



## **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]**

**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 Mai

\* **Outdoor Eröffnung - Kursbetrieb im Auer-Welsbach-Park**

\* **Parklet - Renovierungstag** Fr 3.5. \* **Tango Workshop** So 5.5. \* **Schach Club** im

Park donnerstags \* **Community Nursing** Mo 6.5. \* **Catch´n Serve** im Park

montags \* **CoolTour** Wiener Aktionismus Museum Mi 15.5. \* **Clubabend** Sa 4.5. \*

**Konzert Trio MIKSCH** Do 16.5. \* **Karaoke** Fr 17.5. \* **Ernährungsworkshops**

**Grillen** Mi 8.5. und **Fermentieren** Mo 13.5. \* **Basketballturnier** Do 23.5. \*

**Tanzabend Disco Fantastico** Fr 24.5. \* **Volleyballturnier** Sa 25.5. \*

**Keramikworkshop** Di 28.5. \* **Flohmarkt** Do 30.5. - So 2.6.

### Wöchentliche Kurse\_ punktuelle Angebote\_Workshops

#### MONTAG

**Community Nursing** *Einzelberatung Orientierung Pflege & Betreuung*, mit Theresa  
Mo 6.5., 11:00h, 11:45h, 12:30h mit Terminvereinbarung [loginBase]

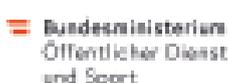
**Aktivierende Ganzkörpergymnastik** mit Radoslav (entfällt am 20.5.)

Mo 12:45 - 13:45h Mobilität & Stabilität - Anregende Ki Gymnastik [loginBase] oder Park

**Tischtennis** mit Christian oder selbstorganisiert (entfällt am 20.5.)

Mo 13:00h - 15:00h Auer-Welsbach-Park, Treffpunkt [loginBase]

LOGIN wird unterstützt von/kooperiert mit:



Angaben ohne Gewähr

**Workshop: Fermentieren - Lebensmittel haltbar machen mit Ara**

Mo 13.5., 14:00h - 16:00h Gemüse in Salzlake einlegen [loginBase]

**Über Bewegung gut zu sich kommen mit Oliver** (entfällt am 20.5.)

Mo 16:00h - 18:00h Bewegung und aufmerksames Spüren [loginBase] oder Park

**Catch´n Serve Ball über die Schnur mit Nick** (entfällt am 20.5.) *in Koopertion mit less4more*

Mo 16:30h - 18:00h Sportanlage Auer-Welsbach-Park

**Fußball Frauen mit Nick** (entfällt am 20.5.)

Mo 18:00h - 19:30h Sportanlage Auer-Welsbach-Park

**DIENSTAG**

**Psychotherapie mit Sandra Gubo-Schloßbauer**

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

**Initiative Volxküche mit Roswitha, Susi, Hanaa, u.a.**

Di 9:30h - 14:00h Lebensmittel verwerten, verkochen, gemeinsam essen [loginBase]

**Café Weltverbesserung mit Ilona oder Alfred**

Di 10:00h - 12:00h Psychosoziales Philosophieren in der Gruppe [loginBase]

**Sensomotorik und Balance mit Radoslav**

Di 11:15h - 12:15h Übungen für Balance und Tiefenmuskulatur [loginBase] oder Park

**Sozialarbeit/Beratung mit Lucia**

Di 10:00h, 11:00h, 12:00h, 13:00h mit Terminvereinbarung [loginBase]

**Spazier mit mir! mit Radoslav**

Di 14:15h - 15:45h Spazierrunden im Westen von Wien. Treffpunkt [loginBase]

**Meditation & Achtsamkeit mit Sabine**

Di 16:45h - 18:00h Verweilen im Hier und Jetzt [loginBase]

**Erzählcafé mit Radoslav**

Di 14.5. 17:00h - 18:30h autobiografisches Erzählen [loginBase]

**Aikido für Kinder (7 - 14 J.) mit Jonas** *Beyond Sports*

Di 17:30h - 18:30h Gymnastikraum 1, VS Reichsapfelgasse 30, 1150 Wien

**Shinson Hapkido - Training für Körper & Geist mit Lars**

Di 18:15h - 19:45h [loginBase] oder Park. Info & Anmeldung bei Lars: 0650/744 09 22

**Volleyball Mixed mit Alessio**

Di 18:30h - 20:30h Absberggasse 50, 1100 Wien. Info & Anmeldung bei Alessio: 0650/6540764

**Keramik Workshop mit Claudia**

Di 28.5., 14:00h - 17:00h tierisch gut - Tiere u.a. modelieren aus Ton [loginBase8]

**MITTWOCH**

**Karatedo mit Alfred, Axel und Kemal** (entfällt am 1.5.)

Mi 9:00h - 10:15h & 17:30h - 19:30h Training für Vitalenergie [loginBase] oder Park

**Fitte Gelenke mit Ilona oder Radoslav** (entfällt am 1.5.)

Mi 10:30h - 11:30h Gelenke mobilisieren und Muskeln aufbauen [loginBase] oder Park

**Agendatreffen: Garten/Parklet mit Ara u.a.** (entfällt am 1.5.)

Mi 11:00h - 14:00h Gartenpflege, Parklet renovieren, begrünen, u.a.

**Disco Aerobic mit Ilona** (entfällt am 1. & 8.5.)

**Mi 11:45h - 12:45h** Aerobic mit Musik [loginBase] oder Park

**Initiative Hilfe bei Bewerbung, Lebenslauf und Jobsuche mit Susanna** (entfällt am 1.5.)

**Mi 12:00h, 13:00h, 14:00h** mit Terminvereinbarung [loginBase]

**Initiative CoolTour Wiener Aktionismus Museum mit Harald**

**Mi 15.5., 12:00h** Weihburggasse 26, 1010 Wien, Anmeldung bei Harald: 0699/11199457

**Minitischtennis indoor oder im Park mit Christian oder selbstorganisiert** (entfällt am 1.5.)

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

**Rasten mit Radoslav** (entfällt am 1.5.) **Mi 13:15h - 13:45h** geführte Meditation [loginBase]

**Initiative Fit für (Wieder)Einsteiger:innen mit Tom** (entfällt am 1.5.)

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

**Nordic Walking gemächlich/moderat mit Christian oder Gabriela** (entfällt am 1.5.)

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

**Volleyball Picknick mit Robert, u.a. Mi 1.5., 15:00h - ca. 19:00h** Jesuitenwiese, Pratergelände

**Grillen mit Heilkräutern mit Sybille Mi 8.5., 17:00h - 19:00h** im Garten der [loginBase]

**loginsFrauenwelten mit Simone**

**Mi ab 8.5. 16:00h - 18:30h** Selbststärkung, Grenzen setzen, bei sich sein [loginBase]

**Ballschule für Kinder mit Nick Beyond Sports** (entfällt am 1.5.)

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

**Fußball Frauen & Männer mit Nick & Andi Beyond Sports** (entfällt am 1.5.)

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

## DONNERSTAG

**Kreativgruppe mit Christina** (entfällt am 9. & 30.5.)

**Do 11:00h - 14:00h** malen, basteln, gestalten [loginBase]

**Rückengymnastik mit Christian** (entfällt am 9. & 30.5.)

**Do 14:45h - 15:45h** starker Rumpf, starker Rücken [loginBase] oder Park

**Basketball im Park mit Radoslav** (entfällt am 9. & 30.5.)

**Do 15:30h - 16:30h** Körbwerfen, Treffpunkt [loginBase], **Do 23.5. TURNIER 3x3**

**Qi Gong mit Christian** (entfällt am 9. & 30.5.)

**Do 16:00h - 17:00h** Harmonisierung & Regulierung des Qi-Flusses [loginBase] oder Park

**Schach Club mit René Do 16. & 23.5., 16:00h - 19:00h** [loginBase] oder Park

**Nada Ohrakupunktur mit Astrid**

**Do 2., 16., 23.5., 17:00h - 19:00h** Selbstbehalt € 5,- [loginBase]

**CoolTour - Konzert TRIO MIKSCH** Blues, Jazz, Wiener Lied, Weltmusik...

**Do 16.5., 19:00h** Stadtraum Mitte 15, Rustensteg 2, 1150 Wien, freie Spende

**Flohmarkt [loginBase] Do 31.5. - So 2.6., je 9:00h - 18:00h**

## FREITAG

**Hatha Yoga mit Sabine**

**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 3.5., 12:00h** [loginBase]

**Wohlfühlgruppe mit Judith** (entfällt am 31.5.)

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

**Cricket mit Aimal Fr 16:00h** Dominik Hoffmann Halle, Jedelseerstr. 66 - 94, 1210 Wien

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

**Initiative Percussion mit Robert Fr 16:00h - 17:30h** [loginBase3] (entfällt am 31.5.)

**Initiative Singen mit Helmut Fr 18:00h - 19:30h** [loginBase] (entfällt am 31.5.)

**Karaoke mit Ilona u.a. Fr 17.5., 18:00h - 21:00h** Singen macht glücklich [loginBase]

**Aromatherapie - Die Rose - nicht nur Seelenduft mit Suzanne**

Fr 24.5., 14:00h - 15:30h Wissenswertes, Anwendungen, Mischen, Beitrag € 3,- [loginBase3]

**Aktionen am Nachbarschaftstag**

Fr 24.5., ab 14:00h Kaffee, Kuchen, Tischfußball, Minitischtennis, u.a., ab 16:00h

Trommeln, ab 18:00h Singen, ab 20:00h Tanzabend *Disco Fantastico*

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

Fr 31.5. 13:00h, 14:00h mit Terminvereinbarung [loginBase8]

## **SAMSTAG/SONNTAG**

**Clubabend mit Judith u.a., Sa 4.5., ab 16:00h** [loginBase]

**Volleyball Mixed mit Robert** Anmeldung bei Robert 0664/8673977

Sa 4. & 18.5. 16:00h - 18:30h Tigergasse 23-27, 1080 Wien

Sa 25.5., 10:00h - ca. 18:00h Turnier im Auer-Welsbach-Park

**Boxen mit Vasilij** Info & Anmeldung 0676/4170525

Sa 16:30h - 17:45h Kinder, 18:00h - 19:30h Erwachsene Turnsaal Grundsteingasse 56, 1160

**Initiative Singkreis mit Bettina Sa 11. & 25.5., 18:00h - 19:30h** Singen und Tönen [loginBase]

**Ballschule für Kinder mit Nick So 10:00h - 11:00h** Tigergasse 23, 1080 Wien

**Workshop Tango Argentino So 5.5., 15:45h - 17:15h** [loginBase] Beitrag € 5,-

**Wanderungen moderat und für Geübte**

So 5.5., 10.30h **Maurerwald - Gütenbachtal moderat mit Christopher** 0660/7002877

Treffpunkt: Station Kalksburg Kirchenplatz Bus 250; Jause mitnehmen, ca. 8km Strecke.

Sa 11.5., 10:30h **Steinhofgründe mit Kräuterjause moderat mit Ara** 0664/8323607

Treffpunkt: Linie 46A Station Feuerwache am Steinhof. Anmeldung im Büro

So 19.5., 9:00h, **Greifenstein bis Stockerau für Geübte mit Reinhard** 0699/17171075

Treffpunkt: Bhf Heiligenstadt, am Bahnsteig 1 inkl. Bahnkarte bis Greifenstein. Ende ca. 17:00h

Sa 25.5., 10:30h **Antonshöhe - Neolithischer Steinbruch moderat mit Ara** 0664/8323607

Treffpunkt: Station Maurer Lange Gasse, Linie 60, Anmeldung im Büro

**Klettern Halle oder Felsen mit Benni und Johannes**

So 5. & 26.5., 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]

**Vorschau Juni: Sommerfest im Auer-Welsbach-Park, Sa 29.6.**