

GEZIELTE KARRIEREPLANUNG IN SPORT, AUSBILDUNG UND BERUF

# Swiss Olympic Athlete Career Programme





« Wer an internationalen Wettkämpfen auf das Podest steigen will, muss seinen Fokus voll auf den Sport richten können. Das erfordert eine optimale Koordination von Schule, Beruf und Sport. Deshalb ist für den sportlichen und beruflichen Erfolg von Spitzensportlern eine Karriereplanung unerlässlich. Eine professionelle Karriereberatung kann dabei viele Hindernisse aus dem Weg räumen. »

Jörg Schild, Präsident von Swiss Olympic

# Das «Swiss Olympic Athlete Career Programme» im Überblick

Damit wir dich möglichst effizient und zielorientiert unterstützen können, ist das «Swiss Olympic Athlete Career Programme» in drei Bereiche aufgeteilt:

| Swiss Olympic Athlete Career Programme   |  |  |
|--|--|--|
| Education  | Life Skills  | Employment   |
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Flexible Aus- und Weiterbildungen</li><li>• Berufs-, Studien- und Laufbahnberatung</li><li>• Swiss-Olympic-Label-Schulen</li><li>• Leistungssportfreundliche Lehrbetriebe</li><li>• etc.</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Sponsorensuche</li><li>• Medienkompetenz</li><li>• Mentale Stärke</li><li>• Professionelle Vermarktung</li><li>• Zeitmanagement</li><li>• etc.</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Vorbereitung auf den Arbeitsmarkt</li><li>• Hilfe bei der Stellensuche</li><li>• Stellenvermittlung</li><li>• etc.</li></ul> |

In einem persönlichen und unverbindlichen Beratungsgespräch richten wir uns nach deinen persönlichen Bedürfnissen und suchen gemeinsam mit dir nach einer individuellen Lösung für eine optimale Karriereplanung.

Die möglichen Themen reichen von Problemen mit deiner Ausbildungsstätte über eine Optimierung deines Zeitmanagements bis zur Unterstützung bei der Stellenbewerbung.

Ansprechperson:

Karin Rauber  
karin.rauber@swissolympic.ch  
+41 (0)31 359 71 63

In cooperation with





## Education

Speziell für dich als Spitzensportler ist es eine grosse Herausforderung, deinen Sport mit der Aus- und Weiterbildung unter einen Hut zu bringen. Wir helfen dir, einen individuellen Weg zu finden, der optimal auf deine sportliche Karriere abgestimmt ist. Um dies zu erreichen, arbeiten wir mit Berufs-, Studien- und Laufbahnberatern der Kantonalen Berufsinformationszentren (BIZ) zusammen, die auf die Betreuung von Sportlern und Trainern spezialisiert sind.

Wir setzen uns auch aktiv für flexible Angebote im Bereich Aus- und Weiterbildung ein. Wir unterstützen dich bei der Suche nach Studienbetrieben, die deinen Bedürfnissen gerecht werden, oder helfen dir, auf deine Trainingspläne abgestimmte Lösungen auszuhandeln. Mit den Swiss-Olympic-Label-Schulen stehen dir zudem schweizweit Bildungsstätten zur Verfügung, die auf eine sportlergerechte Ausbildung spezialisiert sind.

« Dank der Unterstützung des «Swiss Olympic Athlete Career Programme» fällt mir der Sprung in eine zukünftige Nachsportkarriere leichter. »

Ariella Kaeslin, Europameisterin und Vize-Weltmeisterin, Kunstturnen

## Life Skills

Welche Bereiche sind für deine Spitzensportkarriere wichtig und wie kannst du dich optimal darauf vorbereiten? Eine Spitzensportkarriere stellt dich und dein persönliches Umfeld oft vor neue Herausforderungen. Ob Sponsorsuche, Mentaltraining, Zeitmanagement oder der Umgang mit Medien – die richtigen Entscheidungen zu

treffen, kann und muss man lernen. Zur Schulung deiner «Life Skills» bieten wir verschiedene Kurse an. Du findest eine Liste mit dem aktuellen Angebot auf [www.swissolympic.ch/careerprogramme](http://www.swissolympic.ch/careerprogramme). Dort findest du auch Merkblätter und Arbeitsunterlagen zum Herunterladen.



« Erfolgreiche Sportler leben ihren Sport mit starkem Bekenntnis. Dadurch entwickeln sie einen ausgeprägten High Performance Lifestyle. Und dieser Lifestyle ist Lebensfreude, Höchstleistung, Ästhetik und Können zugleich. »

Gian Gilli, Leiter Spitzensport und olympische Missionen, Swiss Olympic



## Employment

Zusammen mit Adecco, Partner des «Swiss Olympic Athlete Career Programme» unterstützen wir dich beim Schritt in die Arbeitswelt. Einerseits bereiten wir dich in einer Beratung auf den Arbeitsmarkt vor, andererseits helfen wir dir bei der Stellensuche.

Unsere Unterstützung reicht von der Hilfe beim Schreiben einer Bewerbung bis zur aktiven Stellenvermittlung. Dabei spielt es keine Rolle, ob du ein Praktikum, einen Temporär-Job oder eine Festanstellung suchst.

« Dank der Gewissheit, dass mich das «Swiss Olympic Athlete Career Programme» bei der Erreichung meines Berufsziels unterstützt, fiel mir der Schritt nach Nordamerika bedeutend leichter. Gleichzeitig konnte ich dank mehreren vermittelten Praktika die Saisonpause jeweils nutzen, um mich in der Schweiz beruflich weiterzuentwickeln. »

Stefanie Marty, Olympiateilnehmerin, Eishockey



## Optimales Umfeld für optimale Resultate

Das «Swiss Olympic Athlete Career Programme» bietet dir als Athlet oder Trainer Dienstleistungen für eine gezielte Karriereplanung in Sport, Ausbildung und Beruf. Wir unterstützen dich während deiner Nachwuchsleistungssport- und Spitzensportkarriere ebenso wie in der Zeit nach deinem Rücktritt. Wir beraten dich in allen Bereichen des

Umfeldmanagements und helfen dir bei der Stellensuche während deiner Aktivzeit sowie beim Einstieg in die Berufswelt nach deiner Spitzensportkarriere. Unser langfristiges Ziel ist es, gemeinsam mit dir deine Spitzensportkarriere optimal zu gestalten und dir bestmögliche Perspektiven für die Zeit danach zu eröffnen.



**Die Gewissheit, neben der Piste auf ein verlässliches Team zur Vorbereitung meiner Nachsportkarriere vertrauen zu können, erleichtert es mir, die optimale Linie zu finden.**



Carlo Janka, Olympiasieger und Weltmeister, Ski alpin

*Zu Gunsten der Lesefreundlichkeit wurde bei Personenbezeichnungen auf die weibliche Form verzichtet.*

Swiss Olympic  
Haus des Sports  
Talgutzentrum 27  
3063 Ittigen b. Bern  
Postfach 606  
3000 Bern 22

Tel. +41 (0)31 359 71 11  
Fax +41 (0)31 359 71 71  
careerprogramme@swissolympic.ch  
www.swissolympic.ch

**National Supporter**



**Leading Partners**

