

Ujjayi Matters – Yoga für SexworkerInnen



Jahresbericht 2017

INHALT

Tätigkeitsbericht	3
Das Pilotprojekt Yoga für SexworkerInnen: Konzept Pilot-Projekt, Abschlussbericht, Mietvertrag mit Yoga Haus	4
Dank	9
Impressum	9

Tätigkeitsbericht

Vereinsgründung

Im Frühjahr 2017 wurde von Yolanda Gil und Juana Strebel, zwei YogalehrerInnen in Ausbildung zu YogatherapeutInnen, der Verein Ujjayi Matters gegründet mit der Absicht, Sexarbeitenden Yoga-Unterricht auf Spendenbasis anzubieten.

Vernetzungs- und Öffentlichkeitsarbeit

Vernetzt hat sich der Verein in erster Linie mit den verschiedenen NGOs und Anlaufstellen, die mit den SexarbeiterInnen zu tun haben. Im Bereich Öffentlichkeitsarbeit wurde noch nicht viel unternommen – ein Elevator Pitch des Magazins Zeitpunkt diente dazu, das Projekt innerhalb einiger Minuten einem kleinen Publikum vorzustellen. Ausserdem wurden in Zusammenarbeit mit der Grafikerin Esther Soler mehrsprachige Flyer erstellt, welche direkt an die Sexarbeitenden abgegeben werden können und in den Organisationen aufliegen. Es wurde auch eine Medienmitteilung verschickt, auf die aber keinerlei Reaktion folgte, d.h. die Medien gingen nicht darauf ein.

Rechtsberatung

Seit Herbst 2017 bietet Dominique Leemann, **Rechtsanwältin und Mediatorin lic. iur.** im Verein eine Rechtsberatung an. Ein erstes 30-minütiges Gespräch ist kostenlos. In erster Linie möchte der Verein damit sicherstellen, dass menschenrechtliche Grundsätze im Gesundheits- und Sozialbereich eingehalten und Sexarbeitende in ihrer Würde respektiert werden.

Pilot-Projekt

Von Juli bis Dezember 2017 wurde im Yoga Haus in Zürich einmal wöchentlich eine Yoga-Lektion für SexarbeiterInnen angeboten. Die Lektionen waren leider nicht sehr gut besucht.

Spezifische Weiterbildung im Bereich Trauma und Yoga

Gespräche mit den verschiedenen Organisationen und der Polizei ergaben, dass diejenigen Sexarbeitenden, welche sich in einem Schutzprogramm befinden, welche sie u.a. beim Einhalten einer Tagesstruktur unterstützen, von Yoga-Unterricht profitieren könnten. Um diese Lektionen anbieten zu können, bilden sich die YogalehrerInnen spezifisch weiter, vor allem im Bereich Traumasensibler Yoga und Trauma und Stress Release Exercising.

KONZEPT PILOT-PROJEKT: Ujjayi matters

Kurzzusammenfassung

Yolanda Gil, Dipl. Yogalehrerin BYV/EMR, in Ausbildung zur Yogatherapeutin iih, bietet Menschen, die im Sexgewerbe tätig sind einmal wöchentlich über ein halbes Jahr Yoga-Unterricht an. Fachlich unterstützt wird sie selbst im Rahmen ihrer Weiterbildung. Die passenden Räumlichkeiten im Kreis 4 oder 5, wo sie sich für die Durchführung der Yoga-Lektionen einmieten kann, müssen noch gefunden werden (evtl. Quartierhaus 5 oder das Yoga Haus). Die Frauen sollen die Möglichkeiten haben, zu einem sehr kleinen Unkostenbeitrag von CHF 2–5 Yoga-Lektionen zu besuchen. Die Idee, dieses Projekt durchzuführen entstand aus dem Wunsch heraus, den Frauen die Erfahrung von Entspannung zu ermöglichen. Ausserdem fördert Yoga die Abwehrkräfte und steigert die Konzentrationsfähigkeit.

Ausgangslage

Menschen, die in sozialen Berufen und speziell mit ihrem Körper arbeiten, wie es SexworkerInnen tun, sind besonders darauf angewiesen, Körper, Geist und Seele möglichst viel zurück zu geben, um nicht auszubrennen oder depressiv zu werden. Die heilende Wirkung des Yoga ist bereits verschiedentlich bekannt und wird immer genauer erforscht. Da mit Yoga ganzheitlich gearbeitet werden kann – Körper, Geist und Seele werden angesprochen – ist das Übungssystem sehr beliebt und mittlerweile populär geworden. Yoga fördert Transformationsprozesse – evtl. findet man im Yoga auch Wege, den Körper neu oder auf eine andere Art kennen und schätzen zu lernen. Evtl. eröffnen sich so auch neue Lebensperspektiven und Möglichkeiten.

