

# Verein LOGIN **loginsleben**

## *was wir tun:*

LOGIN, im Jahr 2002 gegründet, ist eine Organisation zur Gesundheitsförderung und Schaffung unterstützender sozialer Netzwerke. Schwerpunkt ist ein soziales Verständnis von Gesundheit: ein „Zustand des [...] körperlichen, geistigen und sozialen Wohlergehens“.

**Armut und Ausgrenzung überwinden, Gesundheit fördern**  
Zielgruppen im Verein LOGIN sind zumeist gesundheitlich benachteiligte und sozial isolierte Personen. Nach dem Salutogenese-Konzept von Antonovsky hilft LOGIN jene Faktoren im Leben von Menschen auszubauen, die für ihr körperliches, geistiges und soziales Wohlergehen wichtig sind. Dafür werden Verhältnisse geschaffen, die es Menschen ermöglichen, besser im Alltag zurechtzukommen. In einer Gesellschaft mit Entsolidarisierungstendenzen fühlen sich nicht nur Menschen mit psychosozialen Handicaps entmächtigt – durch bürokratisches Schubladendenken, Ausgrenzung und Armut. LOGIN stellt Strukturen, Anleitung und Motivationshilfen, in einem fördernden Setting bereit. Der Verein ist damit auch ein wichtiger Baustein bei der Nachbehandlung im Zuge einer integrierten Versorgung in der Sozialpsychiatrie: eine sozialtherapeutische Anschlussstelle für stationäre und ambulante Behandlungen. So können Abwärtsspiralen und soziale Milieubindungen überwunden werden.

### **Niederschwelliger und leistbarer Zugang**

Die 2011 gegründete loginBase im 15. Bezirk ist ein Ort, den man jederzeit (wieder) aufsuchen kann. So haben sich unterschiedliche Nutzungsweisen herausgebildet: Für die einen ist LOGIN zum fixen Bestandteil des Lebens geworden, der die Woche strukturiert und soziale Anlaufstelle bietet, andere nutzen LOGIN punktuell: als Überbrückungshilfe oder Sprungbrett.

### **Wohlfühlen ohne Gelddruck**

Im Rahmen von gesundheitsförderlichen Sport- und Bewegungsgruppen – ohne Leistungsdruck –, Achtsamkeits-Therapie- oder Konversationsgruppen wird Kontakt und Austausch auf mehreren Ebenen gepflegt. So entsteht Vertrauen; Wohl- und Sicherheitsgefühl werden gestärkt. Die Verbesserung von Selbst- und Gesundheitskompetenzen wird verfolgt sowie auch Alltagsfertigkeiten wie Kochen und gesunde Ernährung werden bei LOGIN gemeinsam praktiziert. So werden wichtige Schritte zur Selbstermächtigung und Selbstfür- bzw. vorsorge gesetzt.

### **Info und Beratung mit klaren Spielregeln: respect–no alcohol–no drugs–fair play**

LOGIN ist eine Zone, die frei von Alkohol und anderen Drogen ist. So können Menschen mit Suchtproblemen wichtige abstinenzgestützte Hilfeleistungen erhalten. In der loginBase finden regelmäßig Informations-, Beratungs- und Übungsstunden statt. Sie sind ein wichtiger Baustein im Prozess des Wiedererlangens einer gelingenden Lebensführung.

### **Interaktion auf gleicher Augenhöhe**

LOGIN schafft soziale Netzwerke. Eine entstigmatisierende Sprache sowie der wertschätzende Umgang miteinander sind selbstverständlich: Dieser Zugang sorgt für einen Ausgleich im Leben von armutsbetroffenen, sozial isolierten und gesundheitlich schlechter gestellten Menschen und gibt oft als „gescheitert“ geltenden Menschen wieder Würde und Selbstbestimmung zurück.

### **Kleines Team mit großer Wirkung**

Über 1000 unterschiedliche Personen nutzen pro Jahr die Angebote von LOGIN. Durchschnittlich ca. 200 Personen nutzen wöchentlich die Angebote von LOGIN. Das Kernteam ist mit fünf Personen in Teilzeit vergleichsweise klein, doch die finanziellen Möglichkeiten erlauben keine Vollzeitstellungen. Die Umsetzung der Angebote geschieht über einen Teil des Kernteams sowie 25 externe TrainerInnen, sowie ehrenamtlichen MitarbeiterInnen.

