

loginsProgramm in Zeiten von Corona April 2020



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: <https://www.facebook.com/Verein-login-288939811206358>
Infos unter 0664/832 36 07, Anmeldung unter kontakt@loginsleben.at**

Auch wir haben uns an die Situation angepasst und bieten LOGIN-Kurse teilweise in Online Formaten an. Das heißt, die Teilnahme an Kursen erfolgt über das Internet durch einen Zugang über einen Computer oder ein Smartphone. Es gibt Anleitungen zu den jeweiligen Kursen, wie ihr daran teilnehmen könnt.

Sucht euch einen passenden Platz in eurer Wohnung und dann geht es los mit dem Training, dem Austausch, den Übungen, der Vernetzung und dem Miteinander im Internet:
login@home ist unser Herangehen an die aktuellen Umstände.

Folgende Aktivitäten finden bis auf weiteres zu den angegebenen Zeiten statt:

MONTAG

Aikido mit Ryan

Mo 7:45h - 9:00h Weg der Harmonie, ZOOM Meeting

Inside out – Meditation mit Oliver

Mo 14:00h – 16:00h geführte Meditationsgruppe, ZOOM Meeting

Improvisationstheater mit Oliver

Mo 18:00h - 20:00h Improvisieren - hilfreich in diesen Zeiten, ZOOM Meeting

DIENSTAG

Cafe Weltverbesserung mit Alfred

Di 10:00h - 12:00h Diskutieren, Philosophieren, ZOOM Meeting

Coffee Lounge mit Bettina

Di 15:00h - 16:30h Tratschen, Plaudern, Kontakt halten, via SKYPE

Shinson Hapkido mit Lars

Di 18:00h - 19:30h Koreanische Kampfkunst, via JITSI

LOGIN wird unterstützt von:



LOGIN kooperiert mit:



MITTWOCH

Karatedo mit Alfred

Mi 10:00h - 11:00h Stärkung von körperlicher Fitness und Vitalkraft, ZOOM Meeting

loginsFrauenwelten mit Simone

Mi 15:00h - 16:00h Gewaltfreie Kommunikation, ZOOM Meeting

DONNERSTAG

Singkreis mit Bettina

Do 19:00h - 20:30h gemeinsam Singen und Tönen, ZOOM Meeting

FREITAG

Yoga mit Sabine

Fr 9:30h - 12:30h 2 Einheiten, ZOOM Meeting

Meditationen mit Bettina

Fr 18:30h - 19:45h geführte Meditationen, ZOOM Meeting

SONNTAG

loginsFrauenwelten mit Simone

So 10:00h - 11:00h Gewaltfreie Kommunikation, ZOOM Meeting

DIVERSE TAGE

Vortrag und Diskussion via ZOOM

Mi 8.4. 17:00h - 18:00h Ernährungsvortrag und Ernährungssquiz **mit Verena**

Fr 17.4. 18:00h - 19:30h Vortrag zu Resilienz und Widerstandskraft **mit Ute** (sollte man sich bis dahin wieder treffen dürfen, findet der Vortrag in der loginBase statt)

loginsFotomarathon

Schick uns 5 Fotos zu 5 unterschiedlichen Themen (bitte je Thema nur 1 Foto) aus deiner Zeit während Corona, via Email (kontakt@loginsleben.at oder whats app (0664/8323607), Einsendeschluß 1.5.2020, Präsentation der besten Fotos im Juni!

Ich bewege mich trotzdem/ der Frühling ist da/ Essen und Trinken/ darauf freue ich mich besonders/ Corona im Bilde

Schreibt uns eine E-Mail und gebt an, welcher Kurs euch interessiert. Wir schicken euch daraufhin eine Bestätigung und einen Link für den Zugang zum jeweiligen Kurs. Den Link erhaltet ihr teilweise sehr zeitnahe zum Kursbeginn.

Wir verwenden derzeit folgende Formate:

Zoom, Skype, Jitsi

und wie gehabt gibt es Konversation über whats app Gruppen

Anmeldungen unter: kontakt@loginsleben.at

Wir hoffen es geht euch gut und freuen uns von euch zu lesen, bzw. auf ein gutes Gelingen bei dem einen oder anderen Online Kurs.