



Bound: 1050 DIY City Challenge Margareten - 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, Stadtrallies, 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 Margareten** 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 bei den bunten Steinen im Bruno-Kreisky-Park! 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!

Viele Rätsel und Aufgaben warten auf euch und auch eure Ideen für den Gesunden Bezirk Margareten sind gefragt!

Seid ihr bereit? 😎

---

### Aufgabe

Los geht's! 😎

Bei der City Challenge Margareten 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 Audioaufnahme auf!

Antwortmöglichkeit - *Audio*

Aufgabe

**Wassertanken** 🚰

Nutzt die Chance, um beim Wasserspender zu trinken! 😊

Antwortmöglichkeit

*Keine*

---



Aufgabe

**Street Workout**



Schaut euch jetzt wieder im Park um: Wo befinden sich die **Street Workout Geräte**?

Wenn ihr dort seid, klickt "fertig".

Antwortmöglichkeit

*Keine*

---



Aufgabe

**Street Workout** 🏋️‍♂️🏋️‍♂️🏋️‍♂️

Habt ihr schon einmal Street Workout Geräte genutzt? Was sind für euch positive Aspekte am Trainieren im Freien? Gibt es eurer Ansicht nach auch negative Aspekte?

Nehmt ein Audio mit euren Antworten auf! 🎤

Antwortmöglichkeit

*Audio*

---

### Aufgabe

Sucht euch ein **Street Workout** Gerät aus 🏆

Wie viele Übungen schafft ihr alle gemeinsam (z.B. Klimmzüge, Sit Ups, ...)? 😎💪

Probiert es nacheinander und motiviert euch gegenseitig! Schreibt auf, wie viele unterschiedliche Übungen ihr gemacht habt und wie viele Wiederholungen ihr gemeinsam geschafft habt. 😊



Antwortmöglichkeit

Text

### Quiz

**Seid ihr schon etwas ins Schwitzen gekommen?** 😓

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

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

👉 Hinweise gibt's auf der " Infokarte "Move your Body".

Punkte

100

Modus: Multiple Choice

mind. 30 Minuten

mind. 60 Minuten

mind. 50 Minuten

mind. 15 Minuten

Versuche

2

Punktabzug bei falscher Antwort

10

Auflösung nach falscher Beantwortung anzeigen

### Umfrage

Auf der Infokarte "Move your Body!" findet ihr weitere **Tipps für Bewegung im Alltag**.

👉 Welche Tipps findet ihr sympathisch und würdet ihr selbst gerne umsetzen? (Mehrere Antworten sind möglich! 😊)

Antworten

*Geh so oft du kannst zu Fuß*

*Auf einer Linie balancieren*

*Beim Zähneputzen auf einem Bein stehen*

*Steig aufs Rad statt in die Öffis*

*Stiege statt Lift trainiert die Beinmuskulatur*

*Zwischendurch Übungen mit dem*

*Körpergewicht (Kniebeugen, Liegestütz, ...)*

Mehrfachauswahl

### Ort finden

**Das Gesunde Margareten** hat viele Sport-Möglichkeiten! Wusstet ihr, dass es in der Nähe auch einen **Beachvolleyball-Platz** gibt?

Findet den Platz am Margareten Gürtel! 🏐🏸

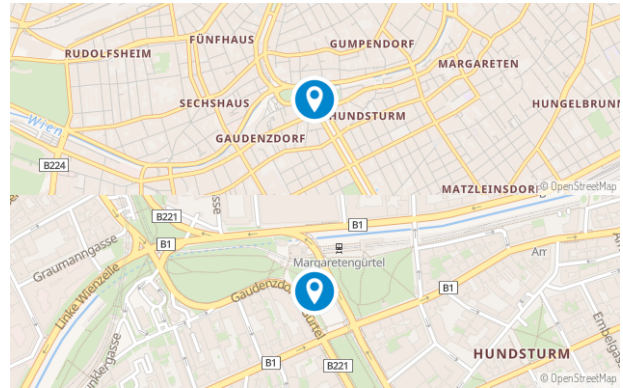
Punkte

100

Koordinate

48.187839, 16.342490

Karte mit Ziel und aktuellem Standort anzeigen



Quiz

**Beachvolleyball** 🏐🏖️

Habt ihr schon einmal Beachvolleyball gespielt, Team !!randomplayer!!?