Angewandte Methode

Hatha Yoga- und Viniyoga-Unterricht, Atemübungen, Meditation, evtl. Mantrasingen, Gespräche in der Gruppe oder auch Einzelgespräche.

Ziele

- Steigerung des körperlichen und psychischen Wohlbefindens
- Gelassenheit erlangen
- Innere Ruhe finden
- Veränderung der Selbstwahrnehmung, evtl. anderen Zugang zum Körper entwickeln
- Verspannungen lösen
- Abwehrkräfte steigern
- Neue Lebensperspektiven entwickeln
- Soziale Integration fördern, Stigmatisierung vermindern

Wirkung

Jede Frau, die beim Yoga bleibt, tut nachhaltig etwas für ihre Gesundheit, auf geistiger, körperlicher und seelischer Ebene. Es ist daher mit einer verbesserten allgemeinen Grundverfassung der Frauen zu rechnen. Evtl. werden sie sich auch intensiver mit sich selbst, ihren Talenten und Möglichkeiten beschäftigen. Yoga unterstützt Veränderungen, d.h. die Frauen könnten sich auch mit grundsätzlich neuen Lebensperspektiven auseinandersetzen.

Zielgruppe

Frauen, Männer und Transsexuelle, die im Zürcher Sexgewerbe tätig sind.

Zeitplan

Die Yoga-Lektionen werden ab Mai–Oktober 2017 wöchentlich durchgeführt. Monatliche Auswertungen und ein Abschlussbericht werden zeigen, ob das Angebot Anklang findet, welche Auswirkungen es hat und ob die Frauen dabei bleiben und die Yoga-Lektionen evtl. länger angeboten werden können. Sollte dies der Fall sein, muss ein neues Finanzierungsgesuch an verschiedene Stiftungen und/oder die Stadt Zürich gestellt werden.

Von Januar bis Mai wird Folgendes organisiert:

- Bestimmung des Wochentages und der Uhrzeit für die Durchführung des Kurses
- definitive Raumzusage (Quartierhaus Kreis 5)
- definitive Zusage Finanzierungsgesuche
- Mietvertrag
- Flyer/Werbung
- Materialeinkauf
- genaue Kurskonzeption erstellen

Finanzierungsplan

Pilot-Projekt (6 Monate):

Kosten SD		Einnahmen Yogalehrerin	
Raum	600	Beitrag Sexarbeiterinnen	700
Material	1000		
Flyer (Druck)	300		
Homepage (Hosting)	400		
Total	2300	Total	700

Dokumentation / Evaluation

Folgen im Verlauf der nächsten Monate.



Verein ujjayi matters | Spitalstrasse 76 | 8952 Schlieren |
078 767 67 67 | info@ujjayimatters.ch | www.ujjayimatters.ch

Stadt Zürich

Sozialdepartement
Zentrale Verwaltung
Verwaltungszentrum Werd
Werdstrasse 75
Postfach, 8036 Zürich

Abschlussbericht Projekt „Yoga für SexarbeiterInnen“

Sehr geehrte Damen und Herren

Das Pilot-Projekt „Yoga für SexarbeiterInnen“ wird Ende Dezember abgeschlossen. Wir starteten, anders als anfänglich geplant, erst im Juli 2017 und hatten in den ersten drei Wochen keine TeilnehmerInnen im Kurs.

Juli:	2 Teilnehmerinnen ab letzter Juli-Woche
August:	2 bis 4 Teilnehmerinnen
September:	2 bis 6 Teilnehmerinnen
Oktober:	2 bis 4 Teilnehmerinnen
November:	1 bis 2 Teilnehmerinnen
Dezember:	1 bis 0 Teilnehmerinnen

Gründe für Kursabbruch:

- gesundheitliche Probleme
- Zeitmangel

Die KursteilnehmerInnen waren zwischen 30–55 Jahre alt, kamen aus Deutschland, Lateinamerika, Russland und Spanien und waren in guter psychischer und körperlicher Verfassung. Den TeilnehmerInnen war es möglich, im Kurs zu entspannen und gute

Körpererfahrungen zu sammeln. Von mehreren Frauen haben wir etwas über ihre Lebens- und Arbeitsbedingungen erfahren, worauf wir an dieser Stelle nicht näher eingehen möchten.

Einnahmen:

Juli:	CHF 10
August:	CHF 60
September:	CHF 80
Oktober:	CHF 60
November:	CHF 60
<u>Dezember:</u>	<u>CHF 10</u>
	<u>CHF280</u>

Diese Einnahmen wurden für Mietkosten im Yoga Haus eingesetzt.