LOGIN kooperiert mit einer Vielzahl von Einrichtungen des Sozial- und Hilffsystems. Zuweisende Stellen sind u.a. Otto Wagner Spital, Anton Proksch Institut, Einrichtungen der Wohnungslosenhilfe, Flüchtlingsunterkünfte, u.a. Für seinen soziotherapeutischen, sozialintegrativen Ansatz wurde LOGIN mehrfach ausgezeichnet, zuletzt 2014 mit dem Vorsorgepreis des Landes Niederösterreich für österreichweite Projekte.

### **Ungleichheit verstärkt soziale Probleme**

Mit ihrer Unterstützung können wir gesundheitlichen und sozialen Ungleichheiten entgegenwirken und gesellschaftliche Teilhabe und bessere Lebensbedingungen für ausgegrenzte Personen ermöglichen. Durch alltagstaugliche Angebote, die Gesundheit und Selbstvertrauen stärken, werden Menschen „empowert“, Verantwortung zu übernehmen. Kostenintensive Behandlungen können reduziert werden und die Selbsterhaltungsfähigkeit wird unterstützt.

Der Benefit ist unmittelbar: für die Betroffenen und für die Gesamtbevölkerung: Eine gleichere Gesellschaft schafft sozialen Frieden und zufriedener, gesündere BürgerInnen.

# Verein LOGIN

## PROJEKTE:

### Go on! login!

Armut macht krank - Krankheit macht arm und beides isoliert! Go on! login! bietet soziale Teilhabe und Gesundheitsförderung für vulnerable Zielgruppen, v.a. wohnungslose und suchtkranke Menschen.

- \* Qi Gong
- \* Rückenfit
- \* Asiatische Bewegungskunst
- \* Ernährungsworkshops
- \* Psychotherapie (Einzel und Gruppe)
- \* Sozialberatung
- \* Gartenprojekt im Haus Gänsbachergasse
- \* Meditation
- \* Nordic Walking
- \* Redekreis
- \* Theater - Psychodrama



- \* Lebensqualität
- \* Lebensfreude
- \* Selbstbestimmung
- \* Teilhabe
- \* eine Aufgabe haben
- \* dazu gehören



### loginsIntegration: Fußball und Volleyball für geflüchtete Mädchen und Frauen

Zukunfts- und Alltagsorgen können am Sportplatz vorübergehend vergessen werden. Die jungen Frauen lernen nicht nur sportliche Fertigkeiten, sondern soziale, persönliche und andere alltagsrelevante Kompetenzen.



### loginsIntegration: Mamatreff – Deutschlernen

Während die Mütter im Deutschkurs sind, werden die Kleinkinder im Spielraum von ehrenamtlichen HelferInnen betreut.



### loginsIntegration – Vielfalt in Begegnung

Fremd zu sein schränkt ein, macht einsam und wirkt sich negativ auf die Gesundheit aus.

loginsIntegration bietet integrative Angebote für Geflüchtete, ÖsterreicherInnen und sonst in Wien ansässige Personen.



- \* Volleyballtraining
- \* Fußballtraining
- \* Kampfkunst
- \* Ausflüge
- \* Deutschlernprogramme



- \* Deutschlernprogramme
- \* Konversationsgruppen
- \* Feste
- \* Kochworkshops

### loginsGarten - Gartenkultur - Kulturgarten

Die Beschäftigung in der Natur hat nachweislich antidepressive Wirkung. Regelmäßige Treffen im login Garten, u.a. Gärten, kombiniert mit Ausflügen, unterstützen bei einem achtsamen Umgang mit sich und der Umwelt.



