






# Foire aux questions

## Grandir, bouger, s'épanouir

*Le sport pour les enfants et adolescents de 5 à 18 ans*

Parce qu'il est normal de se poser des questions avant de se lancer, voici les réponses aux interrogations les plus fréquentes des parents.

Notre objectif : lever les appréhensions et permettre à chaque enfant / famille de trouver sa place.

 Thème 1 : Le sport pour mon enfant, est-ce possible ? .....	2
 Thème 2 : Tester sans s'engager.....	3
 Thème 3 : Matériel et Budget .....	4
 Thème 4 : Trouver de l'aide .....	4
 <b>Besoin d'un conseil personnalisé ?</b> .....	5
1. Trouvez votre interlocuteur de proximité.....	5
2. Le saviez-vous ?.....	5
3. Petit pense-bête .....	5

### **Thème 1 : Le sport pour mon enfant, est-ce possible ?**

**Mon enfant ne souhaite pas être un futur champion, nous n'avons pas de « culture sportive » à la maison, l'école de sport ou le club est-il vraiment fait pour nous ?**

**Oui !** On vient d'abord pour le plaisir de découvrir de nouvelles activités et de rencontrer d'autres enfants. Il n'y a pas de niveau minimum, les enfants n'ayant jamais fait de sport sont les bienvenus tout comme les enfants qui pratiquent déjà en club !

## **Mon enfant est en inclusion à l'école, est-ce qu'une pratique « Handisport » est vraiment adaptée ?**

**Oui.** Nos séances respectent le rythme et les capacités de chaque enfant pour l'aider à gagner en confiance, quels que soient ses besoins spécifiques et ses envies. Que votre enfant soit en milieu ordinaire ou non.

## **L'accueil est-il ouvert à tous les profils ?**

Cela dépend des besoins de votre enfant, pour mieux l'accompagner.

En France, il existe à l'heure actuelle 2 Fédérations Multisports qui accueillent respectivement les publics suivants :

- **La Fédération Française Handisport** : enfants présentant des handicaps / troubles moteurs, visuels ou auditifs. Ouverts à tous, quel que soit le besoin (dyspraxie, surpoids, retard de développement, hémiplégie, spasticité, agénésie, paralysie cérébrale, malvoyants, malentendants etc) [Handisport.org](http://Handisport.org) | [Site officiel de la Fédération Française Handisport](http://Site officiel de la Fédération Française Handisport)
- **La Fédération Sport Adapté** : enfants présentant des handicaps psychiques, cognitifs ou des troubles du neurodéveloppement (Trouble du spectre autistique, dysphasie, multidys etc). [Accueil - Sport Adapté \(sportadapte.fr\)](http://Accueil - Sport Adapté (sportadapte.fr))

## **Mon enfant a des fragilités motrices, mais il est autonome. Au quotidien, il évolue avec des enfants « valides », pourra-t-il rencontrer d'autres enfants comme lui ?**

**Oui.** C'est un lieu de rencontre idéal où il pourra s'épanouir avec d'autres jeunes partageant des parcours similaires. Le cadre est pensé pour être rassurant : effectifs réduits, encadrants formés et matériel adapté.

Ici, nous privilégions le plaisir et le sentiment d'appartenance, quel que soit le degré de difficulté. D'ailleurs, les frères, sœurs ou amis "valides" sont les bienvenus pour partager l'activité : c'est cet esprit de convivialité qui crée de belles amitiés !

## **Dois-je chercher un club spécialisé ou mon club de quartier peut-il m'accueillir ?**

**Les deux sont possibles !** De plus en plus de clubs de quartier s'adaptent pour accueillir tous les enfants. Si votre club local est ouvert à la discussion, nous l'aiderons à s'organiser (matériel, formation, conseils). Si ce n'est pas possible, nous vous orienterons vers un club déjà expérimenté ou "inclusif" proche de chez vous.

