



Δημήτρης Γαργαλιάνος
Καθηγητής
ΤΕΦΑΑ ΔΠΘ

dimitris_gargalianos@hotmail.com

Ο όρος “Dual Career” περιγράφει:

Την προσπάθεια που (πρέπει να) καταβάλλει ο αθλητής κατά τη διάρκεια της αθλητικής του καριέρας να εκπαιδευτεί σε κάτι χρήσιμο,

ώστε

όταν την ολοκληρώσει να μπορεί να είναι χρήσιμος στον εαυτό του, την οικογένειά του και την κοινωνία σε όλη τη διάρκεια της υπόλοιπης ζωής του.

Ο πιο ακριβοπληρωμένος αθλητής στην ιστορία

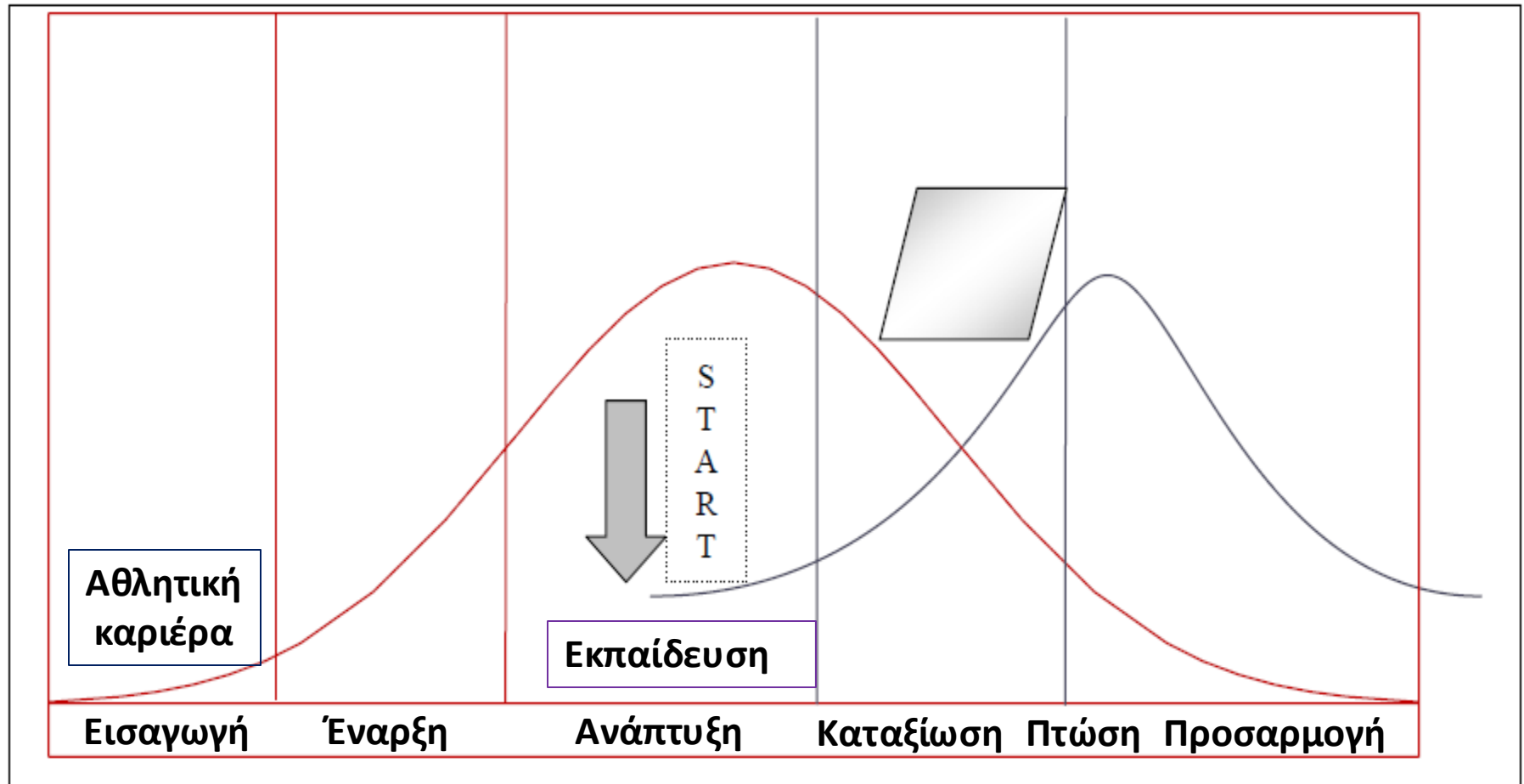
ήταν ο Ισπανός ηνίοχος Gaius Appuleius Diocles, ο οποίος στα 24 χρόνια που αγωνίστηκε κατά τη διάρκεια της Ρωμαϊκής αυτοκρατορίας έλαβε αμοιβές 35 εκ. σιστερσίων (σημερινή αξία περίπου \$ 15 δις).

Ήταν συνέχεια χρεωμένος, όχι μόνο κατά τη διάρκεια της αθλητικής του καριέρας, αλλά και μετά από αυτή.

Φάσεις στην αθλητική καριέρα:

1. Παιχνίδι
 2. Εισαγωγή
 3. Έναρξη αθλητικής καριέρας
 4. Ανάπτυξη
 5. Καταξίωση
-
6. Πτώση ➡ Λήξη της αθλητικής καριέρας
 7. Προσαρμογή σε μία νέα φάση ζωής

Η προσαρμογή στη νέα κατάσταση (πρέπει να) αρχίζει στο ξεκίνημα της αθλητικής καριέρας





Ο αθλητής σταματάει τον αθλητισμό διότι:

1) Του το επιβάλλουν οι συνθήκες:

- Τραυματισμός
- Διαφωνία με τη διοίκηση και τιμωρία
- Παραβίαση κανονισμών της WADA
- Παρατεταμένη μη επιλογή από τον προπονητή
- Προχωρημένη ηλικία
- Οικονομικοί λόγοι

2) Το επιλέγει ο ίδιος

Τι συμβαίνει συνήθως στον αθλητή όταν σταματάει τον αθλητισμό:

- Δεν μπορεί να διαχειριστεί την αδρεναλίνη.
- Δυσκολεύεται να μεταβεί σε μία καινούργια κατάσταση (Brewer, 1993).
- Διέρχεται κρίση ταυτότητας.
- Αν δεν έχει προετοιμαστεί κατάλληλα εμφανίζει αποκλίνουσες συμπεριφορές (π.χ., εθισμό στον τζόγο, στο αλκοόλ, στα ναρκωτικά, κλπ.) (Baillie & Danish, 1992).

