

Auch in diesem Herbst schaffen wir wieder ein Forum für Aufklärung, Anregung und Austausch. Mit der Info-Woche „**Saubere Leistung – kein D(op)ing!**“ vom **17. bis 21. Oktober 2011** bieten wir sowohl jungen Kader-Athlet/innen und ihren Trainer/innen und Eltern sowie erstmals den Anti-Doping-Beauftragten der Fachverbände ein vielseitiges Programm – wie immer unter kompetenter Leitung. Das Gute: Es richtet sich im hohen Maße praxisorientiert an die Akteure und deren Möglichkeiten, Motto: Dopingprävention fängt bei jedem Einzelnen an!

In diesem Sinne hoffe ich auf Ihre und Eure rege Teilnahme an der Info-Woche sowie auf interessante Dialoge.

Renko Schmidt

HSB-VIZEPRÄSIDENT LEISTUNGSSPORTENTWICKLUNG



Fotos: Witters, Fotolia, HSB

ANMELDUNG & INFORMATION

Athlet/innen der Fachverbände melden sich bitte über ihre Landes-Trainer/innen an.

Alle weiteren Interessenten melden sich bitte direkt an:
Hamburger Sportbund, Referat Leistungssportentwicklung
Tel: 040 / 41908-201
Fax: 040 / 41908-230
n.hildebrand@hamburger-sportbund.de

Die Teilnahme ist kostenlos.
Die Veranstaltung wird zur Verlängerung von Trainer- und ÜL-Lizenzen anerkannt (2 Lerneinheiten für Infoabende, 6 Lerneinheiten für Workshop).

Weitere Informationen (ggf. Ergänzungen/Änderungen) erhalten Sie über die Website www.hamburger-sportbund.de

Organisation & Kontakt:
Hamburger Sportbund (Referat Leistungssport),
Niclas Hildebrand, Tel: 040 / 41908-201,
n.hildebrand@hamburger-sportbund.de

Konzeptionelle Beratung und Text:
Jan Schütte Kommunikation

Termin vormerken:
3. HSB-Fachtagung Dopingprävention am Sa, 25.2.2012

Info-Woche 2011 für Athlet/innen und ihr engagiertes Umfeld

„Saubere Leistung – kein Doping!“ Dopingprävention im Nachwuchsleistungssport



**AUFKLÄRUNG,
ANREGUNG,
AUSTAUSCH**

Seit 2008 widmet sich der Hamburger Sportbund intensiv der Dopingprävention im Nachwuchsleistungssport (D-Kader und D-/C-Kader). Die beiden tragenden Säulen dieses Engagements für einen sauberen Sport sind ein fachlich wirksames Konzept und die finanzielle Förderung durch die Freie und Hansestadt Hamburg. Weil das Thema Doping viele Facetten und Adressaten hat, bringen wir im jährlichen Wechsel einerseits Multiplikatoren und Experten im Rahmen einer Fachtagung zusammen und suchen andererseits mit Informationsveranstaltungen das persönliche Gespräch zu jungen Athletinnen und Athleten und ihrem direkten bzw. indirekten Umfeld. Immer stehen dabei Sensibilisierung und Dialog im Fokus – ohne „erhobenen Zeigefinger“. Ein weiteres Ziel ist der Aufbau einer kontinuierlichen Präventionsarbeit in Sportvereinen und -verbänden.

Die Leistungssportentwicklung wird durch die Freie und Hansestadt Hamburg jährlich gefördert.



Hamburger Sportbund

In Kooperation mit:



Freie und Hansestadt Hamburg
Behörde für Inneres und Sport



Hamburger Sportbund



...Doping – und was hat das mit mir zu tun? Diese Frage magst Du Dir durchaus berechtigt stellen, und das ist auch gut so. Es zeigt, dass Du als junge/r Leistungssportler/in Deine Bestleistung ohne verbotene, gesundheitsschädigende Substanzen erbringen willst. Damit respektierst Du nicht nur Deinen Körper und seine natürlichen Leistungsgrenzen, sondern auch die Fairness gegenüber Deinen sportlichen Konkurrenten.

Trotzdem wirst Du als Kaderathlet/in mit dem Thema Doping konfrontiert. Ob mit den Trainings- und Wettkampfkontrollen der NADA oder über die fast tägliche Berichterstattung über prominente Dopingsünder. Doch Doping ist ein weites Feld, und manchmal muss keine böse Absicht im Spiel sein, um positiv getestet zu werden. Die Gefahren sind vielfältig: verunreinigte Nahrungsergänzungsmittel, unklar deklarierte Medikamente oder die unbeabsichtigte Einnahme von Drogen durch z.B. passives Rauchen von Marihuana. Dies alles kann Deiner Karriere einen ärgerlichen „Knacks“ versetzen. So sehr es auch schmerzt, aber ein „Das habe ich nicht gewusst“ schützt Dich nicht vor Sanktionen. Du bist verantwortlich für das, was Du tust!

