

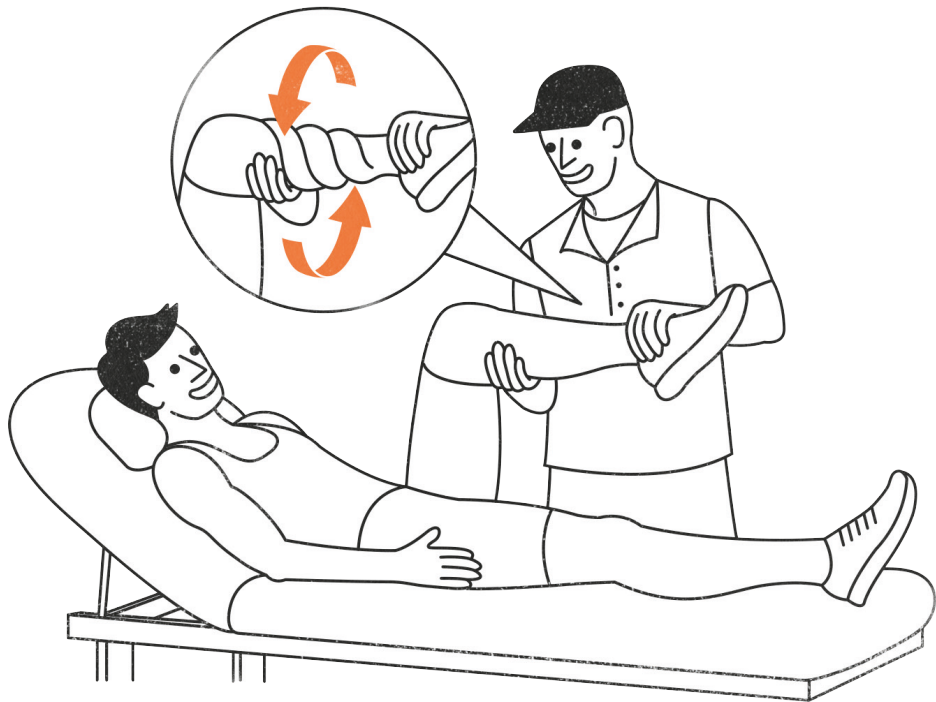
SUPER VISOR



GEMEINSAM
GEGEN DOPING

Immer eine große Hilfe

nada
FÜR SAUBERE LEISTUNG



Zunächst einmal: Vielen Dank für Ihr Engagement! Sie als Betreuer*in, ob nun in der Rolle als Zeugwart/Zeugwärtin, Pädagoge*in, Ärztin/Arzt, Physiotherapeut*in, Psycholog*in oder Teammanager*in stellen eine sehr wichtige Anlaufstelle für Athlet*innen dar. Da auch Sie mit dem Thema Dopingprävention konfrontiert sein können bzw. vielleicht schon wurden, haben wir speziell für Sie relevante Informationen in dieser Broschüre gesammelt.

In dieser Broschüre kommt das Gendersternchen zum Einsatz. Im Sinne der Lesbarkeit ändert sich dabei gelegentlich die Geschlechterreihenfolge. Wir hoffen auf Ihr grammatikalisches Fairplay.

Was Sie davon benötigen und verwenden möchten, bleibt selbstverständlich Ihnen überlassen.

**Das geht
raus an alle
Helfer*innen**

INHALT

6

Einfach mal Danke sagen

Wir schätzen Ihr
Engagement.

9

Wie weit gehen Sie?

Betreuer*in ist nicht
gleich Betreuer*in.

12

Zielsicher engagiert

So stellen wir uns
Prävention vor.

14

Sind alle dabei? Sauber.

Zahlreiche Wege, wie
Sie aktiv werden.

18

Jetzt mal unter uns

So können Sie anonym
Hinweise geben.

21

Und Sie sind...?

Ihr Anti-Doping-
Spitzname to go.

EINFACH MAL DANKE SAGEN

Wenn das Umfeld stimmt, sind Athlet*innen erheblich weniger gefährdet, zu Dopingmitteln zu greifen. Die Rolle, die Betreuer*innen wie Sie in der Dopingprävention spielen, kann deshalb nicht stark genug betont werden.




