

3 City Challenge

CITY CHALLENGE LANDSTRASSE FÜR JUGENDLICHE

Eine spannende Gesundheitstour durch den Bezirk

Jugendliche erkunden gemeinsam die Gegend, suchen verschiedene gesundheitsfördernde Orte auf, zeigen ihre Kreativität bei interaktiven Aufgaben und lösen im Team Rätsel- und Quizfragen rund um das Thema Wohlbefinden, den Bezirk und die Gesundheit.

- **2 Touren mit unterschiedlichem Schwierigkeitsgrad:**
eine Tour für 12- bis 14-Jährige und eine Tour für alle ab 15 Jahre
- **In Verbindung mit der kostenlosen App „Actionbound“**

Und so geht's:

- ◆ Kostenlose App „Actionbound“ mit QR Code der jeweiligen Tour auf das Handy oder Tablet laden
- ◆ An den Startpunkt (Station 1) im Bezirk gehen
- ◆ Losrätseln und Spaß haben!
- ◆ Dauer: 1,5 bis 2 Stunden
- ◆ Tipp: ein gutes Team, gute Schuhe, Trinken, Jause & ev. Sonnenschutz mitnehmen!
- ◆ Ihr geht die Tour zum ersten Mal und braucht Unterstützung? Unser Team begleitet euch gerne. Anfragen an citychallenge@wig.or.at

„Die Tour macht
echt Spaß und
wir lernen auch
etwas dabei!“



„Eine richtig
coole Tour!“



Allgemeines

- Die City Challenge ist Teil des Programms „Gesunde Bezirke“ der Wiener Gesundheitsförderung – WiG. Weitere Informationen finden Sie unter: www.gesundebezirke.at
- Von Jugendlichen für Jugendliche entwickelt
- City Challenge-Touren gibt es in folgenden Bezirken: Leopoldstadt, Landstraße, Margareten, Mariahilf, Favoriten, Simmering, Meidling, Rudolfsheim-Fünfhaus, Ottakring, Brigittenau, Floridsdorf und Donaustadt.
- Die von der App Actionbound abgefragten Daten werden nicht weiterverwendet!

Mehr unter: www.citychallenge.at

- Umfangreiche Arbeitsmaterialien zur Vor- und Nachbereitung der Touren
- Infos zur Einreichung von gesunden Ideen bei der Wiener Gesundheitsförderung – WiG
- Infos zur Nutzung von Actionbound für eigene Touren

3 City Challenge

Tour für alle ab 12



Steckbrief

- 1 **Fasanplatz** → Sammeln von Tipps zum Umgang mit Hitze in der Stadt
- 2 **Verein Streetwork Wien** → Kennenlernen von Streetwork und Nachdenken über den Umgang mit Gefühlen
- 3 **Klinik Landstraße** → Kennenlernen der First Love Beratungsstelle und Fragen zu Sex, Liebe und Beziehungen
- 4 **Arenbergpark** → Erkunden des Parks und Nachdenken über Freizeitaktivitäten und Möglichkeiten zur Entspannung, Kennenlernen von Unterstützungsangeboten bei Gewalterfahrungen, Entwickeln von eigenen gesunden Ideen für den Bezirk
- 5 **Wassergasse** → Fragen zum Wasserbedarf des eigenen Körpers
- 6 **Rochuspark** → Ausprobieren der Fitnessgeräte und Fragen zu Bewegung und Sport
- 7 **Rochusmarkt** → Orientierungsaufgaben für das Unterwegssein in der Stadt
- 8 **Bücherei Erdbergerstraße** → Kennenlernen des Angebots für Jugendliche, Reflektieren des Umgangs mit Informationen und Medien
- 9 **Grete-Jost-Park** → Sammeln von Tipps zu gesundem Schlaf; ZIEL! HURRA!

3 City Challenge

Tour für alle ab 15



Steckbrief

- 1 **U-Bahn Station Schlachthausgasse** → Fragen zu Erste Hilfe für die Seele
- 2 **Jugendzentrum come2gether** → Kennenlernen des Angebots und Nachdenken über Diskriminierung aufgrund des Geschlechts
- 3 **Bock-Park** → Trainieren der eigenen Körperwahrnehmung
- 4 **JUVIVO.03** → Fragen zu gesunder Ernährung, Kennenlernen der Jugendeinrichtung
- 5 **Kardinal-Nagi-Park** → Erkunden des offenen Bücherschranks und Entwickeln von eigenen gesunden Ideen für den Bezirk
- 6 **Bücherei Rabenhof** → Fragen zu Lesen und Kreativität
- 7 **U-Bahn Station Kardinal-Nagi-Platz** → Orientieren im Bezirk
- 8 **Apostel-Bad** → Austausch zu unterschiedlichen Möglichkeiten, sich zu entspannen
- 9 **Wiener Hilfswerk Nachbarschaftszentrum** → Nachdenken über Gemeinschaft als wichtiger Teil von Gesundheit, Kennenlernen von Beratungsstellen
- 10 **Arenbergpark** → Erkunden des Parks und Nachdenken über einen gesunden Umgang mit digitalen Medien; ZIEL! HURRA!