

INTEGRATION DURCH SPORT

DOSB

GUIDE SPORTIF



pour

**l'arrondissement
du Rhin-Sieg**



Sport im Rhein-Sieg-Kreis

Le sport dans l'arrondissement du Rhin-Sieg

- Vous voulez bouger ? Vous avez envie de faire du sport ? Vous avez entendu parler d'une discipline sportive ?
- Vous êtes à la recherche d'un cours de sport ou d'un groupe fixe auquel vous aimeriez vous joindre ?
- Votre enfant s'intéresse pour le foot ou bien pour le basket, aimerait danser ou faire de la gymnastique ?
- Vous désirez vous joindre à une association sportive et êtes à la recherche du bon club pour vous et pour votre famille ?
- Il est important à vos yeux que vos enfants apprennent la coopération loyale et les règles sportives, mais aussi qu'ils vivent un apprentissage collectif du succès et de l'échec ?
- Le sport collectif des citoyens issus ou non de l'immigration, vous intéresse ?

Plusieurs offres existent pour **les enfants en bas âge**, telles que la gymnastique parent-enfant, gymnastique pour enfants, accoutumance à l'eau, natation pour enfants, ou même le foot et ce, dans le but de les rapprocher à l'idée du sport, du mouvement et de la coexistence dès le plus bas âge. Activité amusante, qui est aussi bien nécessaire pour la santé que pour la croissance !

Les enfants plus âgés ainsi que les adolescents pourront se décider pour des disciplines bien précises. Il existe des disciplines de sports collectifs, telles que le foot ou le basket, mais aussi des disciplines de sports individuels, telles que l'escrime, la boxe, les sports aquatiques et bien plus.

Les **adultes** trouveront également, en plus des offres générales de sports de détente, plusieurs cours de sport-santé. Vous pourrez contribuer à l'amélioration de votre forme et de votre santé avec les cours de gymnastique de la colonne vertébrale, spécial dos ou d'aquagym. Un grand nombre de ces cours est adapté pour les débutants, ainsi que pour les personnes, qui désirent reprendre une activité sportive. Certaines de ces offres s'adressent aux migrant(e)s de façon explicite.

Vous le voyez bien : plusieurs possibilités existent, pour faire du sport. Profitez-en !

Vous trouverez dans ce dépliant, les réponses et les interlocuteurs les plus importants, afin de trouver l'offre idéale pour vous et pour votre famille – toutes générations confondues !

Associations sportives dans l'arrondissement du Rhin-Sieg

L'arrondissement du Rhin-Sieg compte plus de **560 associations sportives**. Certaines sont grandes et d'autres petites. Quelques-unes ont d'ailleurs été fondées par des migrant(e)s ! Les associations sportives proposent plus de 150 disciplines sportives. Chaque citoyen, chaque citoyenne de l'arrondissement du Rhin-Sieg y trouvera sûrement ce qui lui convient !

Chacun peut **devenir membre** dans une association sportive. Celui qui devient membre, devra payer une cotisation mensuelle ou annuelle et pourra alors prendre part aux activités de l'association. Plusieurs associations offrent des réductions familiales, lorsque toute la famille souhaite faire du sport au sein de l'association. Veuillez demander les prix exacts auprès des associations en question.

La plupart des associations permettent de participer à **des séances d'essai et d'initiation gratuites**.

Le gouvernement fédéral peut se charger de la totalité ou d'une partie des frais pour les enfants et les jeunes de moins de 18 ans, et ce dans le cadre des **mesures pédagogiques et celles pour la participation**, si vous présentez une demande à ce sujet.



Participez, car le sport en club...

- relie les êtres humains
- permet de nouer des liens d'amitié
- c'est du mouvement pour tous
- se fait en commun
- permet d'améliorer la santé
- éduque par son apprentissage social et interculturel



Vous trouverez ici les contacts et les centres d'accueils qui pourront répondre à toutes vos questions concernant le sport. Passez nous voir, envoyez-nous un mail, appelez-nous ou veuillez consulter l'internet !

**Sportjugend im
KreisSportBund Rhein-Sieg e.V.**

Wilhelmstr. 8a
53721 Siegburg

Joana Sam-Cobbah
Responsable pour l'intégration par le sport

Tél.: 02241-58067

Mail:

sam-cobbah@sportjugend-rheinsieg.de



L'éditeur:

Sportjugend im KreisSportBund Rhein-Sieg e.V.

Siegburg, Août 2018