Was ist «cool & clean»?

Hauptleiterkonferenz Aktive, Turnverband Luzern,

Obwalden, Nidwalden

02. Februar 2019

Pim Krongrava, «cool & clean»-Botschafterin Kanton Nidwalden

«cool & clean»

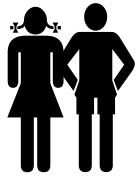


Die Ziele von «cool & clean».

- Trainerinnen und Trainer unterstützen
- Vorbildfunktion stärken
- Prävention im Sportalltag umsetzen
- Jugendliche unterstützen
- Umfeld positiv gestalten (Sportanlagen, Sportanlässe)
- Image des Teams und des Vereins pflegen

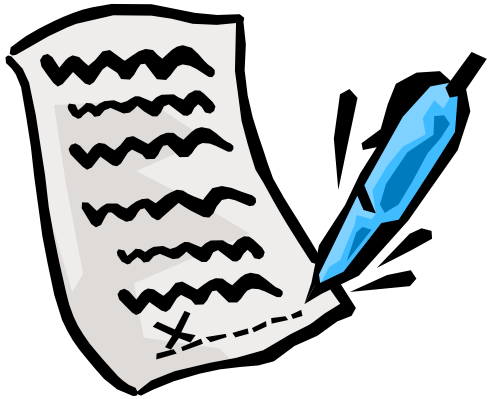
Wie funktioniert «cool & clean»?

Leitende



Jugendliche

Commitments (Abmachungen)

