsene verbringen einen Großteil ihrer Freizeit am Handy. Aber wie findet ihr heraus, ob ihr süchtig seid? Was könnten Anzeichen sein, dass ihr süchtig werdet?

Ihr verbringt den Großteil des Tages am Handy oder Computer.
Ihr habt schon oft versucht, weniger Zeit im Internet zu verbringen, aber es gelingt euch nicht.
Ihr spielt und scrollt immer häufiger und länger.

Tipp: Die Antworten findet ihr auf dem Bild, oder wenn ihr auf den Link klickt.

Punkte *100*

Quelle: Safer Internet



Wenn ihr keinen Zugang zum Handy habt, werdet ihr unruhig, gereizt und aggressiv. Eure schulischen oder beruflichen Leistungen lassen nach.

Versuche *3*
Punktabzug bei falscher Antwort *10*
Auflösung nach falscher Beantwortung anzeigen

Quiz

Eine letzte Frage, bevor wir weitergehen:

Was sagt ihr, wie viele Stunden täglich verbringen Jugendliche durchschnittlich am Handy? 📱

Besprecht euch in der Gruppe bevor ihr den geschätzten Wert eingebt.

Punkte *100*
Modus: Zahl schätzen

Richtiger Wert *3*
Minimalwert *0*
Maximalwert *12*

Abweichung für 10 % Punktabzug *1*
Versuche *1*
Punktabzug bei falscher Antwort *10*

Information

Genau genommen sind es sogar ein bisschen mehr als **3,5 Stunden**. Das hat eine Studie vom *Verein zur Förderung eines selbstbestimmten Umgangs mit Medien* gezeigt.

Hier sind zum Abschluss noch ein paar ***Tipps***, die euch bei einem verantwortungsvollen Umgang mit dem Handy helfen können:

Schaltet euer Handy aus, wenn ihr schlafen geht oder euch mit Freund*innen trefft.

🛋️Gönnt euch ***handyfreie Zeiten.***

Dreht die Benachrichtigungstöne am Handy ab.

Schafft euch eine ***handyfreie Zone.***

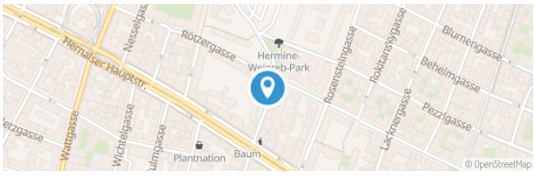
Legt Bildschirmzeit-Limits fest oder stellt den Bildschirm auf schwarz – weiß

Ort finden



Weiter geht's!
Geht nun zum Grätzel-Treff **Mitten in Hernals** 📍

Punkte *100*
Koordinate *48.220930, 16.325838*
Karte mit Ziel und aktuellem Standort anzeigen



Aufgabe
J.

Mitten in Hernals 🏠
Im Grätzeltreff Hernals geht es darum, dass Menschen aus der Nachbarschaft zusammenkommen. Sie lernen sich kennen, reden miteinander und unterstützen sich gegenseitig.
Es gibt gemeinsame Aktivitäten wie Feste, Sport oder Treffen für Jung und Alt. Ziel ist, dass sich alle wohlfühlen und gut miteinander leben – egal woher sie kommen.
Quelle
Besprecht gemeinsam: An welchen Orten fühlt ihr euch wohl?

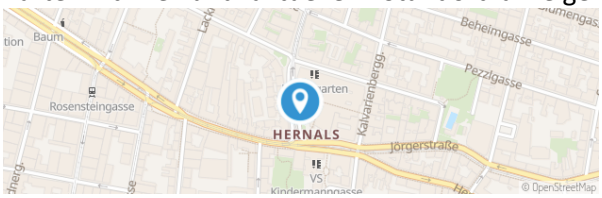
Antwortmöglichkeit
Text

Ort finden

Geht als nächstes zur Bücherei Hernals. 📚



Punkte *100*
Koordinate *48.218829, 16.331053*
Karte mit Ziel und aktuellem Standort anzeigen



Quiz

Ihr steht nun vor der Bücherei Hernals.
Es gibt knapp 40 Büchereien in Wien.
Was schätzt ihr, wie viele Medien gibt es in den Büchereien in Wien insgesamt?



Info: Zu Medien zählen Bücher, Hörbücher, CDs, Schallplatten, Zeitschriften, Zeitungen aber auch Konsolenspiele und eMedien.

Tipp: Seht euch das Foto genau an.

Punkte *100*
Modus: Zahl schätzen

Richtiger Wert *1500000*
Minimalwert *800000*
Maximalwert *2200000*
Abweichung für 10 % Punktabzug *200000*

Versuche *1*
Punktabzug bei falscher Antwort *10*

Umfrage



Mit einer Bücherei-Jahreskarte könnt ihr in allen Büchereien der Stadt Wien ohne zu zahlen Bücher, Filme, Spiele, usw. ausleihen. Die ist übrigens für Kinder und Jugendliche bis 18 Jahre kostenlos. Wenn ihr mit einem Ausweis in die Bücherei kommt, könnt ihr eine solche Jahreskarte ganz einfach erhalten.

Welche Art von Büchern liest eure Gruppe am liebsten? Mehrere Antworten sind möglich.