Doch in Panik geraten hilft nicht, sondern wir wollen Dir helfen, den Überblick zu bewahren und Dich auf Deinem sauberen sportlichen Weg als selbstbestimmte Persönlichkeit unterstützen. Deshalb lädt Dich der HSB zu einem Informationsabend ein, an dem es um das Thema Doping geht. Hier möchten wir Dir vermitteln, wo im Alltag Gefahren lauern, welche (Spät-)Folgen Doping haben kann und wie Du Dich schützen kannst.

Infoabende am 17./18./19. Oktober 2011

- Themen:
- Warum ist der NADA-/WADA-Code wichtig für mich?
 - Welche Informationsmaterialien sind wichtig?
 - Was darf nicht in die Hausapotheke?
 - Worauf muss ich bei Nahrungsergänzungsmitteln achten?
 - Was kann ich beeinflussen, was nicht?

...niemand kennt Ihr Kind länger als Sie und hat so viele seiner Wege begleitet – auch den in den Leistungssport. Schon in jungen Jahren muss Ihre Tochter oder Ihr Sohn hohen physischen und psychischen Belastungen in Training und Wettkampf standhalten. Natürlich paart sich Ihr Stolz auf Erfolg und Talent an manchen Tagen mit der Besorgnis, wie die Sportkarriere gut mit Schule, Ausbildung, Familienleben und Freizeitaktivitäten zu vereinbaren ist. Vor allem der Umgang mit Verletzungen, Niederlagen oder Leistungstiefs stellt Ihr Kind regelmäßig auf die Probe und fordert Ihre elterliche Unterstützung. Unweigerlich berührt auch das Thema Doping den Alltag: ob in Form von Trainings- und Wettkampfkontrollen, bei der Frage der richtigen medizinischen Behandlung oder den jugendlichen Versuchungen in der Freizeit. Deshalb beginnt wirksame Prävention im Elternhaus, der Kenntnis möglicher „Fallen“ und dem kontinuierlichen Dialog mit dem Kind zum Thema Doping. Wie Sie eine klare Anti-Doping-Haltung fördern können, erfahren Sie beim Info-Elternabend des HSB. Hierzu laden wir Sie herzlich ein!

Info-Elternabend am 20. Oktober 2011

- Themen:
- Hausapotheke: Tipps und Tricks
 - Dopingfallen erkennen und vermeiden
 - Die richtigen Quellen zur Information
 - Möglichkeiten des Dialogs mit dem eigenen Kind



...Sie engagieren sich für eine sehr wichtige Aufgabe in Ihrem Verein oder Verband. Gleichzeitig haben Sie mit der Entscheidung für das Amt des/der Anti-Doping-Beauftragten relatives Neuland betreten. Jetzt heißt es, das Bekenntnis für einen sauberen Sport mit konkreten Maßnahmen oder Projekten zu untermauern und eine klare Anti-Doping-Haltung im Bewusstsein der Aktiven und Verantwortlichen zu fördern. Ein spannendes und anspruchsvolles Unternehmen, bei dem der HSB Sie gern unterstützen möchte – angefangen mit einem Workshop im Rahmen der Info-Woche Dopingprävention. Auch weitere Vereins- und Verbandsvertreter/innen, die sich als Multiplikatoren für einen sauberen Sport engagieren möchten, sind hierzu herzlich eingeladen.

Workshop am 21. Oktober 2011

- Themen:
- Wie sensibilisiere ich für das Thema Doping im eigenen Verein/Verband?
 - Nationale und internationale Doping-Reglements, Dopingsubstanzen und -wirkweisen
 - Wie entwickelt sich eine Dopingmentalität und was kann ich dagegen tun?
 - Praktische Dopingprävention für Athlet/innen, Trainer/innen und Umfeld



Mo. 17. Oktober 2011 (18 - 20 Uhr):
„Doping – und was hat das mit mir zu tun?“
Infoabend für Kaderathlet/innen, 10 - 13 Jahre

Di. 18. Oktober 2011 (18 - 20 Uhr):
„Doping – und was hat das mit mir zu tun?“
Infoabend für Kaderathlet/innen, 14 - 16 Jahre

Mi. 19. Oktober 2011 (18 - 20 Uhr):
„Doping – und was hat das mit mir zu tun?“
Infoabend für Kaderathlet/innen, 17 - 20 Jahre

Do. 20. Oktober 2011 (18 - 20 Uhr):
Infoabend für Eltern von Kaderathlet/innen

Fr. 21. Oktober 2011 (18 - 22 Uhr):
Workshop Dopingprävention
für Anti-Doping-Beauftragte und interessierte Vereins- und Verbandsvertreter
(optional: Sa, 22. Oktober 2011, 10 - 14 Uhr)

Ort für alle Veranstaltungen:
**Haus des Sports, Schäferkampsallee 1,
20357 Hamburg (U-Bahnstation Schlump)**



Referent: (Infoabende und Workshop):
**Michael Sauer, Manfred Donike
Institut für Dopinganalytik e.V.
(Deutsche Sporthochschule Köln)**