Vor Erstellung dieser Broschüre

haben wir uns viele Gedanken darüber gemacht, wo Betreuer*innenschaft anfängt und wo sie endet. Tatsächlich ist es nicht einfach, dies für jede*n Einzelne*n zu bestimmen. Zumal jede Sportart eigene Rahmenbedingungen hat, auf deren Grundlage Unterstützung definiert ist. Daher: Diese Broschüre ist für alle Betreuer*innen im sportlichen Umfeld von Athlet*innen gedacht, die sich als genau solche verstehen. Diesem Verständnis folgend können wir sicherlich nur eine unvollständige Liste Ihrer Aufgabenfelder aufzählen. →

In welcher Rolle auch immer Sie unterwegs sind, vielleicht auch als Anti-Doping-Beauftragte*r, und ungeachtet dessen, wie viel Zeit in der Woche oder im Monat auf die Betreuung Ihrer Schützlinge entfällt: Mit Ihrer Nähe zu den Athlet*innen sind Sie wichtige Ansprechpartner*innen und begleiten Karrieren und den sportlichen Alltag mit Rat und Tat. Unser Beratungs- und Informationsangebot versteht sich dabei als Ergänzung Ihrer fachkundigen Unterstützung der Sportler*innen.

Die Dopingprävention ist ein Thema, das alle Athlet*innen von Beginn an in ihrer leistungssportlichen Karriere begleitet. Über mögliche Schattenseiten des Sports spricht niemand gerne, aber es ist gut, die richtigen Antworten und Anlaufstellen parat zu haben, sobald Fragen aufkommen. Deshalb wurde diese Broschüre erstellt.

An dieser Stelle noch einmal ein großes Dankeschön für Ihr Engagement! Gerade die Betreuungsarbeit ist häufig durch ein hohes Maß an innerer Motivation und nicht selten auch durch das Ehrenamt geprägt. Daher „Hut ab“ sowie Danke für Ihre Leistungsbereitschaft und Ihren Einsatz, den Sie für die Begleitung und Betreuung Ihrer Athlet*innen aufbringen. 

WIE WEIT GEHEN SIE?

Wie weit man sich mit dem Thema Dopingprävention auseinandersetzen möchte, ist eine Frage der eigenen Rollendefinition. Daher wollen wir drei exemplarische Rollen etwas näher beleuchten. Anhand der folgenden Typen können Sie herausfinden, welche Informationen zur Dopingprävention für Sie relevant sind und wo Sie diese finden.



Typ Ratgeber*in

Bestens informiert zu sein und auf jede Frage eine Antwort oder mindestens eine gute Ahnung zu haben ist Ihr Anspruch? Dann beschäftigen Sie sich nicht nur mit der vorliegenden Broschüre, sondern bilden sich mit gebündeltem Fachwissen weiter. In unserer ANTI DOPING BASICS Broschüre haben wir dazu alle Informationen gesammelt, die es zu wissen und zu beachten gilt. Zielgruppenübergreifend.

Typ Wegweiser*in

Die Inhalte dieser Broschüre interessieren Sie, und Sie könnten sich vorstellen, darüber hinaus auch die anderen Angebote des Präventionsprogramms GEMEINSAM GEGEN DOPING zu nutzen? Dann fungieren Sie gerne

als Koordinator*in und Wegweiser*in. Organisieren Sie z. B. Präsenzveranstaltungen zum Thema Dopingprävention oder wagen einen Blick über den Teller- rand mit unseren anderen zielgruppenspezifischen Broschüren.



Typ „nicht meine Baustelle“

Sie sind der Meinung, Dopingprävention liegt außerhalb Ihres Einfluss- und Kompetenzbereichs? In Ordnung, vielleicht ist das der Fall. Trotzdem ist es wichtig, dass Sie sensibel auf die Thematik reagieren können, sollten Sie doch einmal dazu angesprochen und um Hilfe gebeten werden. Genau dafür ist diese Broschüre nämlich gedacht: Als erster Zugang, der möglicherweise auch der Beginn von mehr Interesse an der Thematik sein kann.



ZIELSICHER ENGAGIERT

Das Präventionsprogramm GEMEINSAM GEGEN DOPING will Sportler*innen sowie deren Umfeld für saubere Leistung sensibilisieren, über Doping und seine Folgen aufklären, zur Wertereflexion anregen und dadurch saubere Athlet*innen schützen. Dazu wurden zielgruppenspezifische Hilfsmittel entwickelt, um alle Ebenen und Akteure*innen des organisierten Sports anzusprechen und gesamtgesellschaftlich einen Beitrag für sauberen Sport zu leisten.



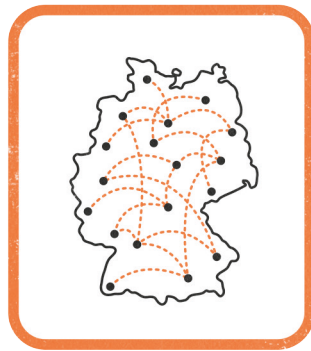
Athlet*innen begleiten

Wir bereiten passende Beratungs- und Informationsangebote auf, die Sie in Ihre Betreuung integrieren können.



