



**obvita**

# Talentwerkstatt

Wir schaffen Lebensqualität.



# Zusammen schlummernde Talente wecken



Die Talentwerkstatt von obvita bietet befriedigendes und ergebnisorientiertes Arbeiten ohne wirtschaftlichen Leistungsdruck. Unser Angebot richtet sich an Bewohnerinnen und Bewohner von obvita sowie an externe Interessierte.

Bei diesen vielfältigen Tätigkeiten stehen immer die individuellen Bedürfnisse jedes einzelnen Teilnehmenden im Vordergrund. So schaffen wir gemeinsam einen abwechslungsreichen und doch geregelten Tagesablauf.



## **Erfüllende Tätigkeiten für Menschen mit Beeinträchtigung**

Wir bieten eine grosse Auswahl an Aktivitäten. So finden wir gemeinsam mit den Teilnehmenden Tätigkeiten, die auf die persönlichen Bedürfnisse zugeschnitten sind.

Die Angebote reichen von Gartenarbeit über Kochen bis hin zu kreativem Malen oder Musizieren. Auf den folgenden Seiten finden Sie eine Übersicht zu den aktuellen Angeboten unserer Talentwerkstatt.



## **Persönliches Programm**

Gemeinsam mit unseren Besucherinnen und Besuchern stellen wir jeweils ein persönliches Programm zusammen, das auf ihre Vorlieben abgestimmt ist. Die Anzahl und Dauer der Besuche in der Talentwerkstatt werden, wo möglich, berücksichtigt. Bei genügend Bedarf und Interesse erschaffen wir auch neue Module.

## **Interessiert?**

Sie beziehen eine IV-Rente und suchen eine regelmässige Tagesstruktur? Dann sind Sie bei der Talentwerkstatt genau richtig. Kommen Sie zu einem Schnuppertag und lernen wir uns gegenseitig kennen. Wir regeln mit den zuständigen Stellen die Kostenübernahme.



[www.obvita.ch](http://www.obvita.ch)

Wir freuen uns auf Sie.

So erreichen Sie uns:

Telefon **071 246 62 19**

E-Mail [talentwerkstatt@obvita.ch](mailto:talentwerkstatt@obvita.ch)

# Modul «Achtsamer Umgang»



Entspannung und ein achtsamer Umgang mit sich selbst gehören zu den Kernthemen dieses Moduls. Als Einstieg führen wir jeweils eine Befindlichkeitsrunde mit Wochenrückblick durch. Ausserdem besprechen wir aktuelle und herausfordernde Themen.

Dabei kommen Angebote wie Gesprächsrunden zur eigenen Befindlichkeit wie auch Diskussionen zu herausfordernden Themen zum Tragen. Darüber hinaus aktivieren wir die Vorstellungskraft und mentale Entwicklung durch Atemübungen, Vorlesen von Geschichten, wie auch durch gemeinsame Fantasiereisen.

## « Achtsamkeit pflegt den Körper, die Seele und den Geist. »

Trainingseinheiten für die Rücken- oder Beinmuskulatur und der achtsame Umgang mit dem Körper, dem sogenannten Bodyscan gehört wie das Schulen des Tast-, Geschmacks- und Geruchssinns zum Programm.

Den Teilnehmenden ist es jederzeit möglich, Entspannung im Wellnessraum auf einer Liege mit Entspannungsmusik zu erfahren.

# Modul «Atelier»



Kreative und schöpferische Handarbeiten mit verschiedenen Materialien und Techniken stehen im Mittelpunkt dieses Moduls. Individuell angepasst an die Wünsche und Fertigkeiten unserer Teilnehmenden.

Durch Malen, Nähen, Weben, Knüpfen und auch Filzen entstehen so persönliche Kunstwerke, die mit nach Hause genommen werden können, im hauseigenen Verkaufsstand feilgeboten werden oder bei Ausstellungen ihre Wertschätzung finden. Collagen, Bilder aus Kreide, Farbstift, Wasser- und Acrylfarben in allen Grössen, geknüpft oder gewebte Wand-

teppiche und Tiere aus Perlensträngen sind einige Beispiele, die in unserem Modul dank des Einsatzes unserer Teilnehmenden das Licht der Welt erblicken.

In der Talentwerkstatt von obvita fördern wir die Eigeninitiative der Teilnehmenden und setzen Ideen und Projekte um, zu denen sie selbst beigetragen haben.

« Mit schöpferischem Handwerk viel Freude bereiten. »

# Modul «Ausflüge»



Mit diesem Modul bieten wir den Teilnehmenden die Möglichkeit, ausserhalb der Talentwerkstatt viele gemeinsame Erlebnisse zu geniessen. Dabei ist uns auch die Stimme der Teilnehmenden wichtig – Vorschläge für Ausflugsziele sind bei uns sehr willkommen.

Die Aktivitäten sind sehr vielfältig: Wir gehen in verschiedene Museen, in die Natur, wir erweitern unser Wissen, haben Kontakt zu verschiedenen Tieren, gehen in Pärke, besuchen andere Institutionen und empfangen sie auch bei uns. Unternommen wird, worauf sich die Teilnehmenden einigen.

« **Vielfältige Eindrücke sammeln aus unseren Ausflügen.** »

Die gemeinsamen Erlebnisse stärken den Zusammenhalt der Gruppe. Auch der Kontakt zu der Aussenwelt ist bei diesem Modul gegeben.

# Modul «Backen»



Die himmlisch duftende Welt der Backstube steht im Zentrum dieses Moduls. Die Teilnehmenden backen Brote und Zöpfe für die Wohngruppen von obvita. Kuchen, Kekse, Crèmes und Farmer-Riegel stehen bei den Backenden wie auch bei den Kundinnen und Kunden mindestens ebenso hoch im Kurs.

Die manuellen Tätigkeiten des Knetens, Schneidens oder Schälens zeigen sich dabei als sehr wertvoll für die Motorik der Teilnehmenden. Zudem wird der Umgang mit verschiedenen Gerätschaften wie Messer, Schäler, Pfanne, Raffel oder Mixer erprobt.

## « Diese Backwaren machen einfach alle glücklich. »

Ein aktives Mitdenken und Planen durch die Teilnehmenden fördern wir durch ein gemeinsames Erstellen von Einkaufslisten und der Ablauf- und Arbeitsplanung zu den verschiedenen Backwaren. Natürlich gehört der Abwasch des Geschirrs und der Gerätschaften ebenfalls zu den üblichen Tätigkeiten.

# Modul «Bewegung»



Gesundheit durch Bewegung zu fördern, bedeutet in unserem Modul «Bewegung», vor allem auch den Kontakt mit der Aussenwelt zu stärken. Besuche in der Schaukäserei, die «Drei Weihern» oder dem Wildpark «Peter und Paul» in St. Gallen gehören mit zu den Angeboten.

Das gewohnte Umfeld verlassen und die Nähe zur Natur geniessen, schafft neue Eindrücke und

**« Wir bleiben in Bewegung und tanken dabei positive Energie. »**

positive Energie. Bei ungezwungenen Gesprächen tauschen sich die Teilnehmenden aus und erzählen, was sie beschäftigt und bewegt.

Beim Picknicken in der Natur oder Besuchen in Restaurants erleben sie Autofahrten oder erlernen den Umgang mit den öffentlichen Verkehrsmitteln. Bei Spaziergängen passen wir die Laufgeschwindigkeit stets so an, dass sich alle wohlfühlen.

Wo immer möglich, berücksichtigen wir die Wünsche der Klientinnen und Klienten und setzen diese gruppengerecht um.

# Modul «Erlebnis Wald»



Mutter Natur und ihre Wirkung auf den Menschen mit allen Sinnen erleben. Das ist ein Ziel des Moduls «Erlebnis Wald». Aus der Vielfalt der Natur, ihren Lebensformen, Gerüchen und Geräuschen Lebensfreude schöpfen und den Erfahrungshorizont erweitern.

Bei spielerischen und zwanglosen Expeditionsreisen bauen und betreiben wir Feuerstellen, sammeln und verarbeiten die Früchte des Waldes, kochen diese im Team und gestalten mit Naturmaterialien. Dabei spielen wir Bewegungs- und Sinnesspiele, bauen Waldsofas und fördern die Beweglichkeit und

Agilität der Teilnehmenden. Dies bei jedem Wetter. Denn die Erfahrung von Regen oder Schnee gehört mit zu den intensivsten Naturerlebnissen. Die Teilnehmenden lernen, wie sie sich durch das Aufhängen von Planen und dem Entfachen eines trocknenden Feuers schützen können.

Das Modul ist für alle zugänglich, auch mit Rollstuhl oder Rollator.

«**Sich als ein Teil der vielfältigen Natur erleben.**»

# Modul «Garten»



Die Teilnehmenden des Moduls «Garten» bewirtschaften den eigenen Schrebergarten im Stephanshorn sowie einen Kräutergarten auf dem Gelände von obvita.

Zu den Aufgaben gehört der gemeinsame Einkauf von Samen und Setzlingen, das Jäten des Unkrauts, das Schneiden von Sträuchern und das Säen und Ernten von Gemüse, Obst und anderen Pflanzen.

Der Schrebergarten mit Aussicht auf den Bodensee lädt zudem zum Erholen, Spielen und Grillieren ein. Dabei sorgen alle Teilneh-

## « Säen, um eine gute Zeit zu ernten. »

menden für beste Ordnung im Gartenhäuschen und der Umgebung.

Die Ernte wie Salat, Karotten, Paprika und vieles mehr wird dann zusammen gekocht und genossen.

# Modul «Kochwerkstatt»



Im Modul «Kochwerkstatt» dreht sich alles um wertvolle Lebensmittel und gesunde Ernährung. Wer Freude am Kochen hat, oder dies lernen möchte, ist hier richtig.

Jeden Vormittag bereiten Teilnehmende ein ausgewogenes und oft vegetarisches Mittagessen für das «Wohnen im Erwerbsalter» von

«**Regional, saisonal, gesund und mit viel Freude gekocht.**»

obvita zu. Gekocht wird Saisonales und Regionales, das die gesundheitlichen Bedürfnisse unserer Gäste berücksichtigt.

Das gemeinsame Erstellen des Menüplans und die Organisation der einzelnen Arbeitsabläufe sind wichtiger Bestandteil des gemeinsamen Kochens. Darüber hinaus lernen oder erhalten sich die Teilnehmenden die Fähigkeit zu Rüsten, Waschen, Schneiden und Schälen von Gemüse und Früchten. Und so auch den Umgang mit verschiedenen Küchenutensilien und Geräten.

Wir setzen blindenspezifische Hilfsmittel ein.

# Modul «Küchenzauber»



Die Teilnehmenden des Moduls «Küchenzauber» lieben Lebensmittel und schätzen abwechslungsreiche Arbeiten wie Haltbarmachen, Abfüllen und Anschreiben verschiedener Produkte.

Da die gefertigten Produkte an Märkten verkauft werden, sind eigene und neue Ideen immer gefragt. Wichtig ist dabei immer, saisonal und regional zu sein. Sei es Holunderblütensirup und Bärlauchnudeln, Tomatensugo und Konfitüren, Holundergelée und Apfelingli, diverse Pasta oder auch Bruschoggi – es gibt immer viel Leckeres herzu-

« Viel Freude am Herstellen von Produkten und deren Verkauf. »

stellen. Dabei werden Hygiene und Sicherheitsvorkehrungen gewährleistet.

Und am Schluss erfreuen wir uns an unseren vielseitigen Endprodukten und am Verkauf.

# Modul «Medienwerkstatt»



In der Medienwerkstatt fördern wir die digitale Teilhabe von Teilnehmenden und den Abbau von digitalen Barrieren.

Unsere Klientinnen und Klienten bringen dabei ihre Wunschthemen ein: Neulinge erlernen die Bedienung eines Computers; Fortgeschrittene tauchen in Programme ein, die sie schon lange einmal kennen lernen wollten: zum Beispiel

« Den Horizont erweitern mit digitalen Hilfsmitteln. »

Gestalten und Schreiben in Word oder Power-Point, Tabellen erstellen in Excel oder Anwenden von barrierefreien Hilfsmitteln.

Zu weiteren Themen zählen Internet, E-Mail und Social Media, Handy, Tablet oder Digital-kamera. Wir werfen auch regelmässig einen Blick in die Zukunft: Was kommt im digitalen Bereich Neues auf uns zu – beispielsweise mit der Künstlichen Intelligenz?

Das selbstständige Arbeiten und das Treffen von eigenen Entscheidungen werden aktiv gefördert.

# Modul «Musik»



Alle, die gerne singen und musizieren sind bei uns genau richtig.

Wir sitzen in einer gemütlichen Runde zusammen, singen Lieder in verschiedenen Sprachen und aus allen Regionen dieser Welt, und gehen auch individuell auf Wünsche ein.

Wir widmen uns traditionellen und aktuellen Songs und schwingen auch mal das Tanzbein, wenn uns danach ist. Je nach Lied beziehen wir auch verschiedenste Instrumente in unser Musizieren mit ein: Gitarre, Rasseln oder Trommeln dürfen nach Belieben benutzt wer-

« Mit Musik macht alles viel mehr Spass. »

den und sorgen für eine tolle Stimmung. Singspiele, Rhythmus, aber auch Turnen zur Musik runden unser Programm ab.

Teilnehmen können alle, mitzubringen ist nur ein bisschen gute Laune.

# Modul «Naturprodukte»



Unsere gemeinsamen Experimente bauen immer auf natürlichen Zutaten. Zum Beispiel auf unseren hauseigenen Lavendel, den wir für Duftsäckchen verwenden. Oder reinen Bienenwachs, den wir schmelzen, um daraus verschiedene Pflegeprodukte herzustellen. Manchmal komponieren wir neue Teemischungen mit getrockneten Kräutern.

So erwerben unsere Teilnehmenden sinnliche und praktische Kenntnisse rund um Naturprodukte und deren Verarbeitung. Dazu gehören auch Tätigkeiten wie Anrühren, Umrühren oder Abwägen und die Verwendung von Hilfsmitteln.

Unser Ziel im Modul ist es, die Motivation der Klientinnen und Klienten zu aktivieren und zu erreichen, dass sie Neues oder Unbekanntes kennenlernen. Das Mitdenken und Planen der herzustellenden Produkte ist dabei immer erwünscht.

So fertigen unsere Teilnehmenden wertvolle Konsumgüter, die geschätzt und gekauft werden.

« Natur erleben und sinnvoll verarbeiten. »

# Modul «Wellness»



Entspannung für den Körper und den Geist ist bei unseren Teilnehmenden ein angesagtes Thema. Der gegenseitige Austausch zum eigenen Wohlbefinden und den daraus entspringenden Wünschen, bilden oft den Einstieg ins Modul Wellness.

Diese Themen stellen das Wunschkonzert unserer Teilnehmenden dar, das aus Fussbädern, Fuss-/Handmassagen oder Nacken-/Kopfmassagen bestehen kann.

Entspannende Düfte und Musik sorgen dabei für eine angenehme Atmosphäre. Auch Pflege

## « Entspannung für Körper und Geist.» »

bringt Entspannung. Zum Beispiel schneiden, feilen oder bemalen wir Fingernägel nach Wunsch. Auf der Massageliege darf man sich entspannen, schlafen und zur Ruhe finden. Im Sommer gerne auch mal im Freien. Da freuen sich unsere Teilnehmenden über eine Abkühlung nach Kneipp.

# Modul «Werken»



Was lässt die Kreativität unserer Teilnehmenden alles entstehen? Gartenzwerge mit blauer Mütze, Froschkönige mit goldener Krone, rote Kühe mit schwarzen Tupfen: Das sind nur einige der Werke, die hergestellt werden. Aus Beton, Holz, Styropor oder Ton. Da wird fleissig geformt, gefühlt, gedrückt, geschnitten und beim Anmalen und Verzieren sind der Vorstellungskraft keine Grenzen gesetzt.

«**Handwerkliches, kreatives Arbeiten fördert das Selbstwertgefühl.**»

Diese Materialien fördern gezielt die Haptik. Der unvoreingenommene Umgang damit weckt Neugier und Interesse am Experimentieren und spricht die Fantasie an. Somit wird das entwicklungsgerechte, selbstbestimmte Empfindungs- und Ausdrucksvermögen der Teilnehmenden ausgebaut.

Das handwerkliche, kreative Arbeiten fördert und stärkt das Selbstwertgefühl und so das Selbstbewusstsein der Teilnehmenden. Zudem kommt inmitten von Fröschen und Zwergen auch das Gemeinschaftliche nicht zu kurz.



**obvita ist das führende soziale Unternehmen im Behindertenwesen der Ostschweiz und des Fürstentum Liechtenstein.**

**Wir setzen uns für die Gleichwertigkeit und die Inklusion aller Menschen ein. Wir unterstützen Menschen mit visuellen oder psychisch kognitiven Problemstellungen auf dem Weg zu einer selbstbestimmten beruflichen und gesellschaftlichen Teilhabe.**

**Unsere Dienstleistungen umfassen die Bereiche «Begleitung», «Ausbildung», «Arbeit» und «Wohnen».**



obvita talentwerkstatt, T 071 246 62 19, talentwerkstatt@obvita.ch  
Bruggwaldstrasse 47, 9008 St. Gallen, www.obvita.ch, Spendenkonto PC 90-756-7