

## Du suchst einen Sport, der dir Spaß macht? Wir helfen dir dabei!

Weil persönliche Kontakte wegen des Corona Virus momentan nicht möglich sind, bieten wir Online-Sprechstunden an.

### Das Angebot ist kostenlos!

In der Online-Sprechstunde erfährst du zum Beispiel

- welche Möglichkeiten es gibt, Online-Sport zu treiben und wie man da mitmachen kann
- wie du das passende Sport-Angebot findest
- welche Sport-Vereine es in deiner Nähe gibt und wie du dort Kontakte knüpfen kannst.

Bei diesen und vielen weiteren Fragen rund um die Themen Sport und Freizeit helfen wir dir weiter!

### Wie du mitmachen kannst...

Wir treffen uns über die Plattform **Zoom**. Den Link zum Mitmachen findest du auf der Website

[www.integration-fulda.de](http://www.integration-fulda.de)  
(Rubrik Aktuelles)

Dort erfährst du auch wann das nächste Treffen stattfindet.  
**Anmelden musst du dich vorher nicht.**



Wir freuen uns, dich zu treffen!

**Deine Sport-Coaches  
in Kooperation mit dem Integrationsbüro**

## هل تبحث عن رياضة تستمتع بها؟ سوف نساعدك

نظراً لأن الاتصالات الشخصية غير ممكنة حالياً بسبب فيروس كورونا فإننا نقدم ساعات استشارة عبر الإنترنت.

### العرض مجاني!

خلال الاستشارة عبر الإنترنت، سوف تتعرف على سبيل المثال على

- إمكانيات مزاولة الرياضة عبر الإنترنت وكيفية المشاركة
- كيفية العثور على العرض الرياضي المناسب
- النوادي الرياضية المتواجدة بالقرب منك وكيف يمكنك إجراء اتصالات هناك.

سوف نساعدك في الإجابة على هذه الأسئلة وغيرها حول الرياضة والترفيه!

### كيفية المشاركة...

نلتقي عبر موقع **Zoom**. يمكنك العثور على الرابط للانضمام إلينا على الموقع

[www.integration-fulda.de](http://www.integration-fulda.de)  
(Rubrik Aktuelles)

هناك سوف تجد أيضاً متى سيعقد الاجتماع المقبل.  
لا يجب عليك تسجيل الدخول مسبقاً.



سوف يسعدنا لقاكم!

**مدربون رياضيون  
بالتعاون مع مكتب الاندماج**

## Tu cherches un sport qui te plaît? Nous sommes là pour t'aider!

Comme les contacts personnels ne sont actuellement pas possibles à cause du Corona Virus, nous te proposons des séances d'information en ligne.

### L'offre est gratuite!

A travers la séance d'information en ligne, tu découvriras par exemple

- quelles sont les possibilités de faire du sport en ligne et comment y participer
- comment trouver l'offre sportive appropriée
- quels clubs sportifs se trouvent près de chez toi et comment tu peux nouer les contacts.

Nous te donnons les réponses à ces questions et bien d'autres sur le sport et les loisirs!

### Comment tu peux participer...

Rendez-vous sur la plate-forme **Zoom**. Tu trouveras le lien de participation sur le site

[www.integration-fulda.de](http://www.integration-fulda.de)  
(rubrique actualités)

C'est là que tu auras le prochain rendez-vous.

**Tu n'as pas besoin de te connecter avant.**



Nous sommes ravis de te rencontrer!

**Tes coachs sportifs  
en coopération avec le bureau d'intégration**

## Ma waxaad raadineysaa isboorti aad ka heshay? Waan ku caawin doonaa!

Sababtoo ah xiriir shaqsiyadeed sababtoo ah Corona Virus daradeed suurtagal maaha xilligan, waxaan bixineyna Saacadaha la-talinta ee khadka tooska ah.

### Dalabku waa bilaash!

Wadatashiga khadka tooska ah waxaad ku ogaan kartaa, tusaale ahaan

- fursadaha jira ee lagu sameeyo isboortiga khadka tooska ah iyo sida aad uga qaybqaadan karto
- sida loo helo dalab isboorti oo sax ah
- Naadiyada isboorti ee xaafadaada ka jira iyo sida aad halkaas xiriir kula sameysan karto.

Waxaan kaa caawin doonaa su'aalahaan iyo kuwa kale oo badan oo ku saabsan isboortiska iyo firaqada!

### Sida aad uga qayb qaadan karto...

Waxaan ku kulmi doona madasha madalka **Zoom**. Waxaad ka heli kartaa iskuxirka kaqaybqaadashada websaydhka

[www.integration-fulda.de](http://www.integration-fulda.de)  
(Qeybta wararka)

Halkaas waxaad sidoo kale ka ogaan kartaa goorta kulanka soo socda uu dhici doono.  
**Looma baahna inaad isdiiwaangaliso kahor.**



Hast du Fragen? Dann rufe uns an  
oder schicke uns eine E-Mail!

Wir helfen dir gerne weiter!



**Winfried Jäger**

Telefon: 0151 18348401

E-Mail: [sportcoach-fulda@gmx.de](mailto:sportcoach-fulda@gmx.de)



**Mariame N'Dakon**

Telefon: 0173 5741488

E-Mail: [sportcoach.fulda@gmail.com](mailto:sportcoach.fulda@gmail.com)



**Harald Piaskowski**

Telefon: 0175 7372600

E-Mail: [sportcoach-fulda@t-online.de](mailto:sportcoach-fulda@t-online.de)

Corona und kein Sport?!  
Das möchten wir ändern!

Online-Sprechstunden  
der  
Sport-Coaches

Flyer  
mit Übersetzungen:  
Arabisch  
Französisch  
Somali



Waan ku faraxsanahay inaan kula kulanno!

Tababarayaashaada isboortiga  
iyadoo lala kaashanayo xafiiska is-dhexgalka