Ryan Lochte to get 'professional assistance' for 'alcohol addiction,' his lawyer says

| USA TODAY Sports

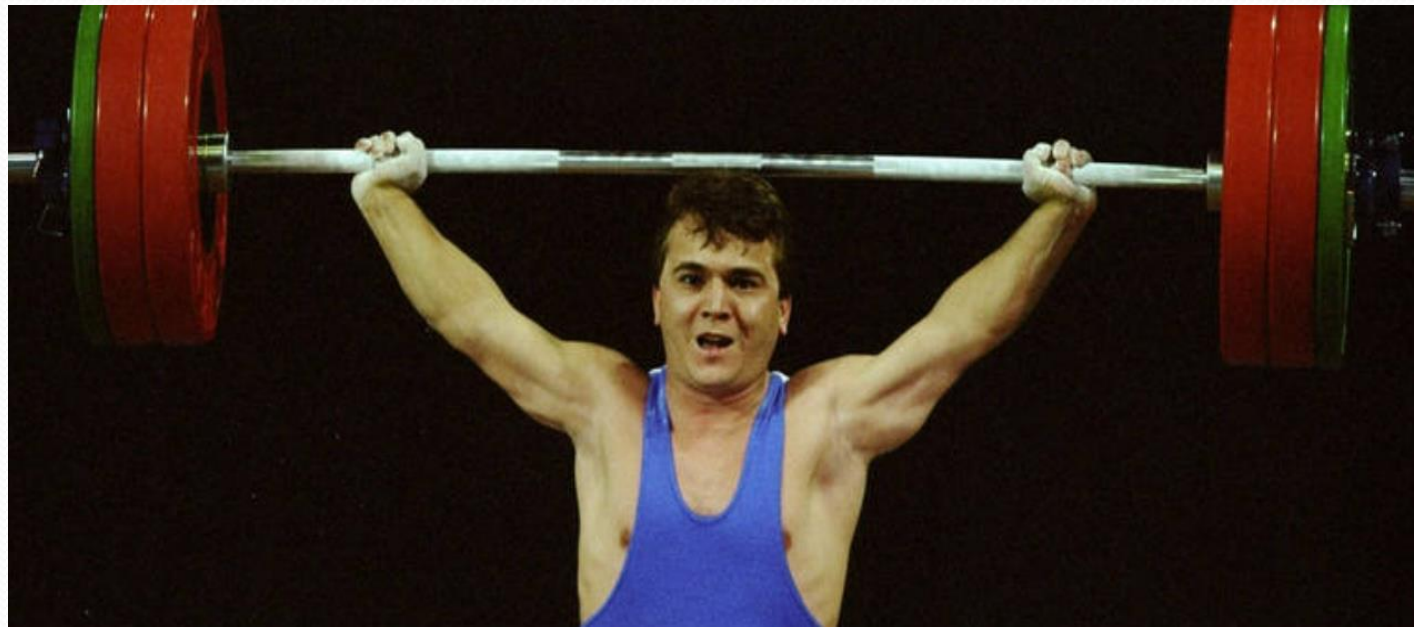
Published 2:16 PM EDT Oct 6, 2018



Πέθανε ο Ναΐμ Σουλεϊμάνογλου

Newsroom , CNN Greece

14:39 Σάββατο, 18 Νοεμβρίου 2017



Μετά την αποτυχία του στους Ολυμπιακούς αγώνες του Σίδνεϊ εθίστηκε στο αλκοόλ με αποτέλεσμα τα τελευταία χρόνια να υποφέρει από ηπατική ανεπάρκεια. Το καλοκαίρι εισήχθη στο νοσοκομείο, προκειμένου να θεραπευτεί, ωστόσο στις αρχές του Σεπτεμβρίου έκανε εκ νέου εισαγωγή στο ίδιο νοσοκομείο, για να περάσει σήμερα στην αιωνιότητα του παγκόσμιου αθλητισμού.

Ο Ντέμης Νικολαΐδης εξομολογείται: «Άρχισα να πίνω, πήρα πολλά κιλά, έφαχνα το νόημα για τη ζωή»



Τρίτη, 25.4.2023, 19:39

Zappit [@ZAPPIT_](#)

"Δεν ξέρουμε κάτι άλλο να κάνουμε, ξέρουμε μόνο το ποδόσφαιρο. Και ξαφνικά μια μέρα όλα τελειώνουν, χάνουμε όλη μας τη ζωή, όλο το νόημα", περιγράφει ο Ντέμης Νικολαΐδης.



Αθλητισμός

Όταν το χρυσό μετάλλιο «παγώνει» το στήθος: Πρωταθλητές με αντίπαλο την κατάθλιψη

Μετάλλια. Διακρίσεις. Τιμές. Δόξα. Κι ύστερα; Τι γίνεται όταν σβήνουν τα φώτα για έναν πρωταθλητή;



ΣΠΟΡ

Μάικλ Φέλπς # Ολυμπιακοί Αγώνες # Κολύμβηση
Αυτοκτονία

Η εξομολόγηση του μύθου της κολύμβησης και κατόχου 28 Ολυμπιακών μεταλλίων, Μάικλ Φέλπς: «Σκέφτηκα να αυτοκτονήσω»

Ο Αμερικανός κολυμβητής μίλησε στη Μαδρίτη για την μάχη που έδωσε με την κατάθλιψη και έδωσε συμβουλές στους νέους ανθρώπους και στους... συνταξιούχους



Ακρόαση άρθρου 4 λεπτά



Αλληλογραφία - Dimitris Garga x Δάκρυσε ο Ριτσάρλισον μιλώντας για την κατάθλιψη

newsbeast.gr/sports/arthro/10716196/dakryse-o-ritsarlison-milontas-gia-tin-katathlipsi-meta-to-mountial-2022

ΑΘΛΗΤΙΚΑ #Εθνική Βραζιλίας #κατάθλιψη #Τότεναμ

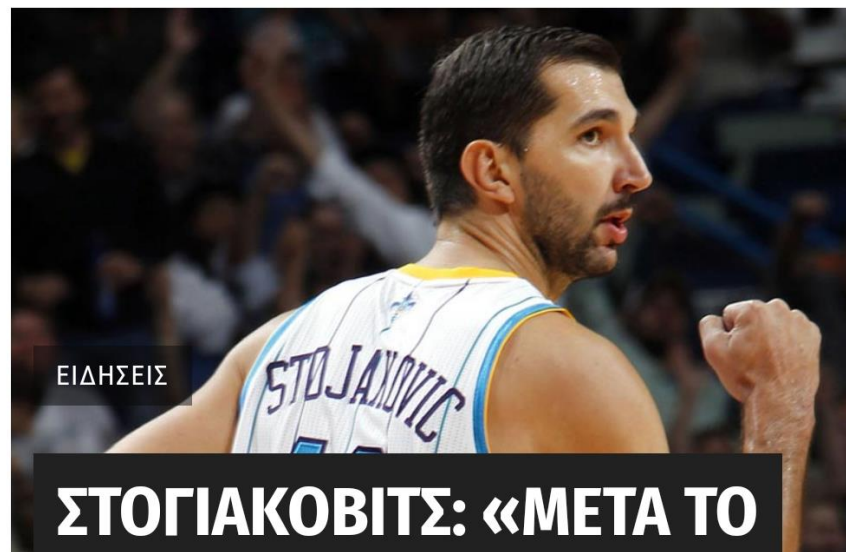
Δάκρυσε ο Ριτσάρλισον μιλώντας για την κατάθλιψη – «Μετά το Μουντιάλ 2022...»