## **Thème 2 : Tester sans s'engager**

### **Peut-il essayer ou simplement venir voir ?**

**Bien sûr.** Il est tout à fait possible de venir observer une séance ou de faire une séance d'essai gratuite. Nos encadrants sont là pour rassurer votre enfant. Le plus important est que votre enfant se sente en confiance, venez avec lui, vous serez accueilli avec plaisir !

### **Peut-on pratiquer/ essayer sans s'engager toute l'année ?**

**Oui.** Il existe des solutions "à la carte" :

- Des demi-journées découverte pendant les vacances
- Des cycles d'apprentissage (pour apprendre à nager ou faire du vélo)
- Des séjours (ski / voile / sports nature / multisport ...)

### **Et si le sport ne lui plaît pas ?**

**Ce n'est pas grave !** Le droit à l'essai sert à tester sans pression. Si un sport ne convient pas, on en cherche un autre ensemble.

## **Thème 3 : Matériel et Budget**

### **Faut-il acheter du matériel spécifique ?**

**Non.** La plupart des écoles de sport et des clubs prêtent le matériel (fauteuil, vélo adapté). Si vous souhaitez pratiquer en famille (balade nature, vélo, ski...) le comité pourra vous accompagner pour trouver du matériel et vous former à son utilisation.

### **Le sport coûte-t-il cher ?**

**Non.** Des aides existent, comme le **Pass'Sport** (70€) qui couvre la totalité de la licence.

## **Thème 4 : Trouver de l'aide**

### **Le monde des “fédérations” me semble complexe, je ne connais pas cet environnement. Par où commencer ?**

**C'est normal de se sentir perdu.** Retenez l'essentiel : vous n'avez pas besoin de connaître précisément l'écosystème fédéral et ses règlements. Votre porte d'entrée est le **référént jeune** de votre département ([“Mon interlocuteur de proximité”](#)). Il vous accompagnera pour trouver l'activité idéale sans stress. Quant à la licence, c'est avant tout une assurance pour que votre enfant pratique en toute sécurité.

### **Les démarches sont-elles compliquées ?**

**On vous simplifie la vie.** Votre **référént local** est là pour vous guider pas à pas sans jargon technique: [“Mon interlocuteur de proximité”](#)

### **Qui contacter près de chez moi ?**

Contactez le **référént Jeune** ([“Mon interlocuteur de proximité”](#)) de votre département ou consultez notre **annuaire des clubs** en ligne : [Handisport | Où pratiquer.](#)

## **Besoin d'un conseil personnalisé ?**

*Ne restez pas seul.e avec vos questions. Nos experts locaux sont là pour vous guider, sans engagement.*

*"Zéro jargon, 100% bienveillance. Nos référents sont habitués à accompagner des familles qui débutent."*

### **1. Trouvez votre interlocuteur de proximité**

C'est votre **"référént jeune"**. Son rôle ? Vous écouter, comprendre les besoins de votre enfant et vous dire exactement quel club ou quel stage est disponible près de chez vous.

-  [Trouver mon référent](#)
-  [Consulter l'annuaire des clubs](#)

## 2. Le saviez-vous ?

Le **"Droit à l'essai" est la règle !** Inutile de vous engager ou de payer une licence pour savoir si cela va plaire à votre enfant.

- **Étape 1** : Contactez l'école des sports, le club ou le référent.
- **Étape 2** : Venez observer ou tester une séance gratuitement.
- **Étape 3** : Décidez ensemble, avec votre enfant.

## 3. Petit pense-bête

Si vous appelez un club ou un référent pour la première fois, n'hésitez pas à poser ces 3 questions :

1. *"Quels sont les jours et horaires pour les débutants de l'âge de mon enfant ?"*
2. *"Est-ce que vous prêtez le matériel pour une séance d'essai ?"*
3. *"Mon enfant a tel besoin spécifique, avez-vous déjà accompagné des profils similaires ?"*

Ressources:

[« Mon Parcours Handicap – Sport »](#)