Welche der folgenden Aussagen treffen auf den Sport "Beachvolleyball" zu?

**Wählt die richtigen Antworten aus!**

Punkte

100

Modus: Multiple Choice

*Beachvolleyball ist ein Teamsport*

*Die Spieler\*innen tragen Schuhe*

*Bei den olympischen Spielen besteht ein Team aus 2 Personen*

*Es gibt ein Netz*

*Der Boden ist aus Beton*

*Der Boden besteht aus Sand*

*Die Spieler\*innen spielen barfuß*

*Versuche*

*2*

*Punktabzug bei falscher Antwort*

*10*

*Auflösung nach falscher Beantwortung anzeigen*

Umfrage

**"freedom"**

Am Basketball-Käfig nebenan steht das Wort Freiheit - "freedom".



**Was bedeutet es, frei zu sein/ Freiheit zu haben? Wann fühlt ihr euch frei/ in Freiheit?** 🕊️

**Tauscht euch in der Gruppe darüber aus** und klickt dann alle Antworten an, die eurer Meinung nach zutreffen.

Antworten

*An einer Demokratie teilhaben (z.B. Wählen dürfen)*

*Genug Geld für die wichtigsten, eigenen Bedürfnisse zur Verfügung haben*

*Einer Arbeit nachgehen zu können, die einem Spaß macht*

*Nicht diskriminiert werden*

*Über die Gestaltung des eigenen Lebens bestimmen können*

*In jedes Land einreisen können*

*In Frieden leben*

*In einem eigenen, sicheren Zuhause leben*

*Regelmäßig Kontakt zu*

*Familie/Freund\*innen/wichtigen*

*Bezugspersonen haben können*

Mehrfachauswahl



---

Information

Sehr schön! 😊

**Wir sind gesund,**

wenn wir uns **frei fühlen**, wenn es uns **seelisch und körperlich gut geht** und wenn wir **gute Beziehungen** zu anderen Menschen haben.



---

Quiz

**Nächste Aufgabe!** 🧐

**Wer ist dieser Mann?** Falls ihr nicht richtig tippt, bekommt ihr einen Hinweis.



Punkte

100

Modus: Multiple Choice

*Michael Häupl*

*Bruno Kreisky*

*Platon (griechischer Philosoph)*

Versuche

2

Punktabzug bei falscher Antwort

10

Tipps

*Der Park hier ist nach ihm benannt.*

Auflösung nach falscher Beantwortung anzeigen

---

Quiz

Seht ihr von hier aus das grüne Schild auf der anderen Straßenseite? Dort kommt ihr wieder zum **Bruno-Kreisky-Park**. Sucht euch dort nochmal ein schönes Plätzchen! 🌳

Welche hohe politische Funktion hatte Bruno Kreisky von **1970 bis 1983**?

Punkte 100

Modus: Multiple Choice

*Bürgermeister von Wien*

*Österreichischer Bundespräsident*

*Österreichischer Bundeskanzler*

Versuche

2

Punktabzug bei falscher Antwort

10

Auflösung nach falscher Beantwortung anzeigen

---

Quiz

Bruno Kreisky hat als Regierungschef viel bewirkt. 1971 wurde unter seiner Regierung ein **extrem diskriminierendes Gesetz abgeschafft**, das Personengruppen in Österreich schwer benachteiligt hat. Welches?

Punkte  
100

Modus: Multiple Choice

Frauen durften bis 1971 nicht wählen.  
Küssen in der Öffentlichkeit war bis 1971 gesetzlich verboten.

Homosexualität war bis 1971 gesetzlich verboten.

Versuche

2

Punktabzug bei falscher Antwort

10

Tipps

Das Gesetz richtete sich gegen gleichgeschlechtliche Liebe und Sexualität.

