

Un environnement sain au club

Prévention des addictions : renforcer la personnalité
et la santé des jeunes dans les clubs de sport



Le sport comme école de vie pour les jeunes

Le sport offre l'opportunité aux enfants et aux jeunes de découvrir et de développer leurs qualités personnelles. A l'entraînement et pendant les compétitions, ils atteignent leurs limites et se fixent de nouveaux défis. Même s'ils n'atteignent pas toujours leurs objectifs, les enfants et les jeunes se souviendront toute leur vie qu'il ne faut pas abandonner après un revers s'ils ont été encouragés dans ce sens de façon ciblée.



Le programme de prévention « cool and clean » de Swiss Olympic s'engage en faveur d'un sport propre, fair-play et performant. Le site Internet et l'application « cool and clean » mettent à la disposition des entraîneurs des formes de jeux et des outils qui les aident à développer les compétences psychosociales et de santé de leurs jeunes.

Une personnalité forte, un risque d'addiction faible

Il est avéré que les enfants et les jeunes qui se connaissent bien et qui savent quelles sont leurs limites ont plus rarement recours aux substances addictives. Les monitrices et moniteurs qui aident les jeunes à affirmer leur personnalité contribuent ainsi efficacement à prévenir les addictions.

L'Organisation mondiale de la Santé OMS a défini dix « compétences psychosociales et de santé » qui permettent aux jeunes d'affirmer leur personnalité.

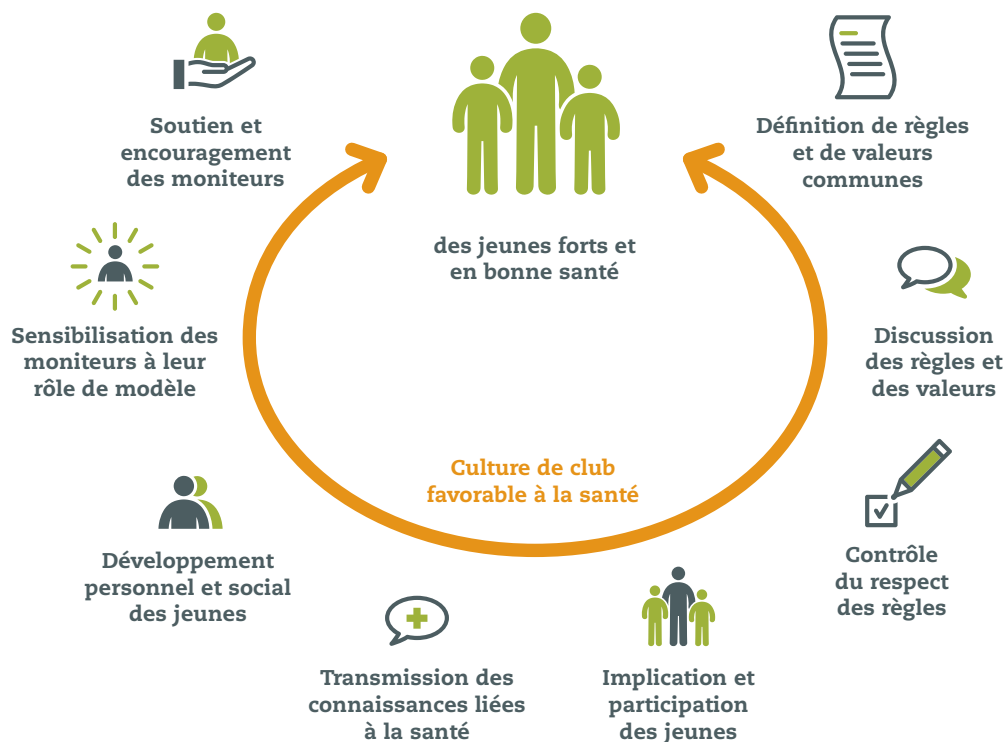


L'importance de la culture de club

Les enfants et les jeunes acquièrent de nombreuses compétences de manière autonome et souvent sans s'en rendre compte, en observant et en reproduisant le comportement des autres. Ils s'inspirent du comportement de leurs entraîneurs et des autres membres du club, et sont influencés par les conditions dans lesquelles se déroulent les entraînements et les événements. Les différents aspects de la culture de club déterminent si le club est un milieu dans lequel les enfants et les jeunes sont encouragés, ou s'ils y apprennent des comportements malsains pour leur vie future.

L'environnement de ton club est-il favorable à la santé ?

Etudie la culture de ton club : Est-ce que ton club de sport contribue à développer la personnalité et à promouvoir la santé des enfants et des jeunes ?



Développer la culture de club peu à peu

Le développement d'une culture de club favorable à la santé comprend de nombreux aspects et s'étend sur plusieurs années. Le ou la porte-parole de « cool and clean » de ton canton peut t'aider à définir quelles mesures d'accompagnement seraient les plus utiles pour ton club.

Conseil gratuit

Pendant une séance de conseil d'une heure, le ou la porte-parole de « cool and clean » de ton canton analyse avec toi dans quelle mesure l'environnement de ton club est déjà favorable à la santé des enfants et des jeunes, et quelles sont les améliorations possibles. Cette première séance de conseil peut se dérouler en personne ou par téléphone selon ta préférence.

Fixer un rendez-vous dès maintenant

Tu trouveras les coordonnées du ou de la porte-parole de ton canton à l'adresse coolandclean.ch/fr/a-propos



«cool and clean»

Swiss Olympic
Maison du Sport
Talgut-Zentrum 27
3063 Ittigen près de Berne

Tel. +41 (0)31 359 72 27
coolandclean@swissolympic.ch