### Sportbewerbe: Prävention, Inklusion und Vernetzung

Teamsportprogramme: Volleyball und Fußball

- \* Turnierveranstaltung
- Login Cup, Cup der guten Hoffnung, u.a.
- \* Teilnahme an externen Turnieren
- \* Freundschaftsmatches
- \* Teilnahme an offiziellen Meisterschaftsbewerben
- Kleinfeldliga Fußball, Mixed Liga Volleyball
- \* Nordic Walking Bewerbe

Dabeisein auf Augenhöhe mit anderen Teams



### Kletterkurse als sozialintegrative Maßnahme

Der Klettersport ist trendy und abenteuerlich, zudem können Social Skills (Vertrauen, Zuverlässigkeit, u.a.) trainiert werden. Klettern ist jedoch auch teuer und man benötigt erfahrene PartnerInnen, die Sicherheit geben. Das Angebot richtet sich gezielt an Menschen mit psychischen und psychiatrischen Handicaps.

## loginsFrauenwelt: Selbstermächtigung Selbstbehauptung

Viele Frauen, die aus unsicheren sozialen Verhältnissen stammen, haben negative (Beziehungs)Erfahrungen gemacht haben. Es fehlt oft an Zutrauen in ihre eigenen Fähigkeiten. Mit den Workshopserien zu Selbstbehauptung und Selbstermächtigung werden Frauen empowert für ihre Wünsche und Bedürfnisse einzufordern.

rein ins Leben  
**loginsleben**

## loginsEhrenamt

Ehrenamtliche Mitarbeit - Viele Hände schaffen mehr!  
Bei Verein LOGIN gibt's immer was zu tun...  
Kinderbetreuung in der Spielstation, Unterstützung bei Renovierungen, Events, Umsetzung von Workshops...

## Naturkundliche Wanderungen – Bildungswandern/Kräuterwandern

Wandern gegen Depressionen. Bewegung an der frischen Luft, Natur- und Walderleben wirken positiv auf die Stimmung.



## Foodsharing – Fairteiler

Vorhandene Ressourcen nützen – diese LOGIN Philosophie spiegelt sich auch im Fairteiler wieder. Nicht mehr benötigte Lebensmittel werden im Fairteiler gesammelt und anderen zur Verfügung gestellt. Zudem wird jeden Tag den BesucherInnen der loginBase eine gesunde Jause kredenzt oder gerettete Lebensmittel gemeinsam verköcht.

## Plattform selbstinitiativ - People have the power!

Dieses Angebot unterstützt TeilnehmerInnen dabei eigene Ideen zu planen und umzusetzen. Auf diese Weise wird Vertrauen in eigene Fähigkeiten gestärkt. Von der Teilnahme an Nordic Walking Wettbewerben bis zu Singabenden, wurden zahlreiche Aktivitäten von den Teilnehmenden umgesetzt.



## loginsCoolTour – Kulturelle Aktivitäten

Armut bedeutet nicht nur finanzielle Armut, sondern Armut an Teilhabemöglichkeiten – über die CoolTour-Angebote werden Menschen mit Ausgrenzungserfahrungen in kulturelle Lebensbereiche eingeführt und können sich als Teil der Gesellschaft erleben.



## loginsGrätzlaktivitäten

Der Verein LOGIN ist im 15. Bezirk angesiedelt. Rudolfsheim-Fünfhaus zählt zu den ärmsten Bezirken in Österreich. Der Anteil der ausländischen BezirksbewohnerInnen liegt bei über 30% (höchster Wert eines Wr. Gemeindebezirks). Die sozialintegrative Arbeit des Vereins LOGIN ist in diesem Bezirk gut verortet und leistet hier wichtige Gemeinwesenarbeit.

Grätzlfeste, Grätzlspaziergänge, Baumscheibenbepflanzungen, Sportveranstaltungen mit anderen Bezirkseinrichtungen uvm.

## loginsAkademie

Regelmäßige Vortragsreihen zu alltags- und gesundheitsrelevanten Themen, erweitern Wissen und Gesundheitskompetenz der Teilnehmenden.



## Kontakt

Verein **login**  
Weiglasse 19/4-6  
A - 1150 Wien

+ 43664/8323607  
kontakt@loginsleben.at  
www.loginsleben.at

Spenden - Registrierungsnummer SO2319  
ZVR-Zahl: 425245873  
Easybank, IBAN: AT82 1420 0200 1035 5444, BIC EASYATW1