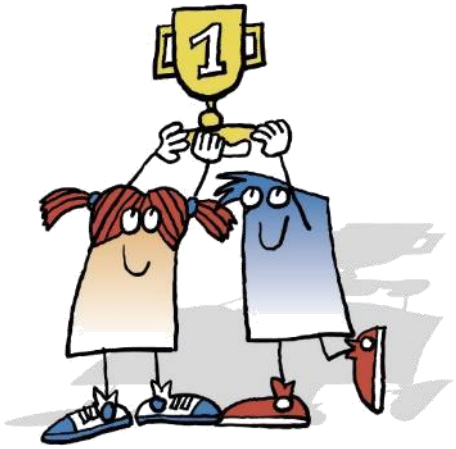


Ziel

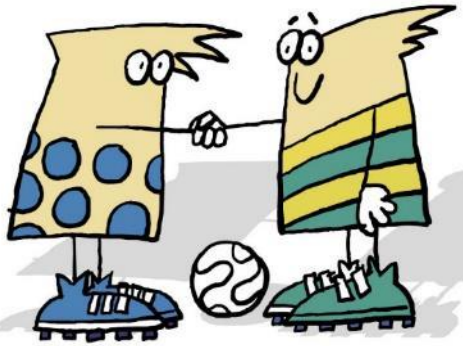
erwünschtes Verhalten

swiss olympic
for the spirit of sport

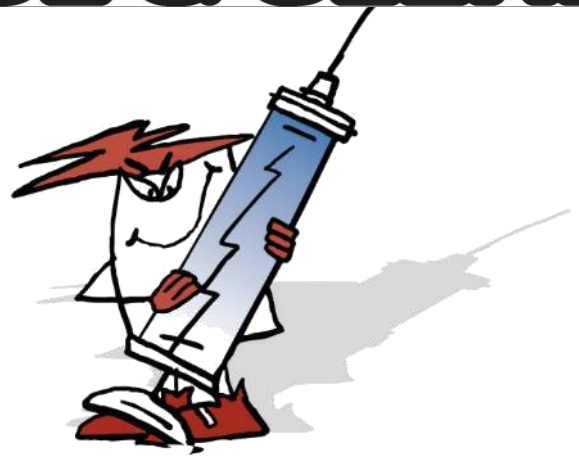
COOL & CLEAN



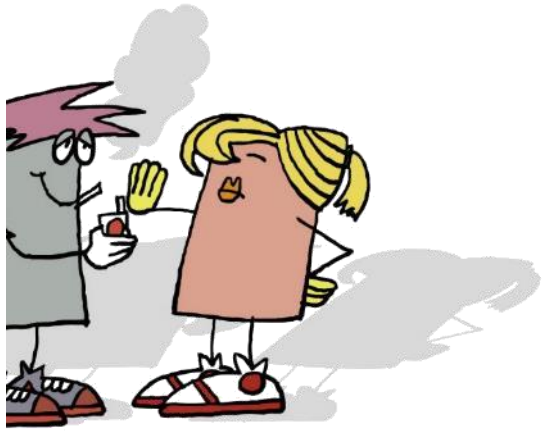
Ziele erreichen



Faires Verhalten



Kein Doping



Kein Tabak



verantw. Umgang mit Alkohol



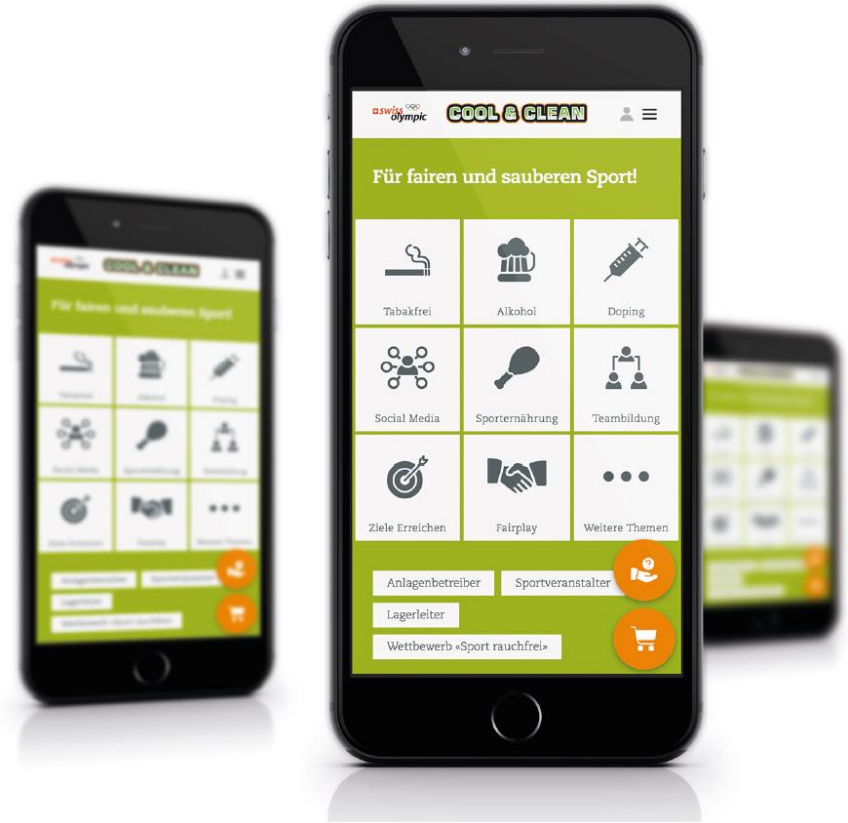
eigenes Commitment

Angebote «cool & clean»

Wie wird man Teil von «cool & clean»?



Web App / Webseite



- App downloaden
- Zugang zu allen Materialien und Informationen
- kostenlos

swiss olympic
for the spirit of sport



COOL & CLEAN

Kampagne Ethik-Charta

www.spiritofsport.ch www.swissolympic.ch/Ethik/Ethik-Check



Die neun Prinzipien der Ethik-Charta im Sport

1 **Gleichbehandlung für alle.**
Nationalität, Alter, Geschlecht, sexuelle Orientierung, soziale Herkunft, religiöse und politische Ausrichtung führen nicht zu Benachteiligungen.

2 **Sport und soziales Umfeld im Einklang.**
Die Anforderungen in Training und Wettkampf sind mit Ausbildung, Beruf und Familie vereinbar.

3 **Stärkung der Selbst- und Mitverantwortung.**
Sportlerinnen und Sportler werden an Entscheidungen, die sie betreffen, beteiligt.

4 **Respektvolle Förderung statt Überforderung.**
Die Massnahmen zur Erreichung der sportlichen Ziele verletzen weder die physische noch die psychische Integrität der Sportlerinnen und Sportler.

5 **Erziehung zu Fairness und Umweltverantwortung.**
Das Verhalten untereinander und gegenüber der Natur ist von Respekt geprägt.

6 **Gegen Gewalt, Ausbeutung und sexuelle Übergriffe.**
Physische und psychische Gewalt sowie jegliche Form von Ausbeutung werden nicht toleriert. Sensibilisieren, wachsam sein und konsequent eingreifen.

7 **Absage an Doping und Drogen.**
Nachhaltig aufklären und im Falle des Konsums, der Verabreichung oder der Verbreitung sofort einschreiten.

8 **Verzicht auf Tabak und Alkohol während des Sports.**
Risiken und Auswirkungen des Konsums frühzeitig aufzeigen.

9 **Gegen jegliche Form von Korruption.**
Transparenz bei Entscheidungen und Prozessen fördern und fordern. Den Umgang mit Interessenkonflikten, Geschenken, Finanzen und Wetten regeln und konsequent offenlegen.

Präsentationen «cool and clean»

Zwei Hauptpräsentationen

- «cool and clean» vorstellen
- Leiterpersönlichkeit

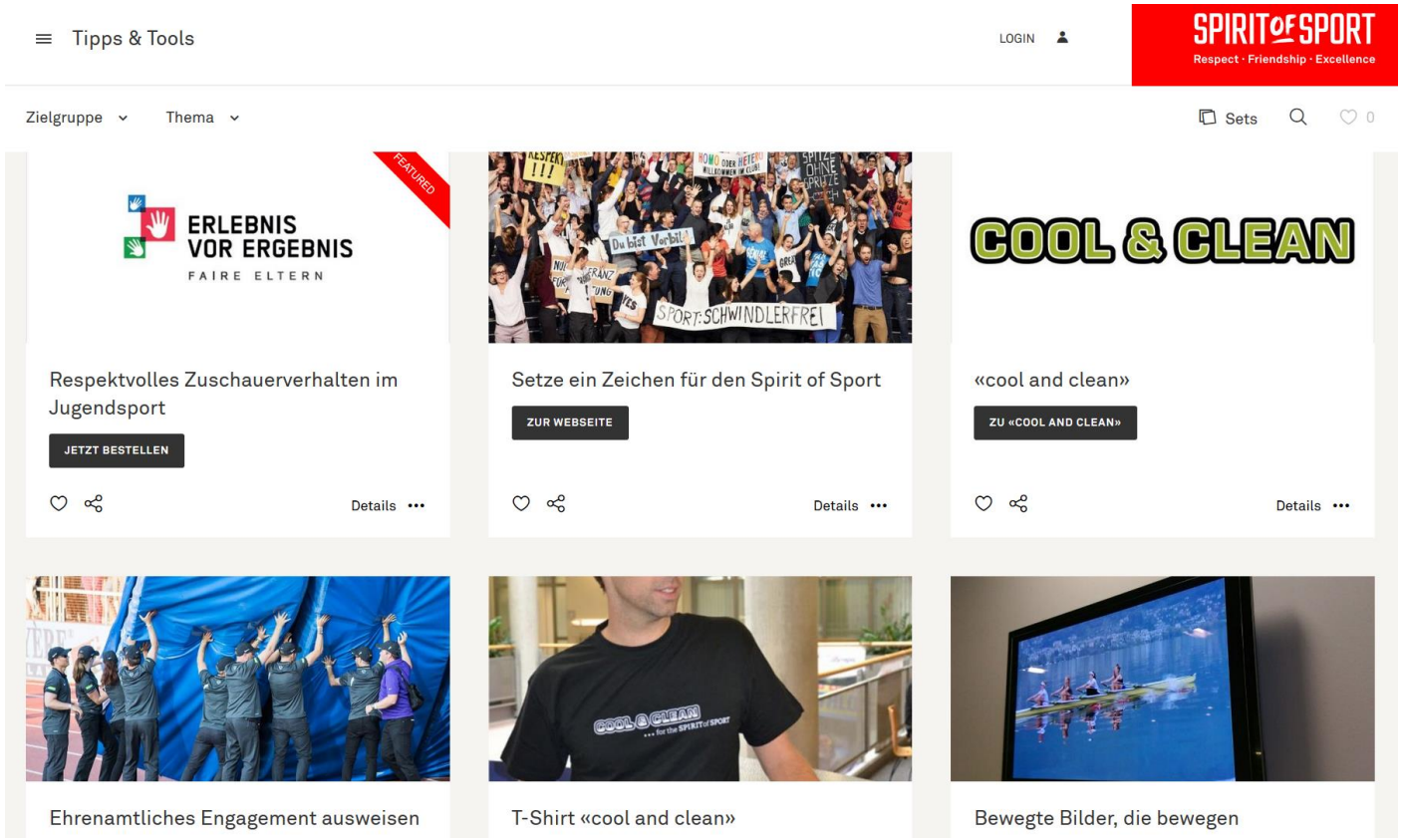
Zwölf Module

- Alkohol
- Tabak
- Snus
- Doping
- Ernährung
- Social Media
- Vorbilder
- Werte
- Ziele
- Mentale Stärke
- Sportanlagen
- Veranstaltungen

Tipps & Tools

- www.spiritofsport.ch

  -> Tipps & Tools
- 41 Tipps & Tools für Sportvereine, Sportveranstalter, Trainer/innen, Sportanlagenbetreibende



Wettbewerb «Sport rauchfrei» 2019



swiss olympic

COOL & CLEAN

EHRENKODEX «SPORT RAUCHFREI» 2019

Verein

Team

Teamleiter Unterschrift

E-Mail

Alle Mitglieder des unten aufgeführten Teams bestätigen mit ihrer Unterschrift, die folgenden Punkte des Ehrenkodex «Sport rauchfrei» 2019 einzuhalten:

1. **Training und Wettkampf ohne Zigaretten**
   Unser Trainings- und Wettkampfbetrieb ist rauchfrei. Unmittelbar vor, während und nach der sportlichen Tätigkeit verzichten wir auf den Konsum von Tabakwaren.
2. **Rauchfreie Teamanlässe (Indoor)**
   Wenn wir als Team unterwegs sind, verzichten wir aufs Rauchen. Dies gilt vor allem für Anlässe in geschlossenen Räumen (u.a. Sporthalle, Vereinslokal, Restaurant).
3. **Vorbildrolle wahrnehmen**
   Wir sind uns unserer Vorbildrolle gegenüber anderen Team- und Vereinsmitgliedern bewusst und nehmen diese in Bezug auf Tabak- und Alkoholkonsum wahr.

Name	Vorname	Geburtsdatum	Unterschrift

Leitfaden

- Was mache ich bei Auffälligkeiten und Problemen?
- Download: www.gfi.nw.ch -> Publikationen
- Möglichkeit für vereinsinternen Input zum Leitfaden



Beratung Jugendleiterinnen und -leiter
Pro Juventute 058 618 80 80

Bietet Hilfe an 7 Tagen und 24 Stunden

diverse Themen:

- **Mobbing**
- **verbotene Substanzen**
- **psychische Probleme**
- **sexuelle Übergriffe in Vereinen**

Leitende sind Vorbilder – ob sie wollen oder nicht. Viele sind sich dessen zu wenig bewusst:

Jugendliche sind auf der Suche nach Vorbildern für ihr eigenes Verhalten, nach Idealen für ihre Entwicklung und nach Modellen für ihre Lebensgestaltung.

Leiterinnen und Leiter nehmen neben Idolen aus Sport und Musik eine wichtige Vorbildfunktion ein und geben Jugendlichen durch ihr Auftreten und ihr Handeln Orientierung.

swiss olympic
for the spirit of sport

COOL & CLEAN



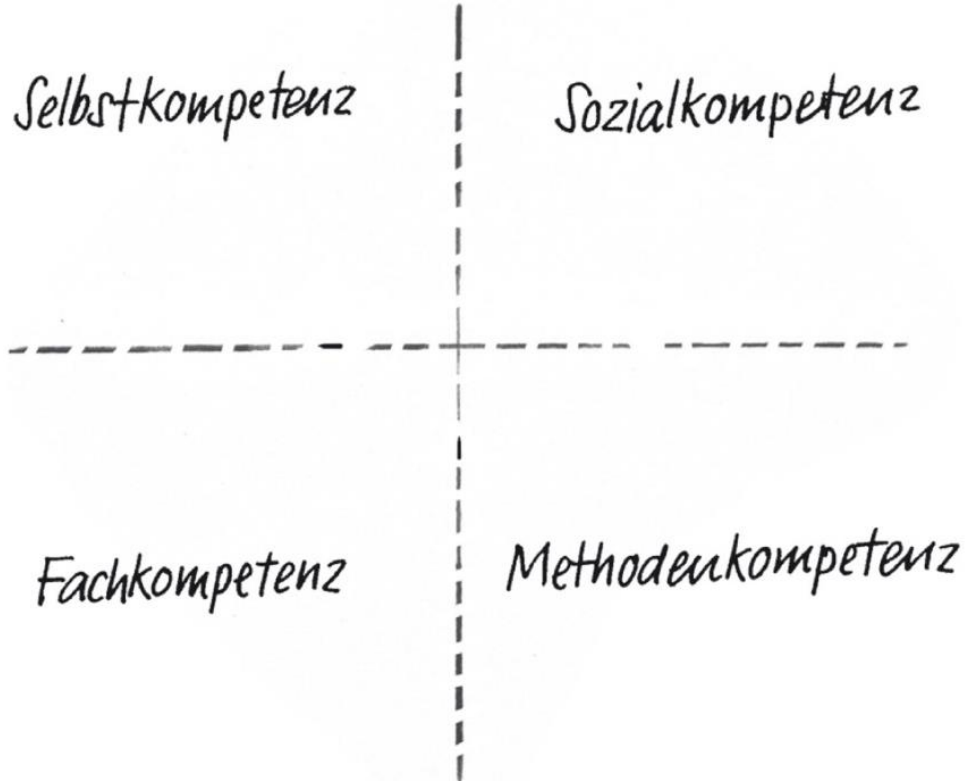
Ihr seid die Schlüsselperson!

Was macht eine Leiterpersönlichkeit aus?

Das zeichnet eine Leiterpersönlichkeit aus

- motiviert und begeistert
- hört zu
- steht mit Rat und Tat zur Seite
- ist engagiert
- ist kompetent
- ist einfühlsam
- pflegt einen respektvollen Umgang

Die vier Kernkompetenzen einer Leiterpersönlichkeit nach J+S



swiss olympic
for the spirit of sport

COOL & CLEAN

Warum sind die vier Kompetenzen so wichtig?



swiss olympic
for the spirit of sport

COOL & CLEAN



Wie könnt ihr zum Beispiel in Bezug auf Alkoholkonsum oder Umgang mit digitalen Medien im Trainingsalltag und an Turnieren für die Kinder und Jugendlichen ein Vorbild sein?

swiss olympic
for the spirit of sport

COOL & CLEAN

Leiterpersönlichkeiten unterstützen

- Ihr setzt den Jugendlichen klare Ziele
- Ihr gebt ihnen ein faires Feedback und holt auch ihr Feedback ein
- Ihr nehmt eure Funktion als Vorbilder für die Jugendlichen wahr
- Ihr fördert das Selbstvertrauen der jungen Sportlerinnen und Sportler
- Ihr seid selber motiviert und gut gelaunt
- Ihr sorgt durch die Gestaltung des Trainings für Erfolgserlebnisse
- Ihr pflegt den Teamgeist und Rituale, die bei der Motivation helfen
- Ihr zeigt, was fairer und sauberer Sport heisst

Wie unterstützt Euch «cool & clean»?

- Stellt euch Unterlagen zur Verfügung
- Zeigt auf, wie Lebenskompetenzen konkret im Training gefördert werden können.
- Gibt Hinweise, wie mit schwierigen Situationen um zu gehen ist
- Vernetzt euch mit Fachpersonen im Kanton
- Unterstützt euch mit den Commitments, um mit euren Jugendlichen Verbindlichkeiten zu schaffen

«cool & clean» Kanton Nidwalden

Kanton Nidwalden
Gesundheitsförderung und Integration
Pim Krongrava
Marktgasse 3
6371 Stans
041 618 75 94
Pim.krongrava@nw.ch
www.gfi.nw.ch oder www.sport.nw.ch