

## Sintesi del rapporto finale - «cool and clean» 2018–2020

Riallacciandosi alle esperienze positive ottenute negli ultimi anni, Swiss Olympic ha sviluppato ulteriormente il programma «cool and clean».

Tale sviluppo è avvenuto sulla base del rapporto «*Theoriegestützte Weiterentwicklung des Präventionskonzepts von cool & clean*» (Sviluppo ulteriore basato sulla teoria del concetto di prevenzione cool & clean; solo in tedesco) (Solèr, Zumbrunn, Schmid 2015), elaborato dalla Scuola universitaria professionale della Svizzera nordoccidentale (FHNW) e fondato sulle conoscenze scientifiche più recenti della ricerca in materia di prevenzione. Un'altra base fondamentale per l'ulteriore sviluppo di «cool and clean» sono state le prescrizioni della Strategia nazionale sulla prevenzione delle malattie non trasmissibili (MNT).

Inoltre, il programma «cool and clean» è stato attivo sia nella prevenzione comportamentale sia in quella strutturale. Il piano di prevenzione strutturale è stato però notevolmente rafforzato e le risorse sono state impiegate maggiormente in questo campo.

Qui la struttura con gli ambasciatori cantonali di «cool and clean» è stata molto utile. Oltre all'impegno nelle manifestazioni e negli impianti sportivi, le consulenze alle associazioni sono state il cuore della prevenzione strutturale. Le associazioni hanno beneficiato della consulenza degli ambasciatori di «cool and clean» e sono state accompagnate nello sforzo di creare al loro interno un ambiente sportivo favorevole alla promozione della salute. Queste consulenze si sono basate sullo studio dell'FHNW «*Suchtprävention und Förderung der Lebenskompetenzen von Kindern und Jugendlichen durch strukturelle Massnahmen im organisierten Sport*» (Prevenzione delle dipendenze e promozione delle abilità di vita dei bambini e dei giovani attraverso misure strutturali nello sport organizzato; solo in tedesco) (Solèr, Zumbrunn, Schmid 2018).

Per quanto riguarda la prevenzione comportamentale, la buona collaborazione con G+S ha condotto, tra l'altro, a un'integrazione dei temi di «cool and clean» nel materiale didattico per il modulo didattico di perfezionamento. Il programma «cool and clean» è quindi parte integrante dei corsi di base e di perfezionamento di G+S e, tramite questo strumento, raggiunge ogni anno diverse migliaia di dirigenti.

Il piano per la promozione delle competenze di vita e dell'alfabetizzazione sanitaria è stato parte del modello di prevenzione fin dall'inizio di «cool and clean». Dal 2019 a questo approccio è stata prestata maggiore attenzione. Sono state elaborate basi teoriche («*Förderung der Lebenskompetenzen von Jugendlichen im organisierten Sport*» *Projektskizze und Lehrinhalte*) (Promuovere le abilità di vita dei giovani nello sport organizzato" Schema del progetto e contenuto dell'insegnamento; solo in tedesco), 2017, C. Hayoz & P. Schreyer) e aiuti per l'attuazione rivolti ai dirigenti. In particolare sono state rese più attraenti le offerte per i dirigenti sul sito web di «cool and clean». Sono stati realizzati, per esempio, video sulle rispettive forme di gioco che hanno consentito ai dirigenti di prepararsi con poco sforzo all'attuazione della prevenzione negli allenamenti (video esemplificativo).