



login Verein zur Gesundheitsförderung und sozialen Integration

[loginBase] Weiglasse 19/4-6 1150 Wien Tel.: 0664/832 36 07 kontakt@loginsleben.at www.loginsleben.at

Folge uns auf Facebook: Verein LOGIN

Info & Anmeldung erfolgen, wenn nicht anders angegeben, über das Bürotelefon **0664/832 36 07** bzw. über **kontakt@loginsleben.at** Monatsbeitrag € 10,-

[loginBase] Sommerpause 12. -25. August

Büro-Öffnungszeiten Mo - Mi 9:30h - 17:00h, Fr 10:00h - 13:30h

OpenBase Kaffeetreff, Fairteilerkühlschrank, Internetcafé Mo - Mi 10:00h - 17:00h

Lebensmittelausgabe im Parklet/Kühlschrank Mo, Mi, Fr zw. 12:15h - 14:30h

Volxküche - gratis Mittagessen Di ca. 12:30h - ca. 14:00h

Infostunde Mi 14:00h alles, was du wissen musst...

Besonderheiten im Sommer

Die [loginBase] ist von 12. bis 25. August geschlossen

* Sommerschule **Deutschnachhilfe** für Pflichtschüler:innen * **SprachenTreff**

Englisch & Spanisch * **Clubabend, Literaturabend, Tanzabend,**

Spielenachmittag * **Picknick im Park** mit allen Sinnen genießen

* **Ernährungsworkshop Ayurveda** * **CoolTour** Kuffner Sternwarte & Naturhistorisches Museum * **Volleyball & Schwimmen beim Kaiserwasser Alte Donau**

Wöchentliche Kurse_ punktuelle Angebote_Workshops

MONTAG

Psychotherapie mit **Lloyd Agyeman** (entfällt am 26.8.)

Mo mit Terminvereinbarung, Selbstbehalt € 10,- [loginBase3]

Sommerschule Deutsch für **Pflichtschüler:innen** mit **Susanna** (entfällt am 12. & 19.8.)

Mo 10:00h - 11:30h Deutsch Nachhilfe, gemeinsam üben [loginBase]

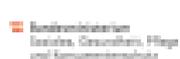
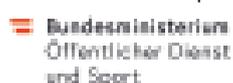
Nordic Walking mit **Reinhard**

Mo 10:30h - 12:00h Treffpunkt [loginBase] Stöcke können entlehnt werden

Community Nursing *Einzelberatung Orientierung Pflege & Betreuung*, mit **Theresa**

Mo 1.7., 11:00h, 11:45h, 12:30h mit Terminvereinbarung [loginBase]

LOGIN wird unterstützt von/kooperiert mit:



Aktivierende Ganzkörpergymnastik mit Radoslav (entfällt am 12. & 19.8.)
Mo 12:45 - 13:45h Mobilität & Stabilität - Anregende Ki Gymnastik [loginBase] oder Park

Sprachen Treff English mit Susanna (entfällt am 12. & 19.8.)
Mo 12:00h - 13:30h Englisch Konversation [loginBase]

Tischtennis oder Boccia mit Christian oder selbstorganisiert (entfällt am 12. & 19.8.)
Mo 13:00h - 15:00h Auer-Welsbach-Park, Treffpunkt [loginBase]

Über Bewegung gut zu sich kommen mit Oliver (entfällt am 12. & 19.8.)
Mo 16:00h - 18:00h Bewegung und aufmerksames Spüren [loginBase] oder Park

DIENSTAG

Initiative Volxküche mit Roswitha, Susi, Hanaa, u.a. (entfällt am 13. & 20.8.)
Di 9:30h - 14:00h Lebensmittel verwerten, verkochen, gemeinsam essen [loginBase]

Café Weltverbesserung mit Ilona oder Alfred (entfällt am 13. & 20.8.)
Di 10:00h - 12:00h Psychosoziales Philosophieren in der Gruppe [loginBase]

Sensomotorik und Balance mit Radoslav (entfällt am 13. & 20.8.)
Di 11:15h - 12:15h Übungen für Balance und Tiefenmuskulatur [loginBase] oder Park

Spazier mit mir! mit Radoslav oder Ilona (entfällt am 13. & 20.8.)
Di 14:15h - 15:45h Spazierrunden im Westen von Wien. Treffpunkt [loginBase]

Meditation & Achtsamkeit mit Sabine oder Nadine (entfällt am 13., 20. & 27.8.)
Di 16:45h - 18:00h Verweilen im Hier und Jetzt [loginBase]

Erzählcafé mit Radoslav
Di 16.7. 17:00h - 18:30h autobiografisches Erzählen [loginBase]

