

# Fair und Sauber: Prävention ohne Drohfinger

Das nationale Präventionsprogramm im Schweizer Sport heisst «cool and clean». Es trägt mit spannenden Spielformen dazu bei, dass Themen wie Leistung, Fairness, Suchtmittel und Doping im Training spielerisch vermittelt werden können.



«cool and clean»-Event. Foto: Wagner – Geissmann.

Sport kann begeistern, Emotionen auslösen, Lebensfreude vermitteln und die Fitness verbessern. Er kann auch helfen, den Teamgeist zu fördern, faires Handeln zu trainieren und Werte im Umgang mit andern zu vermitteln. Hier setzt «cool and clean» an. Das nationale Präventionsprogramm im Sport richtet sich in erster Linie an Jugendliche im Alter zwischen 10 und 20 Jahren und an ihre Leiterinnen und Leiter. Es setzt sich für sauberen und fairen Sport ein.

## Appell an die Eigenverantwortung

Wirkungsvolle Prävention geschieht im Alltag und muss langfristig verankert werden. Das Programm «cool and clean» holt die Jugendlichen und die Leiter bei ihren Bedürfnissen und Anliegen ab. Nicht durch Verbote und Strafen, sondern durch Überzeugungsarbeit und die Erfahrungen im Sport sollen die Jugendlichen davon abgehalten werden, Suchtmittel zu konsumieren. Im Zentrum der praxisnahen Prävention steht die Eigenverantwortung der Jugendlichen und die Vorbildfunktion der Erwachsenen.

## Sport und Suchtmittel gehören nicht zusammen

Das Erbringen einer guten Leistung soll Ansporn und Motivation sein. Die Jugendlichen sollen Träume haben und sich Ziele setzen. Das Training und die Wettkampferfahrung bieten auch Gelegenheit, vorbildliches Verhalten zu schulen. Die Leiter nehmen hier eine zentrale Aufgabe wahr, die über die Vermittlung des Sportwissens hinausgeht.

[Weitere Inhalte zum Thema in dieser Übersicht](#)

«cool and clean» setzt sich für einen leistungsorientierten Sport ohne Doping ein. Fairness gegenüber den Gegnern und noch mehr gegenüber sich selbst sind zentrale Botschaften, die «cool and clean» vertritt.

## Prävention in der Praxis

Das Programm bietet didaktische Unterlagen, die in spielerischer Form ins Training integriert werden können. Es

werden fünf Commitments (Abmachungen) getroffen, welche von den Athleten befolgt werden. Zu diesen Commitments werden praktische Übungen vorgestellt, welche auf die einzelnen Abmachungen eingehen.

---

Quelle: mobilepraxis 37/2008, Reto Aebi, Hans-David Steiger, Adrian von Allmen, René Huber



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**