



Hemålt
– det dialektala ordet för hemtrevligt
– är namnet på Sotenäsbostäders nya nyhetsbrev.
God läsning!

Nummer 2, vecka 42, 2025



Lär dig simma!

Gratis simskola för våra hyresgäster

Att kunna simma är inte bara roligt, det är en livförsäkring. Därför erbjuder vi på Sotenäsbostäder nu ännu en omgång av vår populära simskola för vuxna och barn, i samarbete med Tummlaren.

Oavsett om du är nybörjare, känner dig osäker i vatten eller inte simmat på länge; du är varmt välkommen att ansöka. Målet är att ge alla våra hyresgäster möjlighet att känna sig trygga i vattnet.

Vi bor i en kustnära kommun där många aktiviteter sker nära eller i vatten. Att kunna simma kan rädda liv, och därför sponsrar Sotenäsbostäder din plats i simskolan. Du räknas som simkunnig när du kan simma 200 meter fritt.

När och hur?

Kursstart: Söndag 9 november
Antal tillfällen: 5 söndagar
Plats: Tummlaren
Sista ansökningsdag: 22 oktober. Ansökan skickas till Malin på projektavdelningen: projekt@sotenasbostader.se

Vi delar in deltagarna i grupper på ungefär 10 personer, utifrån tidigare erfarenhet och behov. Vår kontaktperson på Tummlaren är simläraren Sanny, men du kan även träffa andra duktiga simlärare.

Viktigt att veta

- Du behöver ansöka, och i samband med det svara på våra frågor om din simkunnighet.
- En vuxen måste alltid delta i vattnet med barn.
- Vi har möjlighet att anpassa grupperna, till exempel skapa en kvinnogrupp vid behov. Ange gärna viktiga önskemål i din ansökan.



Visste du detta om drunkning?

- Varje år är ungefär 440 personer inblandade i drunkningsolyckor i Sverige. Av dessa överlever ungefär hälften efter insatser från allmänhet eller räddningstjänst. Det innebär att drygt 200 personer dör i samband med drunkning.
- Olyckorna sker oftast på sommaren, när många badar eller är ute med båt.
- De flesta incidenter sker i sjöar eller nära land.

Att kunna simma gör stor skillnad, därför satsar vi på simskola!

Så badar du säkert

- Bada alltid tillsammans med någon, aldrig ensam.
- Ha uppsikt över barn hela tiden, även i grunt vatten.
- Var simkunnig; du bör kunna simma minst 200 m.
- Hoppa inte i okänt vatten; kolla djup och botten först.
- Undvik alkohol vid bad och båtliv.
- Simma längs med stranden, inte rakt ut.

Källa: Svenska Livräddningssällskapet



Vinn en gratis privatlektion!

Simkunnighet är en livsviktig kunskap, särskilt när man bor nära havet. Därför lottar vi nu ut en gratis privatlektion till en av deltagarna i simskolan, som en extra morot.

Var med och delta i simskolan, så är du med i utlottningen! Simma Lugnt!