Ο Βραζιλιάνος επιθετικός αναφέρθηκε στη μάχη που έδωσε



Απόρρητο

5:37 μμ
28/3/2024



ΣΤΟΓΙΑΚΟΒΙΤΣ: «ΜΕΤΑ ΤΟ

ΜΠΑΣΚΕΤ ΔΕΝ ΣΕ ΠΑΙΡΝΕΙ

ΚΑΝΕΙΣ ΤΗΛΕΦΩΝΟ ΚΑΙ ΟΙ

ΕΠΙΤΑΓΕΣ ΣΤΑΜΑΤΟΥΝ»



[Games](#) [Schedule](#) [Watch](#) [Playoffs](#) [Draft](#) [News](#) [Stats](#) [Standings](#) [Teams](#) [Players](#) [NBA Play](#) [Future Starts Now](#) [N](#)

NEWS

[Home](#) [Top Stories](#) [NBA Awards](#) [Draft](#) [Free Agency](#) [Transactions](#) [Fantasy](#) [Features](#) [History](#) [Writer Archi](#)

TOP STORIES

Andre Drummond ruled out after posting about mental health

The veteran center was ruled out because of personal reasons.

Jay Cohen | The Associated Press



<https://www.govastileto.gr/lifestyle/celebrities/janis-timma-i-aftoktonia-o-epeisodiakos-chorismos-me-tin-oukrani-tragoudistria-anna-sedokova-kai-i-katathlipsi/>

GOVA STILETTO

LIFESTYLE FASHION BEAUTY WELLNESS LIVING FOOD ΖΩΔΙΑ KIM'S BLOG

Janis Timma: Η αυτοκτονία, ο επεισοδιακός χωρισμός με την Ουκρανή τραγουδίστρια Anna Sedokova και η κατάθλιψη

CELEBRITIES

Janis Timma: Η αυτοκτονία, ο επεισοδιακός χωρισμός με την Ουκρανή τραγουδίστρια Anna Sedokova και η κατάθλιψη

17.12.2024 | 17:30





Μέτοχοι στη διπλή καριέρα του αθλητή

- **Ο ίδιος ο αθλητής**
- Οι γονείς του
- Ο προπονητής του
- Το σωματείο του
- Η Ομοσπονδία
- Η ΕΟΕ
- Η κυβέρνηση
- Προπονητικά κέντρα
- Εκπαιδευτικά ιδρύματα
- Δημόσιος / ιδιωτικός τομέας

Κανείς από τους παραπάνω δεν ενδιαφέρεται
όπως χρειάζεται για το τι θα κάνει ο αθλητής
όταν σταματήσει τον αθλητισμό!!!

Ο ίδιος ο αθλητής δεν ασχολείται και λέει:

- Είμαι αθλητής, όχι φοιτητής
- Δεν το χρειάζομαι
- Θέλω άμεσα αποτελέσματα
- Ποιος άλλος το κάνει;
- Ποιος με ενθαρρύνει / μου δίνει την δυνατότητα να το κάνω;
- Θα γίνω Ολυμπιονίκης και θα με φροντίσει το κράτος

FIFPRO CONDEMNS MAGATH'S ADVICE TO QUIT SCHOOL



FIFPro is astonished that Schalke 04 coach Felix Magath has successfully urged young Julian Draxler to drop out of highschool in order to focus solely on his career as a professional footballer.

Draxler is one of Schalke's brightest talents. The 17-year old midfielder recently helped his club progress to the semi finals of the German Cup (DFB Pokal) by scoring a winner in extra time against 1. FC

Nürnberg. His coach, Felix Magath praised him. 'I'm convinced he will have a great career.'

Magath also advised Draxler to quit highschool. The youngster has not returned to his school since the recent Christmas holidays and is not planning to return. Magath approves: 'Julian was a great student and surely would have graduated. But in 15 or 20 years, when his career is over, he will not need a highschool diploma anymore.'

'I am astonished at the remarks of Magath', reacts Tony Higgins, FIFPro's Education Officer. 'All progressive thinking in modern football is about encouraging players - and particularly young players - to continue in education. Not only does it prepare footballers for their next career after football, but it gives them the skills and confidence to deal with life as a professional footballer.'

Στερεότυπο 1:

Η διάρκεια της καριέρας είναι μεγάλη

Η αλήθεια

NFL → 3,5 χρόνια

NBA → 5

NLB → 6

Ευρωπαίοι καλαθοσφαιριστές → 8,5

Στερεότυπο 2: Έχουν πολύ υψηλά εισοδήματα

Η αλήθεια

Ευρωπαίοι καλαθοσφαιριστές ανά έτος:

47% μέχρι 30.000 €

60% μέχρι 60.000 €

13% πάνω από 150.000 €

Μ.Ο. για όλα τα αθλήματα = 30.538 €

Στερεότυπο 3: Όταν τελειώνουν την καριέρα τους είναι οικονομικά αποκατεστημένοι

Η αλήθεια

NFL: Σε 2 χρόνια από τότε που σταματούν να αγωνίζονται το 75% είτε έχουν σοβαρά οικονομικά προβλήματα / είναι χρεοκοπημένοι, είτε έχουν πάρει διαζύγιο, είτε και τα δύο

NBA

Σε 5 χρόνια το 60% είναι χρεοκοπημένοι (Torres, 2009)



ΒΟΥΛΑ

Ο Γιώργος Ανατολάκης έχασε το σπίτι του σε πλειστηριασμό

0

11 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2019, 14:59



Η μεγαλύτερη στεναχώρια για τον Γιώργο Ανατολάκη ήταν ο χωρισμός του πριν από δυο χρόνια με τη επί 15 χρόνια σύζυγό του, Ζάννα Χολέβα με την οποία απέκτησε δυο παιδιά. Οι δυο πλευρές πήγαν στα δικαστήρια και ο Ανατολάκης κλήθηκε να πληρώσει διατροφή αρκετών χιλιάδων ευρώ στην πρώην γυναίκα του για την ανατροφή των παιδιών του.







<https://www.alphanews.live/sports/hreokopimenoi-star-toy-podosfairoy-foto>

Χρεοκοπημένοι σταρ του ποδοσφαίρου (ΦΩΤΟ)

Παρασκευή, 6/3/2020 - 19:53

f t in G+ ✉





Boris Becker made it to the front page of Munich's Sueddeutsche Zeitung

as the newspaper offered the 3-time Wimbledon Champion (1985, 1986 and 1989) a full page interview to describe his situation after he was reported **bankrupt** in connection with non-repayment of debts with a London private bank. In fact, earlier this month a London court had confirmed Becker's insolvency. His lawyer immediately denied that Becker was insolvent.

"I am not insolvent" the *Sueddeutsche Zeitung* quoted the soon to be 50-year-old in the caption with Becker's image on the cover page, who claimed that he "fulfilled all his obligations". Becker, who for many years now has been getting himself talked about, complains that he is often misunderstood in Germany, and stresses "what freedom his life in Wimbledon gives him". Finally he says defiantly: "I will play the final ball". ◀◀◀

ΣΤΙΒΟΣ

Αδιανόητη καταστροφή για Μπολτ: Με τόσα χρήματα έμεινε στο λογαριασμό του

SHARE



Σtereότυπο 4:

Οι περισσότεροι δεν χρειάζεται να δουλέψουν

Η αλήθεια:

Γερμανοί ποδοσφαιριστές:

- (νυν) το 25% έχει πιο πολλά χρέη από ότι περιουσία (DieWelt, 2011).
- (πρώην) το 91% πρέπει να δουλέψει για να επιβιώσει.

Τι εμποδίζει τον αθλητή να σπουδάσει;

- Η έλλειψη δομών
 - Εξ αποστάσεως προγράμματα
 - Ευέλικτα προγράμματα (καλοκαίρι, ανοιχτού τέλους)
 - Σύστημα πανελλήνιων εξετάσεων
 - Πρακτική άσκηση
- Η αντίληψη «η νίκη πάνω από όλα»
- Η πίεση από τους προπονητές (και τους γονείς)
να διακριθεί στον αθλητισμό



International
Olympic
Committee

In force as from
23 July 2024

OLYMPIC CHARTER



2 Mission and role of the IOC*

- 12 to encourage and support the efforts of sports organisations and public authorities to provide for the social and professional future of athletes;

European Sports Charter

(Adopted on 24 September 1992 - Revised on 16 May 2001 and 13 October 2021)

Article 14 – Supporting top-level and professional sport

1. Methods of providing appropriate direct or indirect support for athletes who demonstrate exceptional sporting qualities shall be devised in order to give them opportunities to fully develop their sporting and human abilities, while ensuring full respect for their individual personality and physical and moral integrity. Such support should include aspects relating to the identification of talent, to the dual careers of athletes, to balanced education while in training institutes, **and to a smooth integration into society through the development of career prospects during and after involvement in high-level sport.**

EU Guidelines on Dual Careers of Athletes



THE WORLD PLAYER DEVELOPMENT, WELLBEING, TRANSITION AND RETIREMENT STANDARD



PARIS 2017

THE PURPOSE OF THE STANDARD

- 1 Serve as a tool for player associations.
- 2 Function as a benchmark for world sport.
- 3 Elevate the professional status of player development managers ("PDM") who serve to promote the personal development and wellbeing of players on and off the field.

GUIDING PRINCIPLES

#Peoplefirst - "Professional players are people first, and players second"
- This requires a 'whole of person' approach acknowledging the intrinsic value of the person behind the player.

The right to a safe workplace - Players are owed a duty of care in the provision of a workplace as free as possible from adverse risks to health and social wellbeing.

Partnership with players and their associations - Effective delivery of the Standard requires sport's stakeholders to collaborate in partnership with players and their associations.

GOALS ↔ REQUIRED ACTIONS

1 EDUCATION

Delivering education in areas such as transitioning into and out of sport, promoting dual careers, encouraging 'life skills', and ensuring player understanding of their sport's regulatory environment.

2 INCLUSION

Promoting inclusion as fundamental aspect of sport, including promoting an understanding of diversity issues regarding sexuality, race, culture, religion, age and gender. This includes establishing environments free from any form of discrimination and harassment.

3 HEALTH AND WELLBEING

The provision of an acceptable level of medical treatment, extending to player mental health services. This includes proactive risk assessment of any factors potentially adverse to player health and wellbeing.

4 PLAYER DEVELOPMENT AGREEMENTS

Dedicated Player Development Agreements should be developed and adopted, and where appropriate through collective bargaining.

5 PLAYER RIGHTS

Player development and wellbeing must be regarded as fundamental matters of player rights.

6 RESEARCH

Ensuring that evidence based research underpins all implemented player development programs and policies.

7 TRANSITION

Acknowledging that transitioning to life after sport is relevant for the entirety of a player's athletic career with programs in place throughout.

8 WORKING ENVIRONMENT

Ensuring that players access a safe work environment on and off the field of play, and promoting PDMs as critical actors in this environment.



~~Agents~~

Players'
Development
Managers

Ο αθλητής που κάνει πράξη τη διπλή καριέρα:

- Έχει καλύτερη υγεία (π.χ., μειωμένο επίπεδο άγχους, κλπ.)
- Είναι πιο κοινωνικός (π.χ., κάνουν ευκολότερα γνωριμίες)
- Είναι πιο ασφαλής για τη ζωή του μετά τον αθλητισμό
- Βρίσκει πιο εύκολα δουλειά
- Μαθαίνει πιο εύκολα **δεξιότητες ζωής**

Δεξιότητες ζωής είναι οι ικανότητες για θετική και προσαρμοστική συμπεριφορά που επιτρέπει στο άτομο να διαχειρίζεται αποτελεσματικά τις απαιτήσεις και τις προκλήσεις της καθημερινής ζωής.

World Health Organization

Chronological Age	Age 0-6, Copper 	Age 7-9, Copper 	Age 10-12, Copper 	Age 13-14, Bronze 	Age 15-19, Bronze 
Developmental Stage	Early Childhood		Late Childhood		Young
Coaches Corner	Introduce Kids & Parents to Wrestling to Increase Participation. Goal: Get Kids to the Next Lvl	Instill a Passion & Love for Wrestling. Goal: Get Kids to the Next Lvl	Start the Real Process of Learning Through Routine & Reps Goal: Get Kids to the Next Lvl	Promote & Apply Competitiveness, Sportsmanship & Mastery of Wrestling	
Support Staff	Parents, Family, Child Care Providers & Community	Parents, Teachers, Coach & Community		Parents, Teachers, Local Coach & Regional/National Coach & Staff	
Knowledge of the Game		Introduction to Wrestling; Basic Knowledge of Rules, Tactics & Elite Athletes		Possess and Demonstrate Knowledge of Rules, Tactics	
Lifestyle & Life Skills	Athletes Cooperate with Others and Show Respect to All Weight Loss for Health Only	Participants Posses Healthy Daily Routines & Nutrition Skills Weight Loss for Health Concerns Only		Athletes Understand Ethical & Moral Values & Appreciation for Wrestling Some Weight Management Guidelines Introduced	
Elite Performance Support	N/A Matches/Yr = 0-12	Matches/Yr = 0-20	Introduction to Basic Performance Support Staff & Philosophies Matches/Yr = 0-20 Matches/Yr = 12-36 Matches/Yr = 24-48		
Tactical	Expect Little to No Tactical Development at This Age	Introduction to Structured Practices	Introduction to Basic Sport Offensive & Defensive Strategies	Understanding Strategy of Mat Technique (Action/Reaction)	
Technical	Expect Little to No Technical Development at This Age	Basic Athletic Movements Are Learned	Basic Skills in Wrestling Are Learned	Exposing Athlete to the Core Skills of Wrestling	Exposing Athlete to Core Techniques of Wrestling
Psychological	Social Interaction with Peers & Maintaining Fun or Activity	Positive Outlook, Cooperation with Others, Social Interaction & Fun	Passion for Wrestling, High Self-Esteem Perceived by Self & Mastery Climate	Ability to Focus Throughout Practice & Openness to Learn New Techniques	Take Criticism as Critical Feedback & Understand Causes of Winning/Losing
Physical	Explore Basic Body Skills, Coordination & Gross Motor Movements <u>When Should We Start Lifting?</u>	Developing Awareness, Coordination & Body Skills Through Games & Activity		Advancing Basic Movements & Combinations of Movements Through Repetition	

Δεξιότητες ζωής



Νους

Σκέψη

- Κριτική σκέψη
- Επίλυση προβλημάτων
- Λήψη αποφάσεων
- Μαθαίνω πώς να μαθαίνω

Διαχείριση

- Ανθεκτικότητα - Αντοχή
- Σοφή χρήση ενέργειας
- Θέση στόχων
- Σχεδιασμός/Οργάνωση
- Διαχείριση χρόνου

Χέρια

Εργασία

- Ομαδική δουλειά
- Αυτοπαρακίνηση
- Ηγεσία

Προσφορά

- Προσφορά υπηρεσιών στην κοινότητα
- Εθελοντισμός
- Υπεύθυνος πολίτης
- Συνεισφορά στην προσπάθεια της ομάδας

Καρδιά

Σχέσεις

- Επικοινωνία
 - Δημόσιες σχέσεις
 - Ομιλία σε ακροατήριο
- Συνεργασία
- Επίλυση προβλημάτων
- Αποδοχή της διαφορετικότητας

Έγνωση

- Ενδιαφέρον για τους άλλους
- Συμπόνια
- Μοίρασμα
- Υποστήριξη σχέσεων

Υγεία

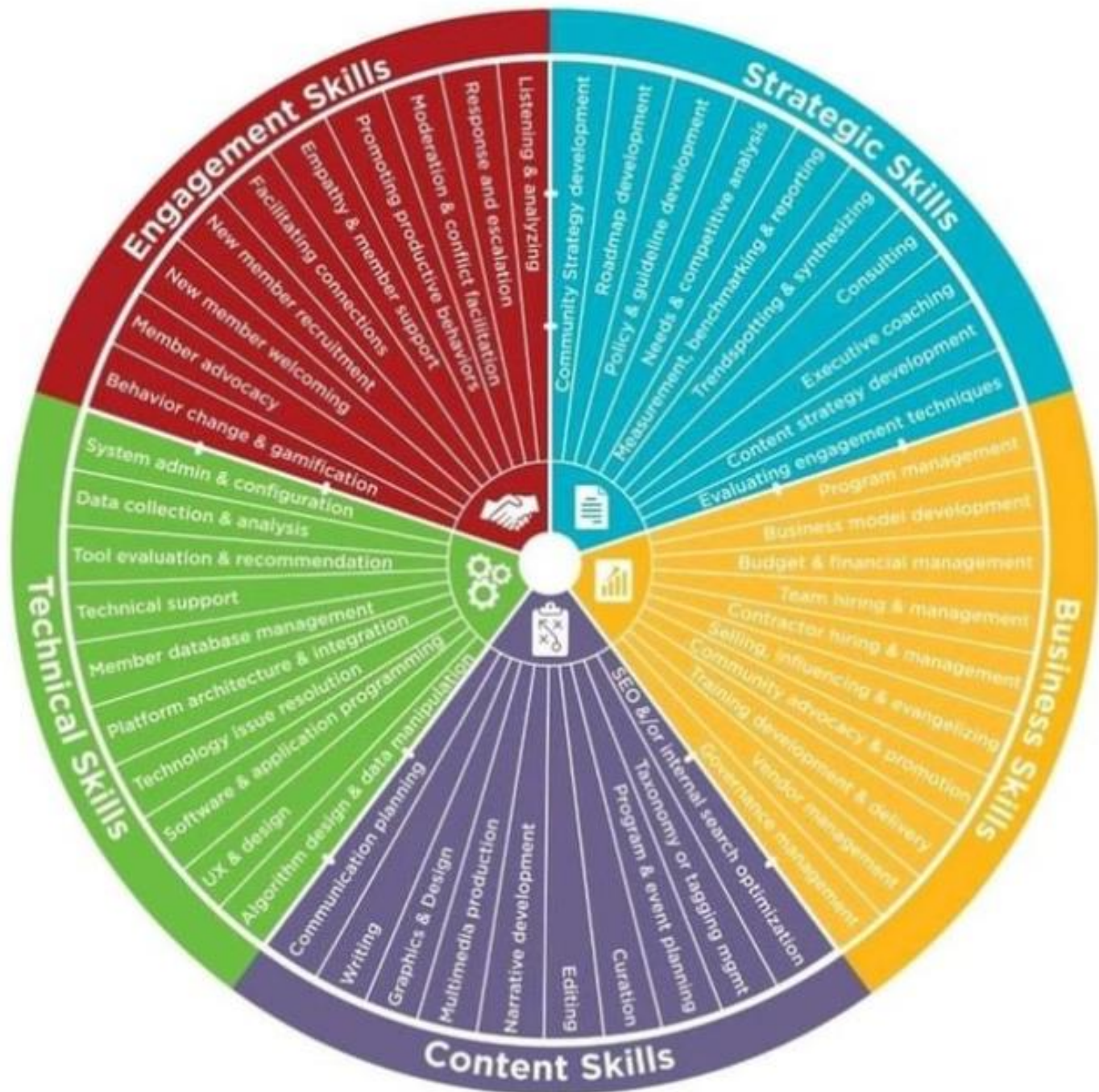
Ζωή

- Υγιεινές επιλογές ζωής
- Διαχείριση του στρες
- Πρόληψη ασθενειών
- Προσωπική ασφάλεια

Ύπαρξη

- Αυτοσεβασμός
- Υπευθυνότητα
- Διαχείριση συναισθημάτων
- Αυτοπειθαρχία

Δεξιότητες ζωής





Erasmus+



Αξιοποιήσιμες δεξιότητες

Θέση στόχων
Επικέντρωση
Ομαδικότητα
Παρακίνηση
Αντοχή / Υπομονή
Οργάνωση του χρόνου

Αυτοπεποίθηση
Πειθαρχία
Υπευθυνότητα
Γνώση δεξιοτήτων
Αυτενέργεια
Επίλυση προβλημάτων

JOB SKILLS

Ten Essential Qualities Employers Seek



Communication

Clear speaking, active listening, and concise writing are key traits to effective communication within an organization.



Organization

Categorizing, sorting, and prioritizing the physical and virtual environments helps one to be more efficient and effective in the workplace.

Teamwork

Working well along-side others, relating to colleagues, and managing conflict promotes teamwork and creates synergy.



Punctuality

Managing one's own time effectively to meet deadlines and to complete important tasks allows one to achieve organizational goals and to meet its mission.



Emotional Intelligence

Recognizing one's own, and other people's emotions and using it to guide thinking and behavior to adapt environments can help to reduce conflict and achieve workplace goals.



Critical Thinking

Making judgments that are logical and well-reasoned offers the opportunity to solve problems and overcome challenges, which promotes the success of the organization.

Creativity

Thinking out-of-the-box by seeing things differently and proposing novel solutions encourages creativity and results in innovation for the organization.



Adaptability

Adjusting to abrupt change, managing multiple tasks in a fast-paced environment, and persevering through difficulties are cornerstones of adaptability and flexibility.



Computer Literacy

Competency of basic computer software applications, including the use of email and navigation of on-line websites to conduct business research supports the company in a variety of ways.



Inclusiveness

Being friendly and considerate; creating opportunities to make others feel included (regardless of age, gender, sexuality, etc.) strengthens the organization's social and working climate.

SNB TRANSITION

French Basketball Players Union

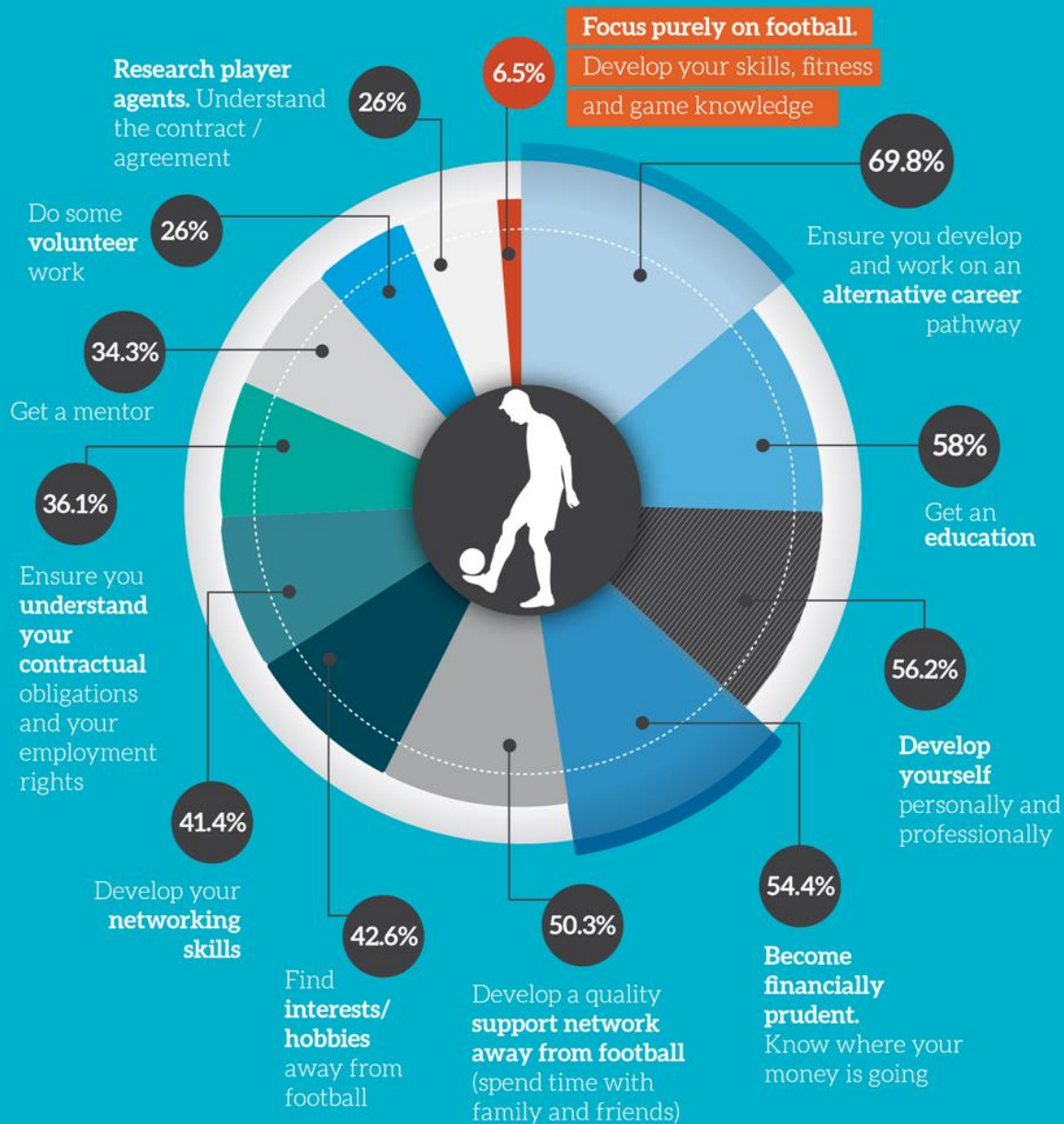
THE LIFE AFTER PROFESSIONNAL BASKETBALL



June 2014

9

PAST PLAYERS' ADVICE FOR THE CURRENT GENERATION OF PLAYERS



PLAN B: HOW TO SIMPLIFY THE TRANSITION FROM A SPORTING CAREER TO A NEW LIFE?

**PABLO JOSÉ ACOSTA
LORENZA GUERRA SERAGNOLI
POOJA PARIKH
NICOLE RESCH**

SUPERVISED BY GIANFRANCO PIANTONI

19 1

JULY 4TH. 2007



The FIFA Master



BelievePerform



Written by Emma Vickers

PhD Sport Psychology student (Athlete Career Transitions). England table tennis player.

// Mental Health · Well Being

Life after sport: Depression in the retired athlete

Διεθνείς πρακτικές...



FOLLOW

Athletes World Foundation

Lausanne , CH

Athletes World Foundation (AWF) provides sports scholarships for student athletes, enabling them to continue their education through sport. AWF is an independent, separately-constituted, non-profit organization, working to assist qualifying student-athletes by providing them access to education through the practice of sport within our global university network. This network will allow athletes the opportunity to train and compete within world class facilities, under the guidance of world class coaching against tough competition, whilst studying at top universities. Highlighting a significant and under addressed global issue, AWF collaborates with sport entities to develop efficient athlete career pathways.

<https://www.athletesworldfoundation.org>

Διεθνείς πρακτικές...

The screenshot shows a web browser window with the address bar displaying "tass.gov.uk". The browser's tab bar shows "Home Page - TASS". The page features a large red banner with the text "TASS celebrates 15 years" and "2004 - 2019". Below this text is a button labeled "FIND OUT MORE". The background of the banner is a photograph of a crowd of people, many wearing white t-shirts with a red dragon logo, celebrating and holding up a large Union Jack flag. The TASS logo is visible in the top right corner of the page. The browser's address bar shows the URL "https://www.tass.gov.uk/#carousel".

Home Page - TASS

tass.gov.uk

Gmail YouTube Χάρτες Αλληλογραφία - Di... Αλληλογραφία :: Ei... Ταμπλό Ραδιοφωνικοί στα... Mail - GARGALIAN... Cisco Webex Meeti... Dimitris Gargaliano... EAP Exams

TASS
celebrates 15
years

2004 - 2019

FIND OUT MORE

https://www.tass.gov.uk/#carousel

Διεθνείς πρακτικές...



Διεθνείς πρακτικές...



Pratique sportive étudiante: signature d'une feuille de route...

La feuille de route fera l'objet d'une mise en œuvre opérationnelle et d'un suivi régulier tout au long du quinquennat.



Διεθνείς πρακτικές...



Εύκολη γλώσσα

EN

Ψάχνω

ΕΝΑ ΕΝΑ ΕΝΑ

Σχετικά με εμάς



ΣΤΟ ΑΘΛΗΤΙΚΟΥΣ

 ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ & ΚΑΡΙΕΡΑ

ΙΣΤΟΡΙΕΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ

ΣΥΝΕΡΓΑΤΗΣ ΣΤΑΔΙΟΔΡΟΜΙΑΣ

ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΕΜΑΣ

**DUALE KARRIERE
IM SPITZENSPORT**

Διπλή καριέρα / συνεργάτης σταδιοδρομίας / German Sports Aid Foundation

ΠΡΟΣΦΟΡΑ ΧΡΗΜΑΤΟΔΟΤΗΣΗΣ ΑΠΟ ΤΟ GERMAN SPORTS AID FOUNDATION

Εκφωνούν

Η Deutsche Sporthilfe προσφέρει σε όλους τους αθλητές της εθνικής ομάδας (ισχύει για αθλητές των ΟΚ, ΡΚ, ΕΚ και ΝΚ Ι) στους Ολυμπιακούς, Παραολυμπιακούς, Κωφολυμπιακούς και μη Ολυμπιακούς κλάδους μια ποικιλία δομικών στοιχείων που θα σας υποστηρίξουν επίσης κατά τη διάρκεια του διπλού σας αγώνα, καριέρα. Κατ' αρχήν, συνιστούμε να συντονίσετε τις προσφορές που αναφέρονται παρακάτω με τον τοπικό σας σύμβουλο σταδιοδρομίας ως μέρος του διπλού σχεδιασμού σταδιοδρομίας σας.

