



2010-
2011

Sportverzorging R.Antwerp. FC

Natasja Maes en Luc Smets
Sport & Health Care gcv.
2010-2011

De taken van de sportverzorger binnen de medische cel:

- Blessurepreventie
- Vetmeting ,gewicht en lengte vanaf U 17 maandelijks
- Gewicht+lengte=Bmi vanaf U7 Tot U16 maandelijks
- Voedingsadvies geven of in contact brengen met een sportdiëtiste
- Database van blessures
- Doorverwijzing naar dokter of kine
- Contact leggen met school voor medische pedicure (stagiairs pedicure voorvoetverzorging)
- hersteltrainingen geven(trainingsklaar maken)
- Advies bij conditietraining
- sportmassages geven
- Luc doet de sportverzorging van de beloften en U15&U16 tijdens de wedstrijden
De andere leeftijdscategorieën als de u15 & U16 thuis spelen
- Natasja doet de sportverzorging voor U17 & U19 tijdens hun wedstrijden
De andere leeftijdscategorieën als de U17 & U19 thuis spelen
- Overleg Jeugdcoördinator & medische cel
- Overleg trainers & medische cel
- Overleg ouders- spelers –trainers & medische cel bij letsels
- Opstellen trainingsprogramma's einde seizoen en tussenseizoen voor spelers die tijdens het jaar met de metingen grote schommelingen vertonen
- Overleg met Syntra aangaande stageplaatsen sportverzorgers en pedicures
- Eventueel de stabilisatietraining leiden (20 minuutjes) in te bouwen door de trainers en dit door Luc of Natasja
- blessures opgelopen tijdens training ,wedstrijd ,thuis of op school sportverzorgers en trainer op de hoogte houden telefonisch of per e-mail
- contact opnemen met school indien aangepaste trainingsschema moet gevolgd worden bij blessures of overbelasting
- Procedure bij kwetsuren te vermelden op website + PDF-files met de nodige documenten te downloaden

Aanwezigheden:

- Aanwezig op de trainingdagen of te bereiken in de praktijk op de Schotensesteenweg 497 te Deurne bij Natasja, Jan of Luc
- Spreekuur op maandag avond van 18.00 tot 19.00 in de praktijk bij Jan Vandenhouten
- Aanwezigheid van sportverzorgers tijdens 1 trainingsavond (donderdag) Luc of Natasja op het Ruggeveld

Materiaal:

- Materiaal is aanwezig in Peerdsbos
- Verzorgingskits afgevaardigden van U 7 tot U 14
- Kast verzorgingsmateriaal aanvullen Peerdsbos voor de wedstrijden

Op maandag wordt door de afgevaardigden de lijst met de bestelling van verzorgingsmaterialen binnengebracht zodat de kast en de kits kunnen aangevuld worden door de sportverzorgers Luc of Natasja.

Medische Ruimte Ruggeveld:

Inventaris:

- Massagetafel (wij hebben er 1)
- Kast met slot
- Verzorgingskoffers Sportverzorgers
- Medische basiskit mee te gaan met de afgevaardigden die op verplaatsing gaan onderbouw
- Weegschaal (staat nu op peerdsbos)
- Meter (hangt nu in peerdsbos)
- Fiets (staat in peerdsbos)
- Revalidatiemateriaal (matjes, stabilisatie tollens, plankjes ,enz...)
- Tafeltje & twee stoelen(bureau)
- IJskoffertjes
- Diepvries
- Drinkbussen op nummer per seizoen + drinkbusrekje

Afspraken:

Elke actor (trainer, sporter, afgevaardigde, ouder en lid medische cel) moeten correcte communicatie voeren over de toestand van de sporter zowel op fysiek, psycho-emotioneel, sociaal en mentaal vlak. Zo kan de sporter optimaal opgevolgd worden. Er zal een map aangelegd worden met persoonlijke dossiers die beheerd wordt door de medische cel ter opvolging van de spelers. Deze map is enkel toegankelijk voor de medische cel en op aanvraag door de trainer en / of speler indien nodig.

De contacten kunnen gelegd worden tijdens de aanwezigheden van de sportkiné en sportverzorgers of telefonisch of per mail.

2x per jaar (midden en eind het wedstrijdseizoen) is er een overleg voorzien met de medische cel en de trainers + ev. speler voor evaluatie van de speler.

Doelstelling: correcte en accurate opvolging van de spelers.

Tot slot:

Dit alles moet er toe leiden dat de medische cel weer een stap vooruitzet en de club in een positieve zin naar voren brengt.

We wensen iedereen alvast een erg succesvol, sportief sportseizoen toe!

Sportverzorgers

Luc & Natasja