

September 2026

Schwimmkurs für Geflüchtete in Höngg sucht Freiwillige, die Lust haben, im Wasser mitzuhelfen. Vielleicht Du?

Es braucht nicht jeden Dienstag zu sein; ein Team wechselt sich ab. Ausser guten Schwimmkenntnissen brauchst du keine Vorkenntnisse. Ein freiwilliger Schwimmkursleiter mit Brevet leitet den Kurs an.

Schwimmkurs für geflüchtete Männer

Jeweils Dienstag, 20.15 – 21.00 Uhr (ausser Schulferien)

Schulschwimmanlage Vogtsrain, Ferdinand-Hodler-Strasse 23, 8049 Zürich

<https://solinetz-zh.ch/projekte/schwimmkurs/>

Interessiert? Schreibe an Hanna Gerig, info@solinetz.ch und füge am besten deine Telefonnummer dazu. Wir freuen uns!



Mehr dazu:

Viele geflüchtete Menschen möchten gerne schwimmen lernen. Schwimmen zu können bedeutet gerade einer Stadt wie Zürich **Zugang zu wichtigen sozialen Treffpunkten** und ist eine günstige Möglichkeit der Freizeitgestaltung. Für Eltern ist es wichtig, schwimmen zu können, um sich mit ihren Kindern in die Badi zu trauen. Auch ist die **Überwindung der Angst vor dem Wasser**, die teilweise durch die Flucht ausgelöst wurde, fürs psychische Wohlbefinden wertvoll und stärkend. Doch das Angebot an Schwimmkursen für erwachsene Anfänger:innen ist klein und Geflüchtete können sich kostenpflichtige Kurse nicht leisten. In diese Lücke springt das Solinetz, eine Freiwilligenorganisation für Geflüchtete in Zürich.

www.solinetz-zh.ch