Για παράδειγμα, η αίτησή σας μπορεί να σχεδιαστεί μεμονωμένα και οι πιθανότητες επιτυχίας σας στη διπλή καριέρα μπορούν να αυξηθούν. Στην κοινή αρχική συνάντηση (η οποία πρέπει να πραγματοποιηθεί με τον σύμβουλο σταδιοδρομίας σας στο προπονητικό κέντρο της Ολυμπιακής κατά τον πρώτο χρόνο της χρηματοδότησης του Sporthilfe), θα υποστηριχθείτε στον προγραμματισμό της μελλοντικής σας καριέρας.



Μπορείτε να λάβετε τις σχετικές φόρμες για όλα τα μεμονωμένα θέματα στο extranet του Sporthilfe ή μέσω προσωπικής επαφής. Περισσότερες πληροφορίες στη διεύθυνση:
<https://www.sporthilfe.de/>

Διεθνείς πρακτικές...

Dual-Career Resources – BWF Development

development.bwfbadminton.com/player/career-pathway-scholarships-opportunities/dual-career-resources

Gmail YouTube Χάρτες Αλληλογραφία - Di... Αλληλογραφία :: Ει... Ταμπλό Ραδιοφωνικοί στα... Mail - GARGALIAN... Cisco Webex Meeti... Dimitris Gargaliano... EAP Exams

BWF Fan Zone HSBC BWF World Tour HSBC BWF World Tour Finals More BWF f t i y d

DEVELOPMENT ABOUT MEMBERS COACHES PLAYERS TECHNICAL OFFICIALS INCLUSIVITY SPORT SCIENCE AIRBADMINTON LOGIN



Dual-Career Resources

There is a wide range of support available for those athletes who are looking to advance their studies and develop their skills while they continue to train and compete.

PLAYERS
Players at the centre

INTEGRITY
Combatting doping & match-fixing

MEDIA
BWF Players' Media Education

CAREER PATHWAY & SCHOLARSHIP OPPORTUNITIES
Resources available to support BWF players

OVERVIEW

PERFORMANCE 58



INTERNATIONAL
OLYMPIC
COMMITTEE

- IOC + Adecco - Athlete's Career Program
- IOC Athlete Massive Open Online Courses (MMOC)



BACK TO SCHOOL

Balancing sport and education is a challenge for many athletes - but it can be done. Here's how John Urschel, a professional NFL player, is managing to study for a PhD at the same time.

[learn more](#)

Λευτέρης Λιοτόπουλος: Παράδειγμα Διπλής Καριέρας

- Η επιλογή Διπλής Καριέρας πρέπει να είναι συνειδητή και είναι πολύ δύσκολη, ιδίως όταν το δέλεαρ κάποιων μεγάλων συμβολαίων στην Ελλάδα είναι υπαρκτό.
- Αυτό ισχύει έντονα στις μικρές ηλικίες. Χρειάζεται συνεχή υποστήριξη από την οικογένεια.
- Ο Λιοτόπουλος, 18, απέρριψε προτάσεις από Ολυμπιακό και Παναθηναϊκό, για να παίξει μπάσκετ στο πανεπιστήμιο St. John's και να ακολουθήσει τις σπουδές του.
- Ο Λευτέρης, με τις δημόσιες δηλώσεις του την περασμένη χρονιά για συνειδητή επιλογή να συνδυάσει σπουδές και μπάσκετ, και δεδομένων των διακρίσεων και της προβολής που είχε, συν την "επιλογή Πιτίνου", δημιούργησε ένα "ρεύμα" και άλλων συνομηλίκων του προς ΗΠΑ, για συνδυασμό σπουδών και κολεγιακό μπάσκετ.
- Αυτή η κίνηση έκανε πιο έντονο το ερώτημα: Είναι προτιμότερο α) οι σπουδές και ο αθλητισμός στο εξωτερικό, ή β) επαγγελματική ενασχόληση και συμβόλαιο στην Ελλάδα (συνήθως σε μικρή κατηγορία για τους νέους);
- [Ενδιαφέρον Βίντεο](#)





Athlete365 and Intel Corporation via LinkedIn Learning

Πέμ 20/8/2020 1:41 μ.μ.

Προς: Εσείς



Hi,

You just received a learning path recommendation from Athlete365 and Intel Corporation, Transitioning from Athlete to a New Career (Long).

[Start learning](#)

New to LinkedIn Learning and wondering where to start?

This brand-new Learning Pathway has been created specifically for athletes considering making the move to a new career.

Work your way through 10 hours of content and courses covering topics including figuring out your next move, finding a job and CV writing.

Career Development

Deborah Rothstein Murman -- Director

Jeff Lamp -- Career Development Counselor

Rich Rinaldi -- Career Development Counselor

Lloyd Walton -- Career Development Counselor

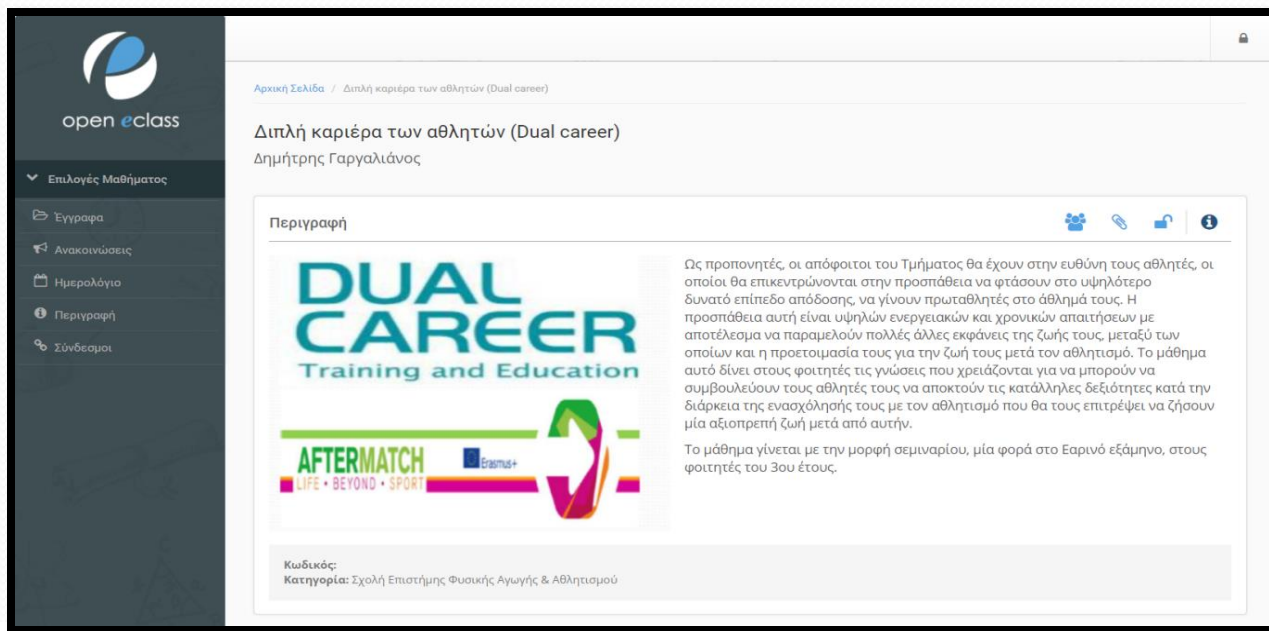
Bobby Simmons -- Career Development Counselor