Aikido für Kinder (7- 14 Jahre) mit Jonas
Di 2. 9., & 16.7. 17:00h - 18:00h in der Sportanlage im Auer Welsbach Park

Shinson Hapkido Training für Körper & Geist mit Lars 0650/744 09 22
Di 16.7., 13. & 20.8. 18:15h - 19:45h [loginBase] / Park. Info & Anmeldung bei Lars

Keramik Workshop mit Claudia
Di 9. & 23.7. 14:00h - 17:00h tierisch gut - Tiere u.a. modelieren aus Ton [loginBase8]

Ernährungsworkshop Ayurveda mit Claudia
Di 30.7. 14:00h - 16:00h Einführung in die ayurvedische Kochpraxis [loginBase8]

MITTWOCH

Sommerschule Deutsch für Pflichtschüler:innen mit Susanna (entfällt am 14. & 21.8.)
Mo 10:00h - 11:30h Deutsch - Sommerübungsstunden [loginBase]

Fitte Gelenke mit Ilona (entfällt im August)
Mi 10:30h - 11:30h Gelenke mobilisieren und Muskeln aufbauen [loginBase] oder Park

Agendatreffen: Garten/Parklet mit Ara & Christian u.a. (entfällt am 14. & 21.8.)
Mi 11:00h - 14:00h Gartenpflege, Parklet renovieren, begrünen, u.a.

Disco Aerobic mit Ilona (entfällt im August)
Mi 11:45h - 12:30h Aerobic mit Musik [loginBase] oder Park

Initiative Hilfe bei Bewerbung, Lebenslauf und Jobsuche mit Susanna
Mi 12:00h, 13:00h, 14:00h mit Terminvereinbarung [loginBase]

Tischtennis oder Bocchia mit Christian oder selbstorganisiert (entfällt am 14. & 21.8.)

Mi 12:45h - 14:30h Treffpunkt [loginBase]

Rasten mit Radoslav (entfällt am 14. & 21.8.)

Mi 13:00h - 13:30h geführte Meditation [loginBase]

Initiative Fit für (Wieder)Einsteiger:innen mit Tom (entfällt im August)

Mi 14:00h - 15:00h Mobilisieren, Kräftigen, Aktivieren [loginBase] oder Park

Nordic Walking gemächlich/moderat mit Christian (entfällt am 14. & 21.8.)

Mi 14:45h - 16:15h mit oder ohne Stöcke. Schönbrunner Schloßpark. Treffpunkt [loginBase]

Sprachen Treff *Espagnol* mit Susanna (entfällt am 14. & 21.8.)

Mo 15:00h - 16:30h Spanisch Konversation [loginBase]

Schach Club mit René (entfällt am 10. & 17.7. und 14. & 21.8.)

Mi 16:00h - 19:00h [loginBase] oder Park

Ernährungsworkshops mit Sybille

Mi 17.7. 17:00h - 19:30h Picknick im Park, Genießen mit (allen) Sinnen

Mi 7.8. 17:00h - 19:00h Sommersalate die satt machen [loginBase]

Ballschule für Kinder mit Nick *Beyond Sports*

Mi 16:45h - 17:45h für Kinder ab 2J. Sportanlage Auer-Welsbach-Park. Anmeldung im Büro

Karate mit Kemal

Mi 17:00h - 18:30h Sportanlage im Auer-Welsbach-Park

Volleyball mixed mit Ali, Ilse, u.a.

Mi 17:30h - 19:30h Sportanlage im Auer-Welsbach-Park. Info bei Ilse 0676/3984461

Fußball Frauen mit Nick *Beyond Sports*

Mi 18:00h - 19:30h Sportanlage Auer-Welsbach-Park. Anmeldung im Büro: 0664/8323607

Fußball Männer mit Andi *Beyond Sports*

Mi 18:00h - 19:30h Sportanlage Auer-Welsbach-Park. Anmeldung bei Andi 0650/2794129

loginsFrauenwelten mit Simone

Mi 3. & 10.7. 16:00h - 18:30h Frauenkreis [loginBase]

Literaturabend mit Nadine

Mi 24.7. 17:00h - 19:00h Texte vorlesen und besprechen [loginBase]

DONNERSTAG

Rückengymnastik mit Christian (entfällt am 15., 22. & 29.8.)

Do 15:30h - 16:15h starker Rumpf, starker Rücken [loginBase] oder Park

Basketball im Park mit Radoslav (entfällt am 15. & 22.8.)

Do 15:30h - 16:30h Körbwerfen, Treffpunkt [loginBase]

Qi Gong mit Christian (entfällt am 15., 22. & 29.8.)

