



Solinetz – Vernetzungstreffen

Ein Tag für den Austausch unter allen Freiwilligen vom Solinetz

Samstag, 17. Oktober 2026, 13.30 – 18.00 Uhr, danach Abendessen und Ausklang
Quartierzentrum Bäckeranlage, Hohlstrasse 67, Zürich



Liebe Freiwillige vom Solinetz

Mehr als 550 Freiwillige engagieren sich bei Solinetz in über 50 Projekten! Wir möchten euch die Gelegenheit bieten, euch kennenzulernen und euch themenspezifisch und projektübergreifend auszutauschen und zu vernetzen.

Wir laden euch deshalb alle zum Solinetz-Freiwilligen-Vernetzungstag ein! Es wird verschiedene spannende Workshops geben. Auch Speis und Trank werden nicht fehlen und zu einem geselligen Nachmittag und Abend beitragen.

Bist du dabei? Wir bitten um Anmeldung bis am 10. Oktober:

<https://findmind.ch/c/okTE-Cp9w>

Wir freuen uns darauf, euch alle (besser) kennenzulernen!
Herzlich, Hanna und Maja

Programm

- 13.30 Uhr **Begrüssung und Überblick**
- 13.45 Uhr **Kennenlernen**
- 14.15 Uhr **Workshop-Auswahl 1: Mein Gegenüber und ich**

1	Interkulturelle Kompetenz: Warum bleibt der Kontakt oberflächlich?
2	Traumasensible Kommunikation: Worauf muss ich achten?
3	Perspektivenwechsel: Wie kann ich die Lebensrealität abgewiesener Asylsuchender besser verstehen?
4	Empowerment von Geflüchteten: Was braucht es, damit Geflüchtete sinnvoll und möglichst autonom als Freiwillige tätig werden können?

- 15.30 Uhr **Pause** bei Tee und Kuchen
- 16.00 Uhr **Workshop-Auswahl 2: Selbstreflexion**

1	Rollenverständnis: Warum mache ich das eigentlich? Bin ich Kulturvermittler, HelferIn,...?
2	Selbstfürsorge: Wie kann ich langfristig engagiert sein, ohne auszubrennen?
3	Umgang mit Frustration: Warum kommen meine «Hilfsangebote» nicht an? (Kommunikation/Toleranz/Verbindlichkeit)
4	Nähe und Distanz: Wie erkenne ich die Grenzen von mir und meinem Gegenüber?

- 17.15 Uhr **Pause**
- 17.30 Uhr **Offenes Mikrofon:** Gibt es etwas, was ich allen mitteilen möchte?
- 17.45 Uhr **Ausblick:** Gotti-System für neue Freiwillige
- 18.00 Uhr **Abendessen und Ausklang**