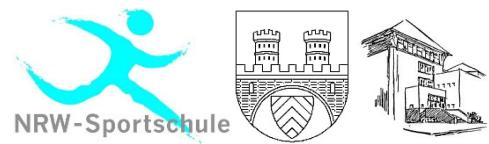


Helmholtz-Gymnasium

Stadt. Gymnasium für Jungen und Mädchen (Sekundarstufe I und II)



Helmholtz-Gymnasium, Ravensberger Str. 131, 33607 Bielefeld

Ansprechpartner:
Herr Thomas von Gradowski
NRW-Sportschule
Tel.: 05 21 / 51 65 07
E-Mail:
t.von.gradowski@helmholtz-gym.de

Bielefeld, 16.02.2026

Einladung zum Informationsabend

— Liebe Eltern, liebe Sorgeberechtigte, liebe Kooperationspartner,

die Anforderungen an Nachwuchsleistungssportler:innen sind hoch: Schule, Training, Wettkämpfe, Erwartungen und gleichzeitig die normale Entwicklung im Kindes- und Jugendalter. Neben der körperlichen Leistungsfähigkeit spielt daher auch die psychische Gesundheit eine zentrale Rolle für Wohlbefinden, Entwicklung und langfristigen sportlichen Erfolg.

— Vor diesem Hintergrund laden wir Sie herzlich zu einem Informationsabend zum Thema
„Psychische Gesundheit im Nachwuchsleistungssport“
ein.

Termin: Donnerstag, 12. März 2026

Uhrzeit: 19:00 – 20:30 Uhr

Ort: Helmholtz-Gymnasium Bielefeld, Aula

Der Informationsabend ist Teil eines gemeinsamen Konzepts des Helmholtz-Gymnasiums Bielefeld in Kooperation mit der Universitätsklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie Bielefeld sowie der Universität Bielefeld zur Förderung der psychischen Gesundheit im Nachwuchsleistungssport.

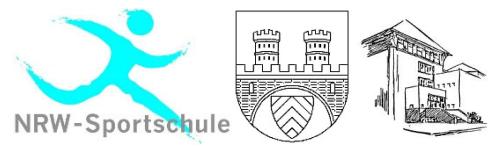
Im Rahmen des Abends erhalten Sie Einblicke in:

- typische psychische Belastungen im Nachwuchsleistungssport
- Warnsignale für Überforderung oder Krisen
- Möglichkeiten der Prävention und Unterstützung
- den Umgang mit Leistungsdruck, Niederlagen und Erwartungshaltungen

Darüber hinaus möchten wir Raum für Fragen und den gemeinsamen Austausch schaffen.

Helmholtz-Gymnasium

Städt. Gymnasium für Jungen und Mädchen (Sekundarstufe I und II)



Helmholtz-Gymnasium, Ravensberger Str. 131, 33607 Bielefeld

Der Informationsabend wird durchgeführt von Nadine Vietmeier, Psychologische Psychotherapeutin für Kinder, Jugendliche und Erwachsene und zertifizierte Sportpsychologin. Sie ist wissenschaftliche Mitarbeiterin an der Universitätsklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie Bielefeld und verfügt über langjährige Erfahrung in der psychotherapeutischen und sportpsychologischen Begleitung von Nachwuchs- und Leistungssportler:innen.

Neben Eltern sind auch Trainer:innen, Lehrkräfte sowie weitere Interessierte herzlich willkommen.

—
Wir freuen uns über Ihre Teilnahme und den gemeinsamen Austausch.

Mit freundlichen Grüßen

joachim held

—
Schulleitung
(Joachim Held)

T.v. gradowski

Koordination NRW-Sportschule
(Thomas von Gradowski)