Do 16:30h - 17:30h Harmonisierung & Regulierung des Qi-Flusses [loginBase] oder Park

Nada Ohrakupunktur mit Astrid (entfällt im August, außer 29.8.)

Do 17:00h - 19:00h Selbstbehalt € 5,- [loginBase]

Workshop Beziehungsfähigkeit *Teil III* mit Ilona

Do 4.7. 17:00h - 19:30h für ein besseres Für - und Miteinander [loginBase8]

FREITAG

Hatha Yoga mit Sabine (entfällt am 2. & 30.8.)

Fr 8:00h - 9:00h *Zwinglikirche* Schweglerstr. 39, 1150 Wien

Fr 9:45h - 11:15h im Park, bei Schlechtwetter 2 Gruppen 9:30h & 10:45h [loginBase]

Baseforum - Hausparlament mit Alfred Fr 5.7. 12:00h [loginBase]

Wohlfühlgruppe mit Judith (entfällt am 16. & 23.8.)

Fr 13:30h - 15:30h Entspannung und Aktivierung [loginBase] oder Park

Karate mit Kemal Fr 17:00h - 19:00h Sportanlage Auer-Welsbach-Park

Initiative Percussion mit Robert Fr 16:00h - 17:30h [loginBase3] (entfällt am 16. & 23.8.)

Initiative Singen mit Helmut Fr 18:00h - 19:30h [loginBase] (entfällt am 16. & 23.8.)

Karaoke mit Ilona u.a. Fr 19.7. 18:00h - 21:00h Singen macht glücklich [loginBase]

Rechtsinfo zu Amter & Behörden *in Kooperation mit Verein "einfach unerhört!"*

Fr 27.7 & 31.8. 13:00h, 14:00h mit Terminvereinbarung [loginBase8]

SAMSTAG/SONNTAG

Clubabend mit Judith u.a., Sa 13.7., ab 16:00h feiern & tanzen [loginBase]

Tanzabend *Disco Fantastico* Fr 26.7. & 30.8. ab 19:30h [loginBase]

Spielenachmittag mit Judith u.a., Sa 3.8. ab 16:00h [loginBase]

Volleyball Mixed mit Robert Anmeldung bei Robert 0664/8673977

Sa 16:00h - 18:30h Jesuitenwiese, 1020 Wien

Sa 3.8. 14:00h Kaiserwasser **Alte Donau** Volleyball und Schwimmen

Initiative CoolTour mit Georg

So 14.7. 18:00h **Kuffner Sternwarte** Treffpunkt U3 Ottakring, Hinterer Ausgang

Sa 10.8. 11:30h **Naturhistorisches Museum** Treffpunkt vor dem Eingang, Maria-Theresien-Platz, Info & Anmeldung bei Georg: 0699/10773374

Cricket mit Aimal

Sa 15:00h - 18:00h Donauinsel, Höhe Schulschiff 1210 Wien oder Wiener Berg Gelände, 1120, Infos bei Aimal: 067762740250

Wanderungen moderat und für Geübte

So 14.7. 8:45h **Fels am Wagram für Geübte mit Reinhard** 0699/17171075

Treffpunkt: Bhf Heiligenstadt Schalterhalle, Einfach Raus Ticket, Kosten ca. € 9,- Jause und reichlich Trinken mitnehmen, inkl. Einkehr bis ca. 17:00h

So 28.7. 10.30h **Rund ums Mühlwasser moderat mit Christopher** 0660/7002877

Treffpunkt: Donaustadtbrücke U2, ca. 6km Strecke, Jause und Badesachen mitnehmen

So 11.8. 10.30h **Mauerbach - Kolbeterberg moderat mit Christopher** 0660/7002877

Treffpunkt: Wien Hadersdorf, S 50 (Kernzone), Jause und Badesachen mitnehmen

So 25.8. 9:45h **Maurebach bis Neuwaldegg für Geübte mit Reinhard** 0699/17171075

Treffpunkt: Bhf Hütteldorf Ausgang Keißlergasse, inkl. Einkehr bis ca. 17:00h

Klettern am Felsen mit Benni, David und Johannes (entfällt im August)

So 14. & 28.7. 12:00h Treffpunkt Bahnhof Liesing, vor dem Blumengeschäft. Beitrag € 3,- für Eintritt und Entlehnung. (Bus Wien Außenzone), Anmeldung mit SMS unter: 0681/84021666

Initiative Kickbox - Workout mit Michael So 18:45h - 20:15h [loginBase] (entfällt am 18. & 25.8.)