



MIGROS
FITNESS
Official Partner

COOL & CLEAN

Ein Engagement von **swiss olympic**

Kampagne «Be all kinds of strong» 2021-2024

3. Welle vom 22. November bis 13. Dezember 2021

Die Kampagne «Be all kinds of strong» von cool and clean, dem grössten Präventionsprogramm im Schweizer Sport, geht weiter! Ziel der Kampagne ist es nach wie vor, die Lebens- und Gesundheitskompetenzen von Jugendlichen zu fördern und problematische Entwicklungen frühzeitig zu erkennen, um darauf reagieren zu können. Die Kampagne ist in Kooperation mit Migros Fitness entstanden, dem Official Fitness Partner von Swiss Olympic.

Mit der Kampagne wollen wir Jugendlichen aufzeigen, dass es neben einem definierten Körper noch weitere Qualitäten gibt, die eine starke Persönlichkeit ausmachen und dass es sich lohnt, sie zu trainieren. Beispiele für die sogenannten Life Skills sind ein reflektierter Umgang mit Stress und Gefühlen sowie die Fähigkeit zu Empathie und auch zu kritischem und kreativem Denken. Das Kampagnenmotto Be all kinds of strong ruft dazu auf, alle Persönlichkeitsanteile zu stärken. Verlängert wird das Thema mit dem Satz: «Ob im Fitnesscenter oder draussen: Stärke deinen Body und deine Life Skills.»

Damit die Jugendlichen die zehn Life Skills kennenlernen und sich möglichst vertieft damit auseinandersetzen, starten wir die Kampagne mit einem Wettbewerb auf der Website www.coolandclean.ch/strong. Hier werden die Jugendlichen aufgefordert, praktische Erfahrungsbeispiele zu beschreiben, bei denen die Life Skills Anwendung finden. Pro Kommunikationswelle werden folgende Preise verlost:

1. Preis: 1x Wertgutschein Migros Fitness Card im Wert von CHF 1420.-
2. und 3. Preis: 2x1 Wertgutschein für ein Paar Schuhe von ON Running
(freie Wahl, exkl. Limited Edition)
4. und 5. Preis: 2x1 POLAR UNITE-Uhr im Wert von CHF 149.-
6. bis 10. Preis: 5x1 Wertgutschein Ochsner Sport im Wert von je CHF 125.-



MIGROS
FITNESS
Official Partner

COOL & CLEAN

Ein Engagement von **swiss olympic**