

Qu'est-ce que «cool and clean»?

Gérer au quotidien

«cool and clean» est le programme de prévention dans le sport à l'échelle nationale parrainé par Swiss Olympic, l'Office fédéral du sport (OFSP) et l'Office fédéral de la santé publique (OFSP).

«cool and clean» milite pour un sport loyal et sain.

Les groupes cibles sont les jeunes de 10 à 20 ans et les moniteurs qui pratiquent un sport sous l'égide de Jeunesse+Sport (J+S), ainsi que tous les Swiss Olympic Talents (titulaires d'une carte Talents) et leurs entraîneurs sans oublier tous ceux qui font du sport non organisé.

Une prévention efficace doit s'inscrire dans la vie quotidienne et être ancrée à long terme. Pour ce faire, il faut que les jeunes s'autoresponsabilisent et que les adultes (sportifs d'élite, entraîneurs, moniteurs) montrent l'exemple. «Cool and clean» vise à développer l'intelligence, l'engagement et le savoir-faire pour mener une vie saine et enrichissante.

Les entraîneurs et les moniteurs suivent une formation spécifique pour renforcer les mécanismes de protection des jeunes, déceler à temps les comportements à risque et réagir de manière adéquate avec les moyens à disposition.



Les engagements «cool and clean»

Le programme «cool and clean» vise la pratique d'un sport loyal et sain avant, pendant et après. Les 5 engagements (commitments) sont à la fois les contenus et les outils de la prévention.

1. Je veux atteindre mes objectifs! (Jeunes sportifs)/
Je veux accéder à l'élite! (Swiss Olympic Talents)
2. Je me comporte avec fair-play!
3. Je réussis sans dopage!
4. Je renonce au tabac et au cannabis et, si je bois de l'alcool, je le fais toujours de manière responsable!
5. Je ...! Nous ...! (engagement personnel)

Les sportifs s'identifient à ces cinq engagements et s'engagent à les respecter.

L'appartenance à la communauté «cool and clean» et diverses offres (manifestations, matériel pédagogique-didactique, articles de motivation, etc.) incitent les moniteurs et les jeunes à collaborer.

Information et inscription

www.coolandclean.ch