Umfeld aktivieren

Ein Merkmal erfolgreicher Athlet*innen ist, dass sie kompetente Ansprechpartner*innen für mögliche Sorgen haben.



Strukturen schaffen

Nur gemeinsam mit den Strukturpartnern des deutschen Sports gelingt nachhaltige Dopingprävention.

SIND ALLE DABEI? SAUBER.

**Die Möglichkeiten zur Kontaktaufnahme mit der NADA
und dem Programm GEMEINSAM GEGEN DOPING sind
vielfältig, offline wie online.**



Schulungsveranstaltungen

Informationsveranstaltungen vor Ort vermitteln im persönlichen Kontakt alle relevanten Themen der Dopingprävention. Die NADA-Prävention tritt dazu gerne in den direkten Austausch mit Athlet*innen und ihren Bezugspersonen und steht in Workshops und Vorträgen Rede und Antwort. Wir besuchen Sie zum Beispiel im Verband, im Olympiastützpunkt oder an Ihrer Partner- oder Eliteschule des Sports.



Infostand

Oftmals bildet der Infostand den Erstkontakt zu GEMEINSAM GEGEN DOPING und den Themen der Dopingprävention. Geschulte Ansprechpersonen betreuen den Infostand vor Ort bei Sportveranstaltungen, Wettkämpfen und ähnlichen Events. So können sich Interessierte über die Angebote der NADA informieren, zum Thema Anti-Doping in Austausch treten und gegebenenfalls zielgerichtet weitervermittelt werden. Bei Interesse wenden Sie sich einfach an das Ressort Prävention der NADA unter praevention@nada.de oder schauen direkt nach dem entsprechenden Antragsformular für Veranstaltungen auf der Homepage: www.gemeinsam-gegen-doping.de.



E-Learning für Athlet*innen

Mit dem GEMEINSAM GEGEN DOPING E-Learning können sich Athlet*innen eigenständig Grundlagenwissen zur Thematik aneignen, unabhängig von Lerntempo und Vorkenntnissen. Durch eine Kombination aus digitalem Lernen und Schulungsveranstaltungen werden alle Lerntypen angesprochen. Wenn Sie das E-Learning auch für Ihre Athlet*innen nutzen möchten, wenden Sie sich bitte an das Ressort Prävention der NADA unter praevention@nada.de.



Website des NADA-Präventionsangebots

Das bietet www.gemeinsam-gegen-doping.de: Neben inhaltlichen Aufklärungsseiten zur Frage „Was ist Doping?“ sowie zielgruppenspezifischen Ansprachen zur Rollen- und Wertereflexion bietet die Website einen umfassenden Überblick aller Präventionsmaßnahmen. Falls Sie die Webseite einbinden oder darauf verlinken möchten, melden Sie sich gerne unter praevention@nada.de.



Weitere Hilfestellungen und Materialien



NADAMed

In der NADAMed Datenbank kann jederzeit nachgesehen werden, ob ein Medikament Substanzen enthält, die auf der Verbotsliste stehen.



Beispielliste

In der Beispielliste sind Medikamente zusammengestellt, die nicht auf der aktuellen Verbotsliste stehen.



Kölner Liste®

Die Kölner Liste® führt Nahrungsergänzungsmittel (NEM) auf, deren Dopingrisiko aufgrund von Überprüfungen minimiert ist.



Broschüren

Die Broschüren der NADA stehen sowohl in der Printvariante als auch digital auf www.gemeinsam-gegen-doping.de zur Verfügung.



NADA2go

Die App NADA2go bietet Zugriff auf die NADAMed, die Beispielliste und Kölner Liste® – mobil und mit Suchfunktion.


JETZT MAL UNTER UNS

Angenommen, Sie haben etwas
Verdächtiges mitbekommen.
An wen wenden Sie sich nun?
Natürlich an uns.



SPRICH`S AN

Lassen Sie nicht zu, dass an-
dere Ihren Sport zerstören!



Zur anonymen Hinweisabgabe oder Kontaktaufnahme hat die NADA ein Portal eingerichtet, welches Ihnen ermöglicht, komplett anonym Verdachtsmomente zu äußern. Vertrauen Sie sich unter www.nada.de/nada/sprichs-an dem Meldesystem an, wenn Sie etwas bemerkt oder gesehen haben, was Ihrer Meinung nach nicht im Einklang mit den Anti-Doping-Bestimmungen oder gar dem Anti-Doping-Gesetz steht.

Auch bei Zweifeln wie...

... aber ich habe es nicht richtig gesehen.

... aber sie werden doch wissen, dass ich sie verpiffen habe.

... aber ich möchte eigentlich nicht petzen.

... aber es ist doch kein*e Athlet*in.





Egal wie klein der Verdacht auch sein mag: Jeder Hinweis kann entscheidend sein und schützt den fairen Sport! So können Strukturen aufgedeckt, Missverständnisse ausgeräumt, mögliche Hinterleute identifiziert und entlarvt werden. Nur so ist sauberer Sport möglich.

Hinweise, die über das Meldesystem SPRICH´S AN abgegeben werden, sind anonym und werden strikt vertraulich behandelt. Die Bereitstellung dieser speziell gesicherten Kommunikationsplattform bietet die Möglichkeit, sich durch Anonymität zu schützen und gleichzeitig aktiv an der Aufklärung von Dopingverstößen mitzuwirken. Das System ermöglicht dem*der Hinweisgeber*in und der NADA, miteinander in Kontakt zu treten und so den Einbahnstraßencharakter anonymer Meldungen zu vermeiden. Dafür steht es dem*der Hinweisgeber*in frei, sich einen geschützten anonymen Postkasten in dem System einzurichten. ■

UND SIE SIND...?

Zum Schluss müssen wir noch einmal sehr ernst werden. Wie sollen wir Sie eigentlich anreden? Oder anders gefragt: Was ist Ihr Betreuer*innen-Spitzname?

Keine Sorge, falls Sie noch keinen haben: Ihr Geburtstag hat Ihren Spitznamen längst festgelegt.

TAG



1. einfach einfühlsame*r...
2. vielseitig interessierte*r...
3. höchst geschätzte*r...
4. allgemein herzliche*r...
5. famos fähige*r...
6. konstant bekräftigende*r...
7. frisch-fröhliche*r...
8. enorm couragierte*r...
9. sehr entgegenkommende*r...
10. helfend zupackende*r...
11. perfekt organisierte*r...
12. rein intuitive*r...
13. jederzeit zugängliche*r...
14. permanent pünktliche*r...
15. umfassend kompetente*r...
16. komplett involvierte*r...
17. ernstlich humorvolle*r...
18. extrem entspannte*r...
19. stets verständige*r...
20. jederzeit zuverlässige*r...
21. top vorbereitete*r...
22. überraschend umsichtige*r...
23. verlässlich rücksichtsvolle*r...
24. überall beliebte*r...
25. ständig motivierende*r...
26. emsig-eifrige*r...
27. unheimlich uneigennützig*r...
28. rührend warmherzige*r...
29. unendlich geduldige*r...
30. total tadellose*r...
31. vollkommen vertrauensvolle*r...

MONAT

Januar	... Helfer*in
Februar	... Mutmacher*in
März	... Initiator*in
April	... Spaßmacher*in
Mai	... Problemlöser*in
Juni	... Unterstützer*in
Juli	... Antreiber*in
August	... Allesregler*in
September	... Vermittler*in
Oktober	... Zuhörer*in
November	... Förderer*in
Dezember	... Mentor*in

HELLO
my name is



WAS IST IHR SPITZNAME?

Diese Veröffentlichung ist Teil einer Sammlung von Infomaterial rund um das Thema Anti-Doping, die Arbeit der NADA und das Netzwerk GEMEINSAM GEGEN DOPING.

Für spezifische Einblicke in die Thematik aus der Sicht von Athlet*innen, deren Verwandten, Trainer*innen und Betreuungspersonal sind zielgerichtet gestaltete Broschüren erhältlich.

Sämtliche Broschüren können jederzeit unter www.gemeinsam-gegen-doping.de bestellt werden.

Herausgeberin

Stiftung Nationale Anti Doping
Agentur Deutschland (NADA)
Heussallee 38 | 53113 Bonn
T. 0228 81292-0 | F. 0228 81292-219
info@nada.de

Gestaltung

Rocket & Wink

Druck

MKL Druck GmbH & Co. KG
NADA-Materialnr. 84
4. Auflage, Dezember 2025
Auflagenhöhe 2000

UNSERE BROSCHÜREN



Kinder 5-10 Jahre



Athlet*innen 11-17 Jahre



Trainer*innen



Athlet*innen 18+ Jahre



Eltern und Familie



Betreuer*innen



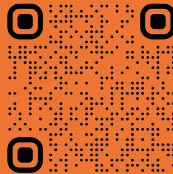
Lehrkräfte und Schulen



Anti Doping Basics

Ihre Meinung zu dieser Broschüre?

Hier geht's zum Feedbackbogen:



Gemeinsam mit unseren Partnern für sauberen und fairen Sport

**SPORT
EHREN♥MT**

Gefördert durch:



Bundeskanzleramt

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



**STADT.
CITY.
VILLE.
BONN.**

www.nada.de