Antworten

Fantasy Bücher
Science-Fiction
Liebesromane
Historische Romane
Thriller / Gruselromane
Sachbücher
Biographien
Fremdsprachige Bücher
Kriminalromane ("Krimis")

Mehrfachauswahl

Quiz

Infokompetenz 💡
In der Bibliothek gibt es auch Sachbücher zu verschiedenen Themen. In Sachbüchern könnt ihr viel über Themen erfahren, die euch interessieren. Viele Menschen erhalten ihre Informationen großteils über Social Media.
Durch das Anschauen von Videos und das Lesen von Postings auf Social Media wird die eigene Meinung manchmal beeinflusst, ohne dass man sich darüber im Klaren ist.
Deshalb ist es sehr wichtig Informationen zu überprüfen, um nicht auf **Fake News** hereinzufallen.

Welche dieser Tipps können dabei helfen Fake News zu erkennen?

Info: Es können mehrere Antworten richtig sein.

Punkte *100*
Modus: Multiple Choice

Den Zweck der Information hinterfragen: Handelt es sich um Werbung? An wen richtet sich die Information?
Euren Lieblingsinfluencer:innen könnt ihr alles glauben. Sie haben immer recht.
Die Aktualität der Information überprüfen: Wann wurde der Eintrag gemacht?
Bewertet die Autorin oder den Autor: Ist die Person glaubwürdig? Gibt es ein Impressum, wo steht, wer den Text verfasst hat?
Den Postings mit den meisten Likes und Kommentaren kann man grundsätzlich vertrauen.

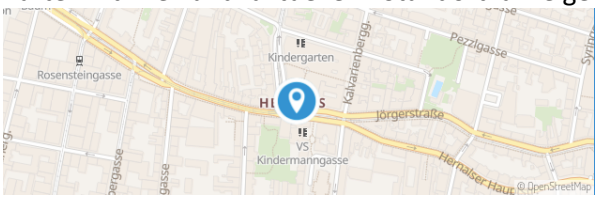
Versuche *1*
Punktabzug bei falscher Antwort *10*

Ort finden

👉 Macht euch auf den Weg zum nächsten Ort: **dem Elterleinplatz**.



Punkte *100*
Koordinate *48.218365, 16.331289*
Karte mit Ziel und aktuellem Standort anzeigen



Quiz
J.

Alszauberbrunnen ⛲
Ihr steht vor dem Alszauberbrunnen. Darauf seht ihr vier Figuren, die ein Schrammelquartett darstellen.

Was ist ein Schrammelquartett?

Punkte *100*
Modus: Multiple Choice

Mittelalterliche Tanzmusik
Moderne Partymusik
Wiener Volksmusik des 19. Jahrhunderts
Deutsche Volksmusik aus dem Alpenraum

Versuche *1*
Punktabzug bei falscher Antwort *10*

Aufgabe

Musik 🎵🎤🎧
Egal, ob du Musik hörst oder selbst musizierst - Musik kann dabei helfen, zu entspannen und die Stimmung zu verbessern.
Welche Lieder hört ihr gerade besonders gerne? 😊✨

Nehmt ein Audio mit den Titeln eurer Lieblingslieder auf. Wer sich traut, kann das Lied kurz vorsingen.

Antwortmöglichkeit
Audio

Umfrage

🎧 **Musik im Alltag**
Wann hört ihr am liebsten Musik?

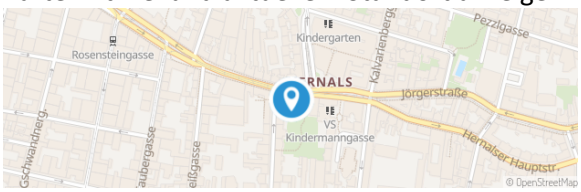
Mehrfachauswahl

Beim Lernen
Beim Sport
Beim Spazierengehen
Wenn ich traurig bin
Wenn ich gut drauf bin
Eigentlich fast immer
Ich höre selten Musik

Ort finden

🎉 **Ihr seid bald im Ziel** 🏁
Macht euch auf den Weg zum letzten Ort der Rätsel-Tour: **Dem Ortliebpark.** Geht dafür zum Eingang des Parks bei der Hernalser Hauptstraße 69.

Punkte *100*
Koordinate *48.218056, 16.330522*
Karte mit Ziel und aktuellem Standort anzeigen



Aufgabe J.

Super gemacht!

Seht euch im Park um. Sucht euch die schönste Pflanze aus und macht ein Foto davon. 🍀

Sucht euch danach zum Abschluss noch einen gemütlichen Platz zum Sitzen.

Antwortmöglichkeit
Bild von Kamera

Umfrage

Lasst eure gesunden Ideen fördern

Ihr habt bei einer Station gesunde Ideen gesammelt! Eure Ideen können finanziell von der Wiener Gesundheitsförderung — WiG unterstützt werden! 😎

Meldet euch unter gesunde.idee@wig.or.at oder +43 1 4000-76999.
Stimmt ab. Wollt ihr eure Ideen umsetzen?

Antworten
Ja
Nein

Information

WOW!

Ihr seid am Ende eurer Tour angelangt!
🎈🎈🎈🎈

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

City Challenge

GESUNDE BEZIRKE WiG WIENER GESUNDHEITSFÖRDERUNG Für die Stadt Wien

queraum. kultur- und sozialforschung
