

BLESSURE PROTOCOL- WIE IS WAARVOOR VERANTWOORDELIJK?

OUDERS/ SPELERS

- Blessures melden bij RAZW spelerszaken
- Op het spreekuur van de fysio verschijnen (indien afspraak ingepland)
- Adviezen en afspraken van fysio opvolgen/nakomen
- Bij coaches/ trainers tijdens de training aangeven wanneer je iets niet kunt/ mag
- Zelf de grenzen bewaken tijdens trainingen
- Je afwezigheid in Sportlyzer zetten (ook bij langdurige blessures)

FYSIO (SPREEKUR)

- Korte check/ diagnose t.b.v. evt doorverwijzing
- Behandeladvies/ doorverwijzingen en monitoren herstel
- Informeren RAZW spelerszaken t.a.v. de status (stoplichtsysteem)
- Begeleiden hersteltrainingen
- Ondersteuning leveren in de vorm van oefeningen voor thuis en/of heldere kaders voor de training (wat wel/ wat niet)

RAZW SPELERSZAKEN

- Verwerken stoplicht-status in Sportlyzer
- Communicatie naar speler/ ouders bij wijzigingen in de status
- Wekelijks verzenden blessure statussen aan de coaching staf

COACHES

- Kennis nemen van de status updates
- Waar gevraagd speler ondersteunen om binnen zijn trainingsbeperking deel te nemen
- Spelers wegsturen van veldtrainingen wanneer zij de status ROOD hebben
- Overleg met fysio/ spelerszaken bij vragen/ zorgen

BLESSURE PROTOCOL– HOE START EN EINDIG JE HET?

MELDEN

- Den Haag; spelerszaken
- Leiden; spelerszaken en Fysio

UPDATEN

- Via spreekuur afspraken met fysio
- Bij tussentijdse vragen of problemen bellen of mailen met fysio van betreffende locatie

AFRONDEN

- Via spreekuur afspraak bij fysio

EXTRA INFO

- Langs gaan op het spreekuur betekent niet dat je gelijk op rood gaat.
- Liever een keer voor niets dan een verergering van je blessure
- Alles is er op gericht jullie zo snel en veilig mogelijk weer mee te laten trainen
- Geblesseerd betekent geblesseerd ook buiten Academy trainingen
- Informeren van je club-coach is verstandig. Wanneer hij/ zij vragen heeft kunnen ze contact opnemen met de Academy via spelerszaken of rechtstreeks met de spreekuur fysio

BLESSURE PROTOCOL; HET STOPLICHT SYSTEEM

NO-GO

- Geen deelname aan fysieke (game)trainingen op het veld of in de sporthal

BEPERKT

- Deelname aan fysieke (game) trainingen binnen de afgesproken restricties

VOLLEDIG

- Deelname aan volledig trainingsprogramma, zonder restricties

BEPERKT

- Mogelijk deelname aan kracht-/ hersteltraining
ALLEEN op advies en/of onder begeleiding fysio

BEPERKT

- Deelname aan kracht- en/of hersteltraining

NIEUWE KLACHTEN

- Indien klachten terugkomen meldt je dat bij fysio en spelerszaken en start het protocol weer van voren af aan

VOLLEDIG

- Deelname aan lessen op gebied van Nutricion, Sportpsychologie e.d.

VOLLEDIG

- Deelname aan lessen op gebied van Nutricion, Sportpsychologie e.d.

BLESSURE PROTOCOL– WANNEER KOM JE NIET NAAR HET SPREEKuur?

HERSEN- SCHUDDING

In geval van een hersenschudding meldt je dit net als iedere andere blessure

Zodra je in staat bent weer wat te doen meldt je je aan voor het spreekuur

Via het spreekuur wordt je hersenschudding gemonitord conform het RN hersenschudding protocol

Verder wordt het als iedere andere blessure behandeld met het stoplicht systeem

NIET MOBIEL

Heb je een been gebroken of ben je om welke reden dan ook niet mobiel dan kan je simpelweg niet naar het spreekuur komen

Neem in dat geval telefonisch contact op met de spreekuur fysio.

Op basis daarvan zetten we dan het protocol in werking en uiteraard sta je op rood zolang je niet mobiel bent

ZIEK

Ziek is ziek.

Dat zet je dan in Sportlyzer in het opmerkingveld als je je op afwezig zet.en vanwege het spreekuur stuur je de fysio een appje om hem/haar te laten weten dat je er niet kan zijn.

Vergeet niet je ook op school ziek te melden!

Meldt je ook weer beter, dan maken we gelijk weer een afspraak voor je op het spreekuur

COVID-19

Volg de Covid-19 procedure