Die Zielgruppe ist sehr schwierig zu erreichen, dennoch möchten wir die Arbeit fortsetzen und werden verschiedene Stiftungen anschreiben, um Fördergelder zu beantragen. Da wir bewusst auf viel Werbung verzichtet haben, wird sich das Angebot in erster Linie durch Mund zu Mund-Propaganda oder aufgrund einer Zusammenarbeit mit anderen Organisationen verbreiten. Deshalb wird es länger gehen, bis mehr TeilnehmerInnen in der Kurs kommen. Kritisiert wurde von einer Organisationen die Tatsache, dass wir auf dem Flyer die Zielgruppe direkt angesprochen haben: „Yoga für Sexarbeiterinnen“. Der Checkpoint hat den Flyer nicht aufgelegt, da er mit einer männlichen Klientel arbeitet. Diese Informationen werden wir natürlich für einen nächsten Flyer berücksichtigen. Der Verein „Ujjayi matters“ hat sich mit einer Anwältin und Mediatorin zusammengeschlossen, die in Härtefällen ein erstes kostenloses Beratungsgespräch anbietet. Falls diese Beratung in Anspruch genommen werden sollte, werden wir mit Medios-Dolmetschern der AOZ zusammen arbeiten. Der Verein ist seit dem 12. Dezember 2017 steuerbefreit.

Nach wie vor sind wir der Meinung, dass der Yoga-Unterricht für SexarbeiterInnen mit seinen vielfältigen Mitteln als Empowerment-Strategie, Gesundheits- und Gewaltprävention aufgefasst werden kann. Langfristig könnte dies ein dem Ambulatorium angeschlossenes festes städtisches Angebot werden, nicht nur in Zürich. Evtl. könnte durch die Stadt Zürich eine Folgefinanzierung geprüft werden.

Sehr gerne stehe ich Ihnen bei Fragen zur Verfügung. Sie erreichen mich per Mail: info@ujjayimatters.ch oder per Mobile: +41 78 767 67 67.

Freundliche Grüsse

Yolanda Gil

Vertrag zwischen:



**Verein ujjayi matters
Spitalstrasse 76
8952 Schlieren**



DAS YOGA HAUS

**DAS YOGA HAUS GmbH
Freyastrasse 6A
8004 Zürich**

Die beiden Parteien schliessen von Juli 2017 bis Dezember 2017 eine Vereinbarung für die Miete der Räumlichkeiten ab. Die KursleiterInnen und TeilnehmerInnen des Kurses „Yoga für SexworkerInnen“ können sich am Donnerstag-Nachmittag von 13:45-15:15 in den Räumlichkeiten des Yoga Hauses aufhalten und hinterlassen diese gereinigt, sodass der nächste Kurs um 18:00 Uhr stattfinden kann.

Die Mietkosten werden vierteljährlich in Raten von CHF 1200 beglichen. Der Betrag wird auf folgendes Konto überwiesen:

DAS YOGA HAUS GmbH, Freyastrasse 6a, 8004 Zürich
IBAN: CH73 0839 0034 6619 1010 1
Bankclearing/IID: 8390
BIC (SWIFT-Code): ABSOCH22
Alternative Bank, Amthausstrasse 21, Postfach, 4601 Olten

Eine Folgefinanzierung des Projektes ist nicht vorgesehen. Je nach Annahme durch die Zielgruppe wird das Projekt verlängert, was eine eventuelle Erneuerung des Mietvertrages mit sich bringen würde. Diese Verlängerung müsste zum gegebenen Zeitpunkt neu ausgehandelt werden.

Unterschriften:

Der Mieter:

Der Vermieter:

Ort/Datum:

Ort/Datum:

Dank

Dank geht an das **Sozialdepartement der Stadt Zürich** und an alle städtischen Anlaufstellen und Organisationen, z.B. **Flora Dora**, welche mit Sexarbeitenden zu tun haben. Speziell bedanken möchten wir uns bei der **FIZ**, Fachstelle Frauenhandel und Frauenmigration, der **Stadtmission** und dem **Isla Victoria-Team**. Begleitet hat uns in unserer Tätigkeit auch unsere Ausbilderin **Susanne Kieser Jäggi**, die wir für Supervision aufgesucht haben. Grosser Dank geht auch ans **Yoga Haus in Zürich**, wo die Yoga-Lektionen stattgefunden haben und der Verein sich für weitere Lektionen einmieten kann.

Finanzielle Unterstützung erhielt der Verein vom Sozialdepartement der Stadt Zürich und der **Dr. Stephan à Porta-Stiftung**.

Besten Dank.

Impressum

ujjayi matters
spitalstrasse 76
8952 schlieren

+41 78 257 73 55

Juana Strebel

&

Yolanda Gil

