Erfolgreicher Schwimmtreff für zu uns geflüchtete Frauen

23.12.2023 13:25

Schwimmen ist gesund, schwimmen kann entspannen und vor allem kann schwimmen einfach Spaß machen – vorausgesetzt, man weiß, wie es geht, und man fühlt sich im Wasser wohl. Für viele Menschen ist es selbstverständlich, aber das gilt eben nicht für alle. Und genau da setzte das Projekt der Henstedt-

Ulzburger Integrationskoordination gemeinsam mit der Kaltenkirchener Holstentherme an: Ein kostenloser Schwimmkurs für zu uns geflüchtete Frauen wurde über mehrere Wochen angeboten. Federführend organisiert wurde der Frauen-Schwimmtreff von der Integrationsbeauftragten Michelle Behrens in Zusammenarbeit mit Christina Fauck, Leiterin des Erlebnisbads. Finanzielle Unterstützung kam von Henstedt-Ulzburgs Gleichstellungsbeauftragten Svenja Gruber.

> „Das Interesse an solchen Schwimmkursen ist groß. Wir hatten elf Plätze, die sofort belegt waren. Und wir wurden auch schon gefragt, ob wir so etwas noch einmal anbieten können“,

erklärte Michelle Behrens.

> „Die Frauen hatten in ihren Herkunftsländern nicht die Möglichkeit, Schwimmen zu lernen. Aber wir möchten natürlich, dass sie in unserer Gemeinde ohne Einschränkungen am gesellschaftlichen Leben teilnehmen und zum Beispiel auch entspannt unser Beckersbergbad besuchen können.“

Drei Trainer:innen der Holstentherme haben die Frauen immer sonnabends an das Schwimmen herangeführt – und alle Teilnehmerinnen sind bis zum Schluss mit viel Elan und Spaß am Ball geblieben.

> „Für viele Teilnehmerinnen war es der erste Kontakt mit Wasser, aber es hat alles gut funktioniert. Die Frauen konnten sich mit den Eigenschaften des Wassers vertraut machen und ein Gefühl für Auftrieb sowie Wasserwiderstand bekommen“,

so Christina Fauck.

> „Durch das regelmäßige Bewegen im Wasser sind die Frauen mutiger und selbstsicherer geworden.“