Nadira Ramratan -- Administrative Assistant



Εφαρμογή της μεθοδολογίας του AFTERMATCH στο ΤΕΦΑΑ Κομοτηνής ως e-course μάθημα

<https://eclass.duth.gr/courses/GYM115/>



The screenshot displays the open eclass platform interface. On the left is a dark sidebar with the 'open eclass' logo and a menu with options: 'Επιλογές Μαθήματος', 'Εγγραφή', 'Ανακοινώσεις', 'Ημερολόγιο', 'Περιγραφή', and 'Σύνδεσμοι'. The main content area shows the course 'Διπλή καριέρα των αθλητών (Dual career)' by Δημήτρης Γαργαλιάνος. The course description includes a graphic with the text 'DUAL CAREER Training and Education' and the 'AFTERMATCH LIFE • BEYOND • SPORT' logo. The text describes the course as a preparation for athletes' careers after sports, involving training and education. It also mentions that the course is offered as a seminar once a semester for 3rd-year students.

Αρχική Σελίδα / Διπλή καριέρα των αθλητών (Dual career)

Διπλή καριέρα των αθλητών (Dual career)
Δημήτρης Γαργαλιάνος

Περιγραφή

DUAL CAREER
Training and Education

AFTERMATCH
LIFE • BEYOND • SPORT

Erasmus+

Ως προπονητές, οι απόφοιτοι του Τμήματος θα έχουν στην ευθύνη τους αθλητές, οι οποίοι θα επικεντρώνονται στην προσπάθεια να φτάσουν στο υψηλότερο δυνατό επίπεδο απόδοσης, να γίνουν πρωταθλητές στο άθλημά τους. Η προσπάθεια αυτή είναι υψηλών ενεργειακών και χρονικών απαιτήσεων με αποτέλεσμα να παραμελούν πολλές άλλες εκφάνσεις της ζωής τους, μεταξύ των οποίων και η προετοιμασία τους για την ζωή τους μετά τον αθλητισμό. Το μάθημα αυτό δίνει στους φοιτητές τις γνώσεις που χρειάζονται για να μπορούν να συμβουλευθούν τους αθλητές τους να αποκούν τις κατάλληλες δεξιότητες κατά την διάρκεια της ενασχόλησής τους με τον αθλητισμό που θα τους επιτρέψει να ζήσουν μία αξιοπρεπή ζωή μετά από αυτήν.

Το μάθημα γίνεται με την μορφή σεμιναρίου, μία φορά στο Εαρινό εξάμηνο, στους φοιτητές του 3ου έτους.

Κωδικός:
Κατηγορία: Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού

Στόχοι (απόκτηση εργαλείων)	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Δημιουργία βιογραφικού (Ελληνικά / Αγγλικά)									
Βιογραφικό σε ιστοσελίδα									
Αγγλικά (Lower)									
Γερμανικά, Γαλλικά, Ισπανικά, Κινεζικά									
ECDL (word, power point, excel, access)									
Social Media Management									
Illustrator - Photoshop									
Google analytics									
Movie maker									
Δημόσιες σχέσεις									
Απλά οικονομικά									
Project Management									
Total Quality Management									
Εργαλεία									

Κυβέρνηση

Οικονομική υποστήριξη

- Σωματείο
- Ομοσπονδία
- Χορηγοί
- Διαφημίσεις
- Εμφανίσεις σε εκδηλώσεις

3

Αθλητική υποστήριξη

- Προπονητικές υπηρεσίες
- Εγκαταστάσεις
- Εξοπλισμός
- Επιστημονική & ιατρική υποστήριξη

2

ΑΘΛΗΤΗΣ

4

Επαγγελματική υποστήριξη

Επιμόρφωση και επαγγελματική εκπαίδευση κατά τη διάρκεια της αθλητικής καριέρας για επαγγελματική αποκατάσταση μετά από αυτή.

ΔΙΠΛΗ ΚΑΡΙΕΡΑ

Δεξιότητες ζωής

Προσωπική υποστήριξη

- Συναισθηματική ισορροπία
- Καθημερινές ασχολίες
- Υποστήριξη από την οικογένεια
- **Ψυχαγωγία**

1

Εθνική
Ομοσπονδία
ΣΩΜΑΤΕΙΟ

Εθνική
Ολυμπιακή
Επιτροπή

Μ
ά
ν
α
τ
ζ
μ
ε
ν
τ

Μ
ά
ν
α
τ
ζ
μ
ε
ν
τ

<https://www.basket.gr/nat-teams/ethniki-neon-andron-polytima-efodia-a/>



HOME ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΕΙΣ ΕΘΝΙΚΕΣ ΟΜΑΔΕΣ ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΑ

Αναζήτηση...

Ειδήσεις | Συνεντεύξεις | Μπάσκετ Πυλαίων | Webradio | Διοικήσεις | Προπονητές | 3x3 | Καλεντάρι | esports | CSR | Live Score

Νέων Ανδρών: Πολύτιμα “εφόδια” από το πρόγραμμα ΟΠΑΠ Διπλής Καριέρας

13 Ιουνίου, 2023 > Εθνικές Ομάδες, Εθνικές Ομάδες, Εθνική Ομάδα Νέων Ανδρών - U20, Ειδήσεις



<https://trikkipress.gr/%CE%AC%CF%81%CE%B8%CF%81%CE%BF-%CE%B3%CF%81%CE%BF%CE%B8%CE%B9%CE%AC-%CF%8C%CE%BB%CE%BF%CF%85%CF%82-%CE%B5%CF%83%CE%AC%CF%82-%CF%80%CE%BF%CF%85-%CE%BF%CE%BD%CE%B5%CE%B9%CF%81%CE%B5%CF%8D%CE%B5%CF%83/>



Άρθρο-γροθιά όλους εσάς που ονειρεύεστε να γίνετε ποδοσφαιριστές - ΤΡΙΚΚΗPress - Τα νέα των Τρικάλων

Διαβάστε την Αλήθεια από τα γραφόμενα ενός Ανθρώπου που μια ζωή ήταν στα γήπεδα Για όλους εσάς που ονειρεύεστε να γίνετε ποδοσφαιριστές Δημήτρης Ελευθεροπουλος πρώην Διεθνής τερματοφύλακας! Άρθρο – γροθιά του πρώην ποδοσφαιριστή κ νυν προπονητή Δημήτρη Ελευθερόπουλου: «Δεν είσαι τα πάντα. δεν είσαι το τίποτα...» Ένας αοκετά σκεπτόμενος άνθρωπος

trikkipress.gr



**KEEP
CALM
AND
LEARN
LIFE SKILLS**



Joining forces to

LEAVE

NO ONE

BEHIND

**Ευχαριστώ
για την προσοχή σας**

dimitris_gargalianos@hotmail.com