

# Rejoignez-nous !

.....

Nous souhaitons que plus d'enfants, d'adolescents et de parents participent à nos activités sportives. Dans cette brochure, vous pourrez découvrir ce qu'est un club sportif, les activités qui vous sont proposées et comment devenir membre.



Franisk

سماجی وابستگی  
Sağlık Uzcüwość  
صحة  
idrettsglede  
دوررش خوند  
Daacadnimo  
Honesty

## Bienvenue aux sports !

Nous souhaitons à tous, jeunes et parents, la bienvenue dans nos clubs. La Norvège compte environ 12 000 clubs de sports. Ils sont ouverts à tous, quel que soit leur langue, culture, âge, sexe ou handicap. Venez découvrir sur ce que nous pouvons vous proposer, et choisissez l'activité qui vous intéresse. Nous proposons des activités de qualité dans un cadre sûr et accueillant, où l'alcool et les drogues sont bannis. Pas besoin d'être bon pour participer. Chacun y trouve sa place, quel que soit son niveau. Certains clubs proposent aussi des activités aux parents tandis que les enfants s'entraînent.

Vous trouverez plus de détails sur les activités des clubs au dos de la brochure. Adressez-vous à votre club local pour plus d'informations.



Cover photo: Håkon Jørgensen

Photo: Håkon Jørgensen

## Les clubs sportifs : une présentation

Ces clubs sont un point de rencontre important pour la communauté locale. Beaucoup d'enfants et d'adultes y passent une grande partie de leurs loisirs, et ce sont les membres qui décident de leurs activités. En Norvège, ce sont souvent les parents et autres adultes qui gèrent bénévolement ces clubs, sans rémunération.

Les entraîneurs (hommes et femmes dans la plupart des clubs) feront découvrir à vos enfants les plaisirs du sport et de la maîtrise d'une activité.



Photo: Ingrid Maurstad, Oslo IK





## Pourquoi venir chez nous ?

### 1

#### **Pour s'y amuser avec les autres !**

Les enfants font du sport parce qu'ils s'amusent en le faisant. Les expériences et les savoirs acquis avec leurs ami(e)s leur resteront pour la vie. Les enfants y apprennent la responsabilité et le respect mutuel. Après l'école, ils trouveront au club des loisirs enrichissants. Etre membre d'un club, c'est aussi nouer des liens, se faire des amis et s'intégrer à une communauté plus vaste. L'engagement des parents dans un club est précieux pour leurs enfants.



### 2

#### **L'entraînement, c'est la santé !**

L'activité physique est toujours positive. Nous savons d'expérience qu'il est plus facile d'être physiquement actif avec d'autres que de s'entraîner seul. La pratique d'une activité ludique avec d'autres enfants est aussi un plaisir et chaque enfant apprend beaucoup en y participant. Une alimentation saine et une activité physique sont une source quotidienne d'énergie pour les enfants. Plus d'énergie, c'est aussi une concentration plus soutenue et une meilleure scolarité. Les enfants qui ont pratiqué un sport dans leur jeunesse le feront aussi plus souvent à l'âge adulte.

# 3

## Qualité et sécurité

Tous les clubs sportifs s'engagent à proposer aux enfants et adolescents des activités bien encadrées. Le sport s'est fixé des ambitions claires et combat activement le harcèlement, les brimades, le racisme et la violence. Seuls ceux qui ont été agréés par la police peuvent entraîner ou encadrer des enfants. Cela concerne tous ceux qui, au nom d'un club, effectuent des missions fondées sur un rapport de confiance ou de responsabilité avec des mineurs ou des handicapés.

Des parents peuvent aussi assumer des fonctions dans un club, ou participer en tant qu'entraîneur, dirigeant et/ou arbitre.

*En Norvège, le sport pour enfants est encadré par les « Droits de enfants dans le sport » et la « Réglementation sur le sport pour enfants », qui décrivent comment nous voulons que les clubs sportifs gèrent leurs activités. L'objectif est que chacun puisse découvrir les plaisirs du sport et de la maîtrise de son corps.*



A young woman with a dark braid, wearing a pink long-sleeved shirt, is looking towards a person whose back is to the camera. The person is wearing a bright green high-visibility vest over a green shirt. They are standing in front of a grey slatted wall. The woman's hand is raised, pointing upwards. The scene appears to be outdoors on a sports field.

