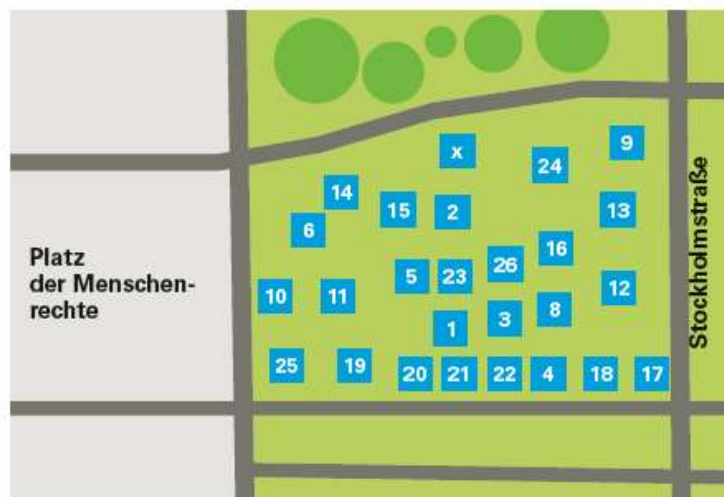


- | | |
|--|---|
| 24 Sophienkirche | - Offenes Angebot „Ruhe und Zeit für sich als Nährboden für Wohlbefinden im Alltag“ |
| 25 Münchenstift | - Beratung zum Thema Einsamkeit und Gesundheit
- Bewegungstraining
- Kraft-Balance-Training
- Shiatsu-Massage |
| 26 Interkulturelles Muslimisches Forum für 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 | facebook.com/gsmuenchen | instagram.com/gsr_muenchen | 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

1 Malteser	- Infostand mit Angeboten für Senior*innen und deren Angehörige - Gehirnjogging - Glücksrad
2 Gesundheitsladen	- Infostand - Ausstellung Patientenrechte - Quiz „Kennen Sie Ihre Rechte als Patient*in“?
3 Condrobs	- Infostand - Buttons selbst gestalten - Kinderschminken - Wissenswertes rund um das Thema Cannabis - 15.00 Uhr: Kurzvortrag zum Thema Cannabis, mit Fragemöglichkeiten
4 Fachstelle Pflegende Angehörige	- Infostand
5 Selbsthilfzentrum	- Infostand - Cycle up! Gestalte deine Selbsthilfetasche
6 HebaVaria e.V.	- Trageberatung - Ratespiel zum Thema Stillen
7 Sozialdienst katholischer Frauen München e.V.	- Bewegungsparcours für Kinder - Malstation - Infostand zu den Themen fetale Alkoholspektrums Störung FASD, Rauchfrei in der Schwangerschaft – Gefahren für das Ungeborene bei Nikotinkonsum, Schwangerenberatung - Zitronen-Minze-Wasser - Obst- und Gemüsesnacks
8 Verein für Kinder- und Familienhilfe e.V.	- Rätselspaß und Wurfspiel
9 Stadtbibliothek Riem	- Medienauswahl zum Thema Gesundheit - Mandalas malen - Spiel „Fische angeln“ - 16.00: Uhr Lesung der Autorin Sarah Rondrot „Der Daily Lama“
10 Polizei	- Infostand zu den Themen Ausbildung/Beruf, Prävention, Einbruchschutz, Trickbetrug
11 Jobcenter	- Infostand zu den Themen „Gesundheitsorientierte Beratung“ und Bildungspaket

12 Kitz Haus am See	- Sinnesstation (riechen, schmecken, fühlen) - Sinnesrätsel - Frisches Brot mit selbstgemachter Kräuterbutter
13 Herzensgesang	- Infostand - 14.30: 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
14 GesundheitsTreff Riem	- Glücksrad „Gewinnen Sie einen gesunden Snack“ - Erfrischung mit Geschmack - Informationen zur Frühkindlichen Gesundheitsförderung - Informationen und Beratung zum Thema Frauengesundheit - Informationen zur Helicobacter Studie „HelicoPTER“ - Interaktives Eventkonzept
15 Bildungslokal Riem	- „Raten, Finden, Kombinieren: Zeig uns, was du kannst!“ - Spiele zu Geschicklichkeit, Konzentration und Aufmerksamkeit
16 Perspektiven Verein/ Sozialreferat	- Infostand zu den Themen Vollmacht, Patientenverfügung, Betreuungsrecht
17 Echo e.V.	- Auf die Plätze, fertig und „Äktschen“ – Bewegungsspiele für Groß und Klein
18 Kompetenzzentrum Barrierefreies Wohnen	- Infostand „Barrierefreies Wohnen zu Hause“
19 Seniorenvertretung	- Infostand
20 Alten- und Servicezentrum Riem	- Infostand
21 Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.	- Infostand zum Thema soziale Dienste - Körperfett-Messung
22 Alzheimer Gesellschaft München e.V.	- Infostand
23 Blaues Kreuz München e.V.	- Infostand - Rauschbrille

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, 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.“

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.“