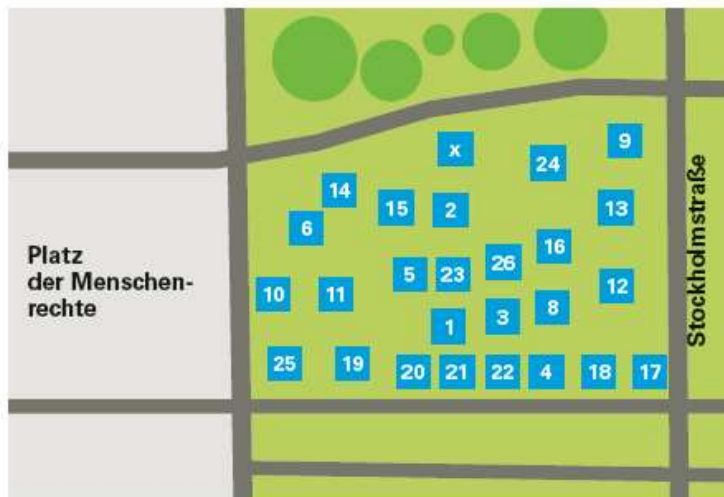


24	Sophienkirche	- Offenes Angebot „Ruhe und Zeit für sich als Nährboden für Wohlbefinden im Alltag“
25	Münchenstift	- Beratung zum Thema Einsamkeit und Gesundheit - Bewegungstraining - Kraft-Balance-Training - Shiatsu-Massage
26	Interkulturelles Muslimisches Forum für Frauen und Familien e.V.	- Infostand zum Thema „Burnout“ – Symptome und Prävention - Kleine, interaktive Spiele
27	HighFive e.V.	- Skateboard-Workshop- erste Erfahrungen auf dem Skateboard unter professioneller Anleitung, spielerische Balance- und Geschicklichkeitsübungen, Fahrübungen, befahren kleiner Rampen

Programmänderungen bleiben vorbehalten

### Standort Messestadt



### Kooperationspartner\*innen:



**Herausgeberin:** Landeshauptstadt München, Gesundheitsreferat, Bayerstraße 28a, 80335 München  
[muenchen.de/gsr](http://muenchen.de/gsr) | [facebook.com/gsmuenchen](https://facebook.com/gsmuenchen) | [instagram.com/gsr\\_muenchen](https://instagram.com/gsr_muenchen) | [twitter.com/gsr\\_muenchen](https://twitter.com/gsr_muenchen)  
 Gestaltung: Claudia Adam / Illustrationen: Joseph & Sebastian.  
 Gedruckt auf 100% Recyclingpapier, das mit dem Blauen Engel ausgezeichnet ist. Stand: Februar 2024



Landeshauptstadt  
München  
**Gesundheitsreferat**  
Referat für  
Bildung und Sport



## Gemeinsam fit im Viertel Gesundheitstag in der Messestadt

**Freitag, 21. Juni 2024**  
14.00-18.00 Uhr

**Wiese unterhalb  
Platz der Menschenrechte**

(Ausweichtermin bei starkem Regen: Freitag, 28.06.2024)

**Eintritt frei!**

- Bewegung und Spiele für Jung und Alt
- Gesunde Snacks
- Stempel-Aktion
- Informationen und vieles mehr zu Gesundheit und Wohlbefinden