## 4

### **Venez participer et faites de nouvelles connaissances !**

Les clubs sont principalement gérés par des bénévoles. Les parents, les frères et sœurs et d'autres encore s'engagent à titre gratuit. Ces bénévoles font que les clubs peuvent proposer un bon choix d'activités et être un lieu d'accueil pour toute la communauté locale. Les tâches ne manquent pas dans un club : lavage des tenues, ménage du club house, gestion du parking pendant les tournois, transport des enfants en déplacement, buvette. Ce travail bénévole qui profite au club est appelé « dugnad ». Il est une expérience souvent enrichissante qui donne le sentiment de participer au bien commun. Le club dépend entièrement de participation des parents à ces travaux bénévoles en cours d'année. C'est elle qui permet à la jeune génération de pratiquer le sport de son choix. Vos efforts sont précieux !



# 5

## De l'argent bien employé

Tout le monde doit payer pour participer aux activités sportives du club. Les deux formes de paiement les plus courantes sont :

1. La licence d'adhésion : pour pratiquer un sport en club, il faut être membre d'une association sportive
2. La cotisation par discipline : tous ceux qui pratiquent un sport doivent participer aux frais comme la location du terrain, les équipements, la participation aux séries/compétitions, les déplacements.



Photo: Håkon Jørgensen



Photo: Håkon Jørgensen

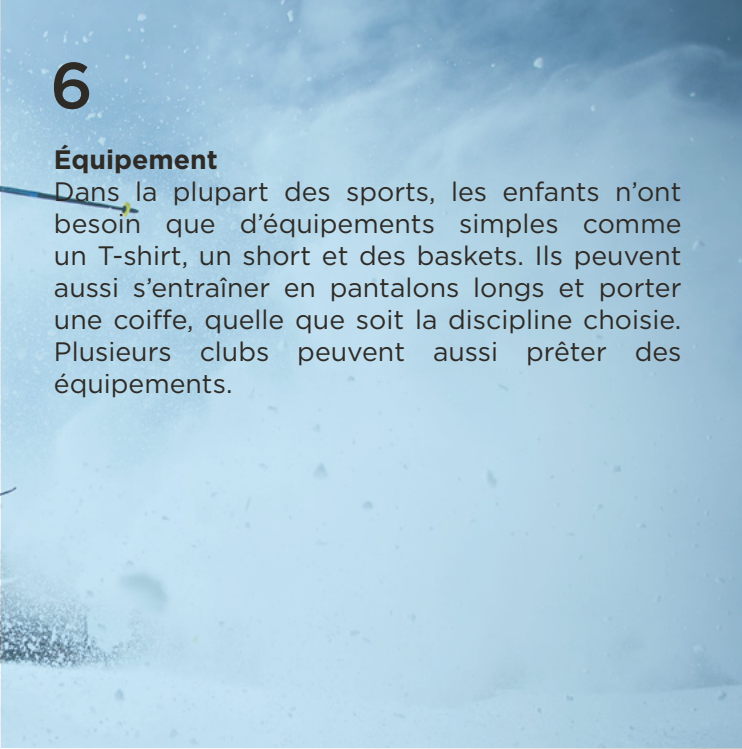


Photo: Jens Haugen

# 6

## Équipement

Dans la plupart des sports, les enfants n'ont besoin que d'équipements simples comme un T-shirt, un short et des baskets. Ils peuvent aussi s'entraîner en pantalons longs et porter une coiffe, quelle que soit la discipline choisie. Plusieurs clubs peuvent aussi prêter des équipements.



Notre club est membre de Norges idrettsforbund (Association sportive de Norvège) et du Comité olympique et paralympique (NIF). Le sport est le plus grand mouvement populaire de Norvège, avec environ 2,2 millions de membres.

Le slogan de NIF est « Les plaisirs du sport pour tous » et notre objectif est de faciliter l'accès à tous ceux qui veulent s'initier à une activité ou à un sport. Les sports sont organisés en 54 fédérations, chacune responsable de son activité.

Toutes les activités sportives ont pour socle commun « le plaisir du sport, la communauté, la santé et l'honnêteté » et le monde norvégien du sport a pour caractéristiques « le bénévolat, la démocratie, la loyauté et l'égalité ».

Etes-vous tenté par un sport ? Venez nous voir !



Photo: Vidar Noreng

[www.idrettsforbundet.no](http://www.idrettsforbundet.no)

XXXXXXXXXXXXXXXXXX

XXXXXXXXXXXXXXXXXX  
XXXXXXXXXXXXXXXXXX

/XXXXXXXXXXXXXXXXXX

XXXXXXXXXXXXXXXXXX  
XXXXXXXXXXXXXXXXXX