Auflösung nach falscher Beantwortung anzeigen

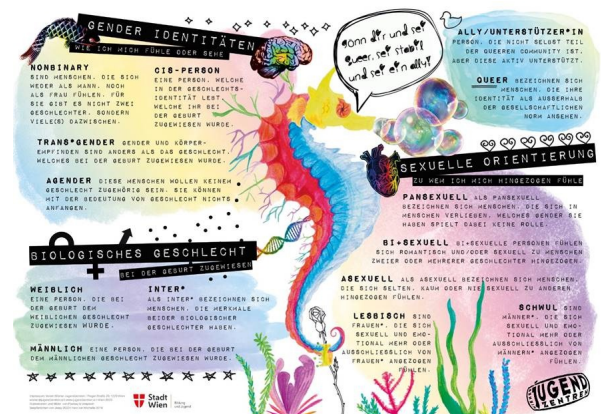
Information

pridemonth

Schwer zu glauben: Vor 50 Jahren war es in Österreich gesetzlich verboten, offen lesbisch, bi oder schwul zu leben.

Zum Glück dürfen jetzt in Österreich alle Menschen so leben, wie sie möchten! Im Juni - dem offiziellen "Pridemonat" - findet die Regenbogenparade statt, wo Menschen ihre Vielfalt in der Öffentlichkeit feiern.

Auf dem Bild sehr ihr ein **Poster zum #Pridemonth** von den Wiener Jugendzentren, mit dem ihr euch jetzt beschäftigen werdet.



Aufgabe

🏳️‍🌈 Lest am Poster nach: Was bedeutet "queer"?

Vervollständigt den Satz im

Textfeld: Als queer bezeichnen sich Menschen, die...

Tipp: Im [Queer Lexikon](#) könnt ihr übrigens alle möglichen Begriffe rund um LBTAI\*Q-Themen nachlesen!

Antwortmöglichkeit

Text



Aufgabe



Vervollständigt den Satz im Textfeld: Und ein/e Ally / Unterstützer/in ist eine Person, die ...?

Antwortmöglichkeit  
Text



Aufgabe

Ihr habt jetzt herausgefunden, was es bedeutet ein/e Ally für die LGBTAI\*Q-Community zu sein 🏳️

Unterhaltet euch nun in der Gruppe darüber, wie ihr in eurem Alltag konkret als Allies handeln könnt bzw. was ihr euch von Allies wünschen würdet. Nehmt ein Audio mit euren Vorschlägen auf 🎤

Antwortmöglichkeit  
Audio



Ort finden

Next Stop: Neunerhaus Café ☕

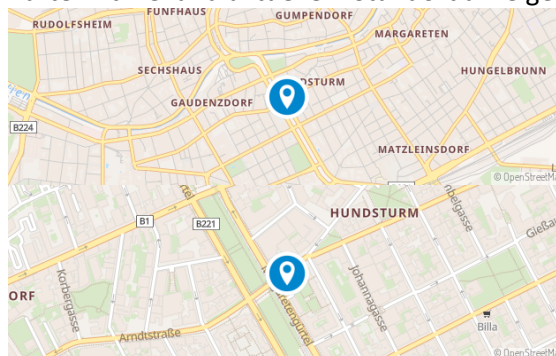
Findet dort hin!



Punkte  
100

Koordinate  
48.185935, 16.344994

Karte mit Ziel und aktuellem Standort anzeigen





### Aufgabe

Gefunden? Das **Neunerhaus Café** steht allen Menschen offen. Obdachlose Menschen bekommen dort günstiges oder kostenloses Essen.

Das **Motto des Neunerhaus (mit dem Herz ❤️)** drückt aus, dass jeder Mensch wertvoll ist. **Wie lautet es?**

Schreibt das Motto in das Textfeld.

Hinweise gibt es im Schaukasten oder auf der Webseite...<https://www.neunerhaus.at/>

Antwortmöglichkeit

Text

### Quiz



Der **Verein neunerhaus** hilft außerdem Menschen, die gerade kein Zuhause haben.

**sos sos** Wo können Jugendliche übernachten, wenn sie sich zu Hause nicht sicher fühlen?

Wählt die richtige Antwort aus.

Punkte

100

Modus: Multiple Choice

*In einer Kirche*

*Im Park*

*In einer Notschlafstelle*

Versuche

2

Punktabzug bei falscher Antwort

10

Auflösung nach falscher Beantwortung anzeigen

### Quiz

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

**"Rat auf Draht"** ist z.B. eine wichtige Notruf-Hotline, die ihr anrufen könnt.

Schaut nach auf der Infokarte "Respekt = Nein zu Gewalt und Mobbing".

**👉 Wie lautet die Nummer?**

Wählt die richtige Antwort aus.

Punkte 100

Modus: Multiple Choice

147

144

471

Versuche 1

Punktabzug bei falscher Antwort 10

Auflösung nach falscher Beantwortung anzeigen

Ort finden

Sucht jetzt das **Haus "gretl"** am Einsiedlerplatz 7!

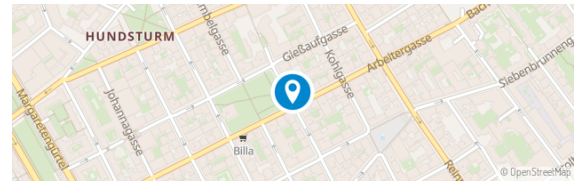


Punkte 100

Koordinate

48.186023, 16.351039

Karte mit Ziel und aktuellem Standort anzeigen



Quiz

Was ist die "gretl"?

Findet ihr Hinweise an den Fenstern, oder ist gerade offen, so dass ihr anklopfen und fragen könnt?

Punkte

100

Modus: Multiple Choice



*Eine Bibliothek*

*Ein Nachbarschaftszentrum*

*Ein Kindergarten*

Punktabzug bei falscher Antwort

10

Auflösung nach falscher Beantwortung anzeigen

**Aufgabe**

Im Nachbarschaftszentrum können Leute also Platz für ihre Ideen finden.

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

Geht jetzt in den **Einsiedlerpark gleich nebenan**. 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@gesundebzirke.at](mailto:gesunde.idee@gesundebzirke.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

---

Aufgabe

### Balance

Findet jetzt die **Slackline** und die **Hängebrücke** hier im Einsiedlerpark!

Wer schafft es, hier entlang zu balancieren ohne herunterzufallen?

Haltet eure Versuche auf einem Video fest!

Antwortmöglichkeit

Video



---

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".

---

Umfrage

### Das grüne Haus

Kennt jemand von euch **dieses Haus** in Margareten?

Antworten

*Ja, jemand von uns hat es schon einmal gesehen*

*Nein, wir haben es noch nie gesehen*



Aufgabe

Geht nun zu diesem grünen Haus! 🌿

Auf dem Foto ist der **Hinweis**, wo es steht.



Tipp: Zieht bei Bedarf eine Karte zu Rate.



Antwortmöglichkeit

*Keine*

Quiz

Gefunden? Im begrüntem Haus befindet sich eine wichtige **Magistratsabteilung (MA48)**. Sie organisiert eine bestimmte Abteilung der Stadt Wien.

**Welche?**

Wählt die richtige Antwort aus.



Punkte

*100*

Modus: Multiple Choice

*Bildung und Jugend*

*Integration und Diversität*

*Abfallwirtschaft, Straßenreinigung und*

*Fuhrpark*

Versuche 2

*Punktabzug bei falscher Antwort 10*

Tipps

*Was steht auf dem Schild vom Haus?*

*Auflösung nach falscher Beantwortung anzeigen*



## Information



Dieses Haus hat eine der größten begrünten Fassaden in ganz Europa. Insgesamt 17.000 Kräuter, Gräser und andere Pflanzen wurden hier eingepflanzt.

**Begrünte Häuser wirken effektiv gegen die Hitze in der Stadt!** 🌂

---

### Quiz

👉 Was schätzt ihr: **Wie stark ist die Kühlleistung dieser Fassade?**

Sie kühlt so stark wie...

Punkte

100

Modus: Multiple Choice

15 Klimageräte (die mit 3.000 Watt acht Stunden laufen)

25 Klimageräte (die mit 3.000 Watt acht Stunden laufen)

75 Klimageräte (die mit 3.000 Watt acht Stunden laufen)

Versuche

2

Punktabzug bei falscher Antwort

10

Auflösung nach falscher Beantwortung anzeigen

---

### Quiz

Nächste Frage: Kennt ihr den Namen des **Jugendzentrums in Margareten** (in der Grünwaldgasse 4)?

Wie heißt es? Es ist eure nächste Station.

Punkte

100

Modus: Multiple Choice

Jugi#5

SerHaus

Fiver House

Versuche

2

Punktabzug bei falscher Antwort

10

Auflösung nach falscher Beantwortung anzeigen

---

### Ort finden

Sucht das **SerHaus** Jugendzentrum!



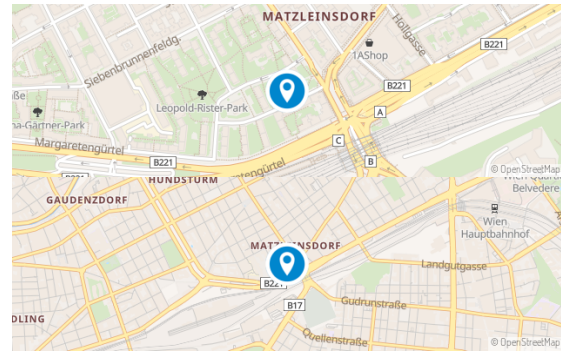
Punkte

100

Koordinate

48.181341, 16.357399

Karte mit Ziel und aktuellem Standort anzeigen



Information

### InitiativeWahlrecht



Dieses Jahr, also 2025, wählen die Wiener:innen erneut ihren Gemeinderat und Landtag.

Kennt ihr die **#InitiativeWahlrecht** vom Verein Wiener Jugendzentren, zu dem auch das SerHaus gehört?

Quiz

### Initiative Wahlrecht

Sie setzt sich dafür ein, dass auch Personen ohne österreichischer Staatsbürger\*innenschaft den Gemeinderat und Landtag wählen können.

Ein großer Anteil der in Wien lebenden Menschen über 16 Jahre hat nämlich **keine Staatsbürger\*innenschaft** und dadurch **kein Wahlrecht**.

👉 Wie hoch ist dieser Anteil?

Punkte

100

Modus: Multiple Choice

ca. 10 Prozent

ca. 20 Prozent

ca. 30 Prozent

Versuche

2

Punktabzug bei falscher Antwort

10

Tipps

*Vielleicht ist der Anteil höher, als ihr denkt?*

Auflösung nach falscher Beantwortung anzeigen

---

## Aufgabe

Überlegt euch: **Was denkt ihr, wäre anders in Wien**, wenn diese 30 Prozent (das sind mehr als 90.000 Wiener\*innen!!) wählen gehen dürften? 🗨️

**Nehmt eure Antworten als Audio auf.**

Antwortmöglichkeit

Audio

---

## Ort finden

Nun kommt schon eure **letzte Aufgabe**:

**Findet diese Bänke** gleich ums Eck beim Matzleinsdorfer Hochhaus. 😎



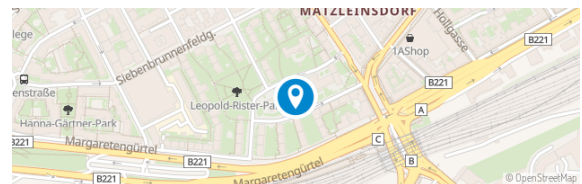
Punkte

100

Koordinate

48.181198, 16.356697

Karte mit Ziel und aktuellem Standort anzeigen



---

## Umfrage

**Lasst eure gesunden Ideen fördern**

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@gesundebezirke.at** oder 01 / 958 09 11.

Stimmt ab. Wollt ihr eure Ideen umsetzen?

Antworten

Ja

Nein

**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 Margareten** ist ein Angebot der Wiener Gesundheitsförderung — WiG im Rahmen des Programmes "Gesunde Bezirke" und wird von queraum. kultur- und sozialforschung umgesetzt.

