



KONINKLIJKE RUPEL BOOM FOOTBALL CLUB

Aangesloten bij de K.B.V.B.

Stamnummer 2138

Een voetbalblessure kan zo erg zijn dat er tijdelijk niet kan worden gevoetbald. Afhankelijk van het beschadigde weefsel en de ernst van de beschadiging, kan deze periode variëren van enkele dagen tot vele maanden. Niet voetballen, betekent een verlies aan voetbalconditie en bewegingscoördinatie.

Als een voetballer weer te snel wedstrijden wil spelen zonder over het vereiste conditionele niveau te beschikken, heeft hij/zij een verhoogd risico om tegen een herhaling van een blessure aan te lopen. Om het conditionele verval zoveel mogelijk te beperken en een verantwoorde terugkeer in wedstrijden te bespoedigen, moet de voetballer zich houden aan vooraf gemaakte afspraken.

Volgend **10 stappenplan** moet worden doorlopen:

1. Blessure wordt gemeld aan de trainer
2. Vraag naar een formulier "Aangifte van ongeval": te bekomen op het jeugdsecretariaat of bij de afgevaardigde van je ploeg.
3. Meld je bij Jo Engelborghs , op vaste dagen op de club of op afspraak op zijn praktijk
4. Bij doorverwijzing naar clubarts /huisarts het formulier correct laten invullen en tijdig binnenbrengen op de club. (Dirk of Luc)
5. Vul omstandigheidsdocument in (het enige formