

BEWEGUNGSRaum

für Besucherinnen und Besucher der Tagesstätte, Bewohnerinnen, Bewohner und Mitarbeitende der Stiftung Pigna sowie die Bevölkerung der Stadt Kloten

Kloten, 28. März 2024

Projektbeschreibung für Award meingleichgewicht

Übersicht

Gesuchstellerin

Pigna Raum für Menschen mit Behinderung

Kontaktperson

Carmen Feller, Leiterin Kommunikation
Tel: 044 800 75 13 / carmen.feller@pigna.ch

Über Pigna

Menschen mit Beeinträchtigung in ihrem Lebens-, Arbeits- und Wohnraum sind unser Auftrag. Mit Herz und Professionalität kümmern wir uns um unsere Klientinnen und Klienten. Wir fördern und unterstützen, begleiten, betreuen, beschäftigen und pflegen. Um diesen Auftrag zu erfüllen, bieten wir 147 Wohnplätze sowie 180 Arbeitsplätze in Werkstätten und einem Dienstleistungsbetrieb an. Zudem stehen 85 Plätze in der Tagesstätte zur Verfügung. Diese Arbeits- und Wohngemeinschaften befinden sich in Bülach und Kloten.

Ziel

Es entsteht ein Bewegungsraum für ein vielfältiges Zielpublikum. Den Besucherinnen und Besuchern des Bewegungsraums wird Raum gegeben, sich nach ihren Möglichkeiten zu bewegen und zu entspannen. Dazu animieren die vielseitige, interessante, gleichzeitig sichere Umgebung, die verschiedenen vorhandenen Gegenstände sowie die angebotenen Kurse. Die Angebote sind breit gefächert, alle aber verfolgen das Ziel, zu einem ausgeglichenen Alltag beizutragen.

Zielgruppe

Besucherinnen und Besucher der Tagesstätte, Bewohnerinnen, Bewohner und Mitarbeitende der Stiftung Pigna sowie die Bevölkerung der Stadt Kloten, die Freude an Bewegung haben oder einen Raum für Entspannung suchen.

Inhaltsverzeichnis

Übersicht.....	2
Inhaltsverzeichnis	3
1. Pigna Raum für Menschen mit Behinderung	4
2. Projektidee.....	4
2.1 Hintergrund.....	4
2.2 Ziel	4
2.3 Projektschwerpunkte.....	5
3. Projektverlauf.....	5
3.1 Vorgehen	5
3.2 Erste Phase (November 2023 – April 2024).....	6
3.3 Zweite Phase (Juni 2024 – Juni 2025).....	7
3.4 Bisherige Learnings	7
4. Gesuchstellerin/Kontaktperson	8
Anhang I	9

1. Pigna Raum für Menschen mit Behinderung

Die Stiftung Pigna ist ein soziales Unternehmen. Sie ist von Bund und Kanton Zürich anerkannt. Pigna (ital.) bedeutet Pinienzapfen. Die Pinie, ein immergrüner, ständig fruchttragender Baum, gilt von alters her als Sinnbild des Lebens und steht für Lebensfreude und sich erneuernde Lebenskraft.

Pigna wurde 1981 von 28 politischen Gemeinden aus dem Zürcher Glatttal und dem Zürcher Unterland sowie von einigen Organisationen und Privatpersonen gegründet. Menschen mit Beeinträchtigung in ihrem Lebens-, Arbeits- und Wohnraum sind unser Auftrag. Wir fördern und unterstützen, begleiten, betreuen, beschäftigen und pflegen. Um diesen Auftrag erfüllen zu können, bieten wir 147 Wohnplätze in verschiedenen Wohnformen an. Weiter stehen für Menschen mit Beeinträchtigung 180 Arbeitsplätze in Werkstätten und einem Dienstleistungsbetrieb sowie 85 Plätze in der Tagesstätte zur Verfügung.

Pigna ist an mehreren Standorten in Kloten und in Bülach tätig. Ein differenziertes Angebot an Therapiemöglichkeiten, ein gut ausgebauter Gesundheitsdienst, der einzigartige Pigna Park und eine Fachstelle für Agogik und Beratung gehören ebenso zu unseren Leistungen. Wir sind Ausbildungsorganisation für verschiedene Berufe im Sozialwesen und anerkannter IV- und SBFI-Lehrbetrieb.

2. Projektidee

2.1 Hintergrund

Pigna verfügt über einen sogenannten Gymnastikraum. Dieser ist aber in den vergangenen Jahren immer mehr zu einer Abstellkammer verkommen. Zwar sind verschiedene interessante Gegenstände (Trampolin, Home Trainer, Instrumente, Matratzen, ...) vorhanden, die Unordnung und das fehlende Angebot an Aktivitäten machten bisher jedoch wenig Lust, sich in diesem Raum körperlich auszupeinern oder ihn zu besuchen, um Entspannung zu finden.

Letztes Jahr sind von verschiedenen Seite Impulse für die Ausgestaltung eines Bewegungsangebots eingegangen:

- Klientinnen und Klienten wünschen sich Raum für verschiedene Arten von Bewegung.
- Eine Betreuungsperson führt im Rahmen einer Ausbildung als Arbeitsagoge eine Umfrage und ein probeweises Tanzangebot durch, welches auf grossen Anklang stösst.
- Der neu gegründete Angehörigenrat der Pigna sieht mehr Freizeit- und Bewegungsangebote als hohe Priorität.
- Die Tagesstätte, welche den Gymnastikraum in den vergangenen Jahren mehrheitlich nutzte, befürwortet eine Umgestaltung für mehr Bewegungs- und Entspannungsmöglichkeiten.

Diese Anregungen wurden zum Anlass genommen, die Neugestaltung des Gymnastikraums in Angriff zu nehmen. Es wurde die Projektgruppe Bewegungsraum ins Leben gerufen, welche aus einem Mitarbeiter im geschützten Arbeitsverhältnis sowie je einer Betreuungsperson aus dem Wohn- und dem Tagesstättenbereich von Pigna besteht.

2.2 Ziel

Der vorhandene, doch eher verstaubte, Gymnastikraum wird zu einem Bewegungsraum für ein vielfältiges Zielpublikum umgestaltet. Den Besucherinnen und Besuchern wird Raum gegeben, sich

nach ihren Möglichkeiten zu bewegen und zu entspannen. Dazu animieren die vielseitige, interessante, gleichzeitig sichere Umgebung, verschiedene Gegenstände und die angebotenen Kurse. Die Angebote sind breit gefächert, alle aber verfolgen das Ziel, zu einem ausgeglichenen Alltag beizutragen. Die Infrastruktur soll für jeweils beschränkte Zeit gemäss den Bedürfnissen der Benutzerinnen und Benutzer auf- und im Anschluss wieder abgebaut werden.

Den Erfolg des Bewegungsraums messen wir einerseits an der Nutzung des Raums (Anzahl Outlook-Reservierungen), andererseits an der Anzahl Teilnehmender an den Kursen. Die Planung der Aktivitäten wird fortlaufend evaluiert und angepasst. Die Koordination und Verantwortung des Bewegungsraums obliegt der Tagesstätte Graswinkel Süd.

2.3 Projektschwerpunkte

Der neugestaltete Bewegungsraum deckt drei Schwerpunkte ab:

- **Bewegung**
Wir bieten eine breite Palette an Bewegungsmöglichkeiten an. Sei dies bei einem Tanzkurs, beim Yoga oder selbstständig auf dem Hometrainer. Es ist für jeden und jede etwas dabei. Gewisse Personengruppen besuchen den Raum im Rahmen ihrer Tagesstruktur, andere in ihrer Freizeit. Das Angebot soll zum Bewegen animieren, die Nutzung ist jedoch jederzeit freiwillig. Basierend auf der Umfrage gehen wir davon aus, dass insbesondere das Angebot an Tanz auf grossen Anklang stossen wird.
- **Entspannung**
Gewisse Bewegungsangebote, wie bspw. Yoga, dienen auch der Entspannung. Weiter gibt es verschiedene Matratzen, Liegestühle und einen Sitzsack, auf welche man sich zurückziehen kann und, falls gewünscht, auch leise, entspannende Musik laufen lassen kann. Das breite basale Angebot (Massagen, Düfte, Vibration...) dient ebenfalls der Entspannung.
- **Begegnung**
Bewohnerinnen, Bewohner und Mitarbeitende aus verschiedenen Bereichen haben die Möglichkeit sich im Bewegungsraum zu verabreden oder sich spontan zu treffen. In den frei nutzbaren Zeiten soll der Raum ausserdem Begegnungen zwischen Menschen ermöglichen, die sich im Alltag nur selten begegnen. Höhepunkt des Projekts sind öffentliche Sportkurse, welche im Bewegungsraum angeboten und von internen und externen Personen besucht werden.

3. Projektverlauf

3.1 Vorgehen

Auf Basis einer Umfrage (siehe Anhang I) und verschiedenen Nachforschungen wurde von der Projektgruppe ein Konzept erstellt. Die Gestaltung des Bewegungsraums wird in zwei Phasen geteilt. In der ersten Phase wird ein Konzept erstellt, um möglichst allen Zielgruppen und Bedürfnissen gerecht zu werden. Ausserdem wird der Raum aufgeräumt und erste Umgestaltungen mit vorhandenen Mitteln vorgenommen. Die erste Phase wird per Ende April abgeschlossen. In der zweiten Phase werden verschiedene Anschaffungen getätigt, das interne Kursangebot ausgebaut und der Einbezug der Bevölkerung von Klotten aufgegleist.

3.2 Erste Phase (November 2023 – April 2024)

a) Konzepterstellung

Im erstellten Konzept wurden folgende Nutzungsmöglichkeiten für die verschiedenen Adressatinnen und Adressaten festgelegt.

Das Angebot des Bewegungsraums richtet sich an:

- Bewohnerinnen und Bewohner der Stiftung Pigna...
- Besucherinnen und Besucher der Tagesstruktur von Pigna...
- Mitarbeitende im geschützten und ungeschützten Arbeitsverhältnis mit Pigna...
- Bewohnerinnen und Bewohner der Stadt Kloten...

..., die sich...

- ... gerne bewegen
- ... Interesse und Freude an eigener Aktivität haben
- ... einen Raum zur Entspannung oder für Begegnungen suchen

Konkret steht der Bewegungsraum den verschiedenen Gruppen für folgende Angebote zur Verfügung:

- Bewegungs-, Entspannungs- und basale Angebote für die Besucherinnen und Besucher der Tagesstätte: Montag - Freitag, 9-11:30, 13-16 Uhr
Ab April 2024 stehen basale Angebote als Kurse auch den Bewohnerinnen und Bewohnern sowie den Mitarbeitenden zur Verfügung.
- Ruheangebote für Mitarbeitende: Montag - Freitag, 11:30-13 Uhr
- Bewegungsangebote für Bewohnerinnen und Bewohner, Mitarbeitende und Externe: Montag – Freitag vor 9 und nach 16 Uhr sowie an den Wochenenden

Durch das Reservationstool im Outlook kann der Raum reserviert werden.

b) Raumgestaltung

Der Raum wurde aufgeräumt. Es konnte ein Nebenraum als Abstellraum gewonnen werden, wo grössere Gegenstände (bspw. Trampolin) verstaut wurden. Andere Dinge, welche nicht genutzt wurden, wurden verschenkt. Basierend auf den Ergebnissen der Umfrage (siehe Anhang 1) wurde bei der Neugestaltung Raum für folgende Aktivitäten geschaffen:

- Tanzen
- Ballsport
- Bowling
- Federball
- Yoga
- Basale Stimulation
- Entspannungs- und Ruhemöglichkeiten

Weiter wurden Material-Schränke mit Metacom-Symbolen versehen, im Keller entdeckte Disco-Lichter installiert und ein grosses neues Bild für die Wand gestaltet.

3.3 Zweite Phase (Juni 2024 – Juni 2025)

Nach einer Übergangsphase, in welcher die Nutzung genau beobachtet wird und Rückmeldungen gesammelt werden, starten wir Phase zwei, welche in erster Linie aus der Anschaffung einiger Gegenstände und der Ausdehnung des Kursangebots besteht.

a) Anschaffungen

Eine wichtige Ausstattung für viele Kurse ist eine Spiegelwand. So kann man sich bspw. beim Tanzen sehen und selbst wahrnehmen. Diese Anschaffung ist für Sommer 2024 geplant, nach entsprechender Finanzierung, bspw. mit dem Preisgeld des Awards von meingleichgewicht.

Ausserdem sind weitere Anschaffungen und Erweiterungen geplant:

- Lautsprecher, der sich mit Bluetooth verbinden lässt
- Weitere Hilfsmittel für Basale Angebote (Massage, Dürfte, Vibration)
- Kleine Tee-Ecke (Möglichkeit Tee/Wasser zu trinken)

b) Ausbau interner Kurse

Die internen Kurse werden laufend ausgebaut. Bereits in Planung ist Zumba mit einer Betreuerin aus der Tagesstätte und ein weiteres Tanzangebot mit einer Betreuerin aus dem Wohnen, welche sich bereits als Abschlussprojekt der Lehre mit Bewegung und Tanz befasst hat. Diese Kurse stehen allen Angehörigen von Pigna offen und sind für die Teilnehmenden kostenlos.

c) Einführung externer Kurse

Ab 2025 ist eine Zusammenarbeit mit einem oder mehreren der fünf Fitness-Center, welche es in Kloten gibt, geplant. Diese erhalten die Möglichkeit, öffentliche Kurse in unserem Bewegungsraum anzubieten, woran wiederum auch Angehörige der Pigna teilnehmen können. Alternativ könnte eine solche Zusammenarbeit auch mit der Stadt Kloten oder Privatpersonen, die Kurse anbieten, stattfinden.

Voraussetzung ist, dass unser Raum vollständig eingerichtet ist, beispielsweise mit einer Spiegelwand. Somit ist die Aufgleisung der Partnerschaften für Herbst 2024 geplant.

3.4 Bisherige Learnings

- Das Vorgehen möglichst alle Adressatinnen und Adressaten abzuholen, hat sich als erfolgreich herausgestellt. Es sind spannende Ideen zusammengekommen und alle können sich mit dem Raum identifizieren. Es entsteht das Gefühl eines Gemeinschaftsprojekts – was es ja auch ist.
- Viele Aktivitäten finden in den unterschiedlichen Bereichen (Wohnen – Arbeit – Tagesstätte statt). Es ist zwar herausfordernd, bringt aber grossen Mehrwert, abteilungsübergreifend zusammenzuarbeiten.
- Es hat sich bewährt zunächst zu schauen, was wir ohne grosse Investitionen aus dem Raum rausholen können. Während der Umgestaltung hat sich genauer herauskristallisiert, was es noch braucht.

4. Gesuchstellerin/Kontaktperson

Pigna Raum für Menschen mit Behinderung
Graswinkelstrasse 52
8302 Kloten
www.pigna.ch
IBAN: CH93 0900 0000 8000 0335 3

Kontaktperson:

Carmen Feller, Leiterin Kommunikation
044 800 75 13
kommunikation@pigna.ch

Wir danken Ihnen herzlich für die Prüfung unseres Gesuchs.

Anhang I

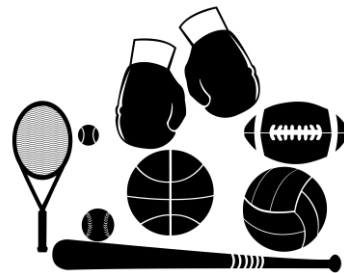
Umfrage Gymnastikraum

Wir von der AG Fitness/Gymnastikraum möchten den Gymnastikraum neugestalten, damit der Raum wieder mehr für Bewegung, Sport und Gymnastik genutzt wird. Deshalb starten wir diese Umfrage, um herauszufinden wie der Gymnastikraum aussehen soll. (Gerne dürfen Bewohnerinnen, Mitarbeiterinnen und Personal an der Umfrage teilnehmen)

Wie sollen wir den Gymnastikraum gestalten...?

Welche Geräte oder Inventar braucht es...?

Sollen wir Angebote anbieten (intern/extern) ...?
(Beispiel: Tanzen, Ballsport, Yoga)



Bitte schreibt eure Ideen auf.

Bitte sendet das Formular bis am 04. Februar zurück an Barbara WG6 oder Aleks Park/Ati Süd.

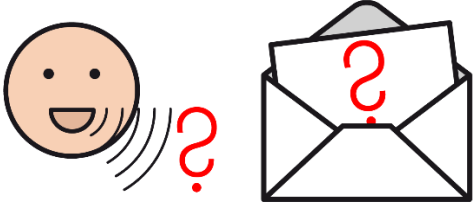
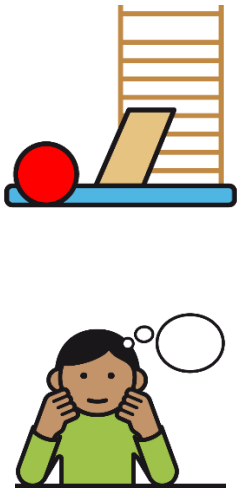
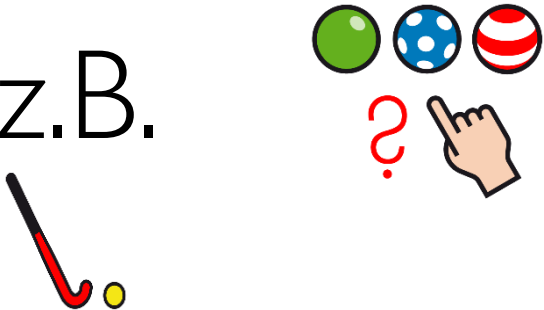


Vielen herzlichen Dank 😊
AG Fitness/Gymnastikraum: Barbara, Pascal und Aleks



Umfrage Gymnastikraum

Liebe Teilnehmende

	<p>Wir machen eine Umfrage.</p>
	<p>Wie sollen wir den Gymnastikraum gestalten?</p>
<p>z.B.</p> 	<p>Welche Geräte oder Inventar braucht es?</p>

	
<p data-bbox="220 651 427 772">z.B.</p> 	<p data-bbox="791 674 1331 819">Oder sollen wir Angebote anbieten (intern/extern) wie Tanzen, Ballsport, Yoga...?</p>
	<p data-bbox="791 1160 1347 1200">Bitte schreibt eure Ideen auf.</p>
	<p data-bbox="791 1395 1337 1435">Vielen Dank fürs Mitmachen!</p>