**Bildungs  
Lokale**



## Programm

<b>1 Malteser</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Infostand mit Angeboten für Senior*innen und deren Angehörige</li><li>- Gehirnjogging</li><li>- Glücksrad</li></ul>
<b>2 Gesundheitsladen</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Infostand</li><li>- Ausstellung Patientenrechte</li><li>- Quiz „Kennen Sie Ihre Rechte als Patient*in“?</li></ul>
<b>3 Condrobs</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Infostand</li><li>- Buttons selbst gestalten</li><li>- Kinderschminken</li><li>- Wissenswertes rund um das Thema Cannabis</li><li>- <b>15.00 Uhr:</b> Kurzvortrag zum Thema Cannabis, mit Fragemöglichkeiten</li></ul>
<b>4 Fachstelle Pflegende Angehörige</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Infostand</li></ul>
<b>5 Selbsthilfzentrum</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Infostand</li><li>- Cycle up! Gestalte deine Selbsthilfetasche</li></ul>
<b>6 HebaVaria e.V.</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Trageberatung</li><li>- Ratespiel zum Thema Stillen</li></ul>
<b>7 Sozialdienst katholischer Frauen München e.V.</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Bewegungsparcours für Kinder</li><li>- Malstation</li><li>- Infostand zu den Themen fetale Alkoholspektrums Störung FASD, Rauchfrei in der Schwangerschaft – Gefahren für das Ungeborene bei Nikotinkonsum, Schwangerenberatung</li><li>- Zitronen-Minze-Wasser</li><li>- Obst- und Gemüsesnacks</li></ul>
<b>8 Verein für Kinder- und Familienhilfe e.V.</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Rätselspaß und Wurfspiel</li></ul>
<b>9 Stadtbibliothek Riem</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Medienauswahl zum Thema Gesundheit</li><li>- Mandalas malen</li><li>- Spiel „Fische angeln“</li><li>- <b>16.00:</b> Uhr Lesung der Autorin Sarah Rondrot „Der Daily Lama“</li></ul>
<b>10 Polizei</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Infostand zu den Themen Ausbildung/Beruf, Prävention, Einbruchschutz, Trickbetrug</li></ul>
<b>11 Jobcenter</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Infostand zu den Themen „Gesundheitsorientierte Beratung“ und Bildungspaket</li></ul>

<b>12 Kitz Haus am See</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Sinnesstation (riechen, schmecken, fühlen)</li><li>- Sinnesrätsel</li><li>- Frisches Brot mit selbstgemachter Kräuterbutter</li></ul>
<b>13 Herzensgesang</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Infostand</li><li>- <b>14.30:</b> Uhr Singangebot „Mit Tönen verwöhnen“ – mit einfachen Körper- und Stimmaufwärmübungen und einfachen Liedern aus aller Welt die eigene Stimme erleben und zur besten Freundin machen</li></ul>
<b>14 GesundheitsTreff Riem</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Glücksrad „Gewinnen Sie einen gesunden Snack“</li><li>- Erfrischung mit Geschmack</li><li>- Informationen zur Frühkindlichen Gesundheitsförderung</li><li>- Informationen und Beratung zum Thema Frauengesundheit</li><li>- Informationen zur Helicobacter Studie „HelicoPTER“</li><li>- Interaktives Eventkonzept</li></ul>
<b>15 Bildungslokal Riem</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- „Raten, Finden, Kombinieren: Zeig uns, was du kannst!“</li><li>- Spiele zu Geschicklichkeit, Konzentration und Aufmerksamkeit</li></ul>
<b>16 Perspektiven Verein/ Sozialreferat</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Infostand zu den Themen Vollmacht, Patientenverfügung, Betreuungsrecht</li></ul>
<b>17 Echo e.V.</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Auf die Plätze, fertig und „Äktschen“ – Bewegungsspiele für Groß und Klein</li></ul>
<b>18 Kompetenzzentrum Barrierefreies Wohnen</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Infostand „Barrierefreies Wohnen zu Hause“</li></ul>
<b>19 Seniorenvertretung</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Infostand</li></ul>
<b>20 Alten- und Servicezentrum Riem</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Infostand</li></ul>
<b>21 Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Infostand zum Thema soziale Dienste</li><li>- Körperfett-Messung</li></ul>
<b>22 Alzheimer Gesellschaft München e.V.</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Infostand</li></ul>
<b>23 Blaues Kreuz München e.V.</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Infostand</li><li>- Rauschbrille</li></ul>

Durch Ihre Teilnahme an der Veranstaltung erklären Sie, dass Sie die Veranstaltung auf eigenes Risiko besuchen. Außer für Schäden aus der Verletzung des Lebens, des Körpers oder der Gesundheit, die auf einer vorsätzlichen oder fahrlässigen Pflichtverletzung – auch einer\*ines gesetzlichen Vertreterin\*Vertreters oder einer\*ines Erfüllungsgehilfin\*Erfüllungsgehilfen der Veranstalterin – beruhen, und außer für sonstige Schäden, die auf einer

vorsätzlichen oder grob fahrlässigen Pflichtverletzung – auch einer\*ines gesetzlichen Vertreterin\*Vertreters oder einer\*ines Erfüllungsgehilfin\*Erfüllungsgehilfen der Veranstalterin – beruhen, verzichten Sie auf Ansprüche jeder Art für Schäden, die im Zusammenhang mit der Veranstaltung entstehen. Die Veranstalterin kann insbesondere nicht für Verletzungen oder Schäden haftbar gemacht werden, die durch Handlungen oder Versäumnisse Dritter entstehen.“