Was ist «cool and clean»?

Den Alltag bewältigen

«cool and clean» ist das nationale Präventionsprogramm im Sport. Die Trägerschaft besteht aus Swiss Olympic, dem Bundesamt für Sport BASPO und dem Bundesamt für Gesundheit BAG.

«cool and clean» steht für fairen und sauberen Sport.

Angesprochen werden 10-20-jährige Jugendliche und ihre Leiterpersonen, die mit Unterstützung von Jugend+Sport Sport treiben, alle Swiss Olympic Talents (Inhaber einer Talents-Karte) und ihre Trainer sowie Sporttreibende im nichtorganisierten Sport.

Wirkungsvolle Prävention geschieht im Alltag und muss langfristig verankert werden. Im Vordergrund stehen daher die Eigenverantwortung der Jugendlichen und die Vorbildfunktion von Erwachsenen (Spitzensportlerinnen und -sportler, Trainerinnen und Trainer, Leiterpersonen). «cool and clean» zielt darauf ab, Verständnis, Engagement und Kompetenz für eine gesunde Lebensgestaltung aufzubauen.

Trainerinnen und Trainer sowie Leiterpersonen werden geschult, damit sie bewusst die Schutzfaktoren der Jugendlichen stärken, gefährdende Entwicklungen frühzeitig erkennen und mit den zur Verfügung gestellten Hilfsmitteln richtig reagieren können.

Die «cool and clean» – Commitments

Mit «cool and clean» wird fairer und sauberer Sport vor, während und nach dem Sport angestrebt. Die fünf Commitments (Abmachungen) sind Präventionsinhalt sowie -instrument zugleich.

1. Ich will meine Ziele erreichen! (Jugendsport)
   Ich will an die Spitze! (Swiss Olympic Talents)
2. Ich verhalte mich fair!
3. Ich leiste ohne Doping!
4. Ich verzichte auf Tabak und Cannabis und trinke Alkohol, wenn überhaupt, verantwortungsbewusst.
5. Ich…! Wir…! (eigenes Commitment)

Die Sportlerinnen und Sportler bekennen sich zu den fünf Commitments und verpflichten sich, diese einzuhalten.

Die Zugehörigkeit zur «cool and clean»-Community und verschiedene Angebote wie Events, pädagogisch-didaktisches Material, Motivationsartikel usw. bewegen die Leiterpersonen und Jugendlichen zum Mitmachen.

Information und Anmeldung
www.coolandclean.ch

BASPO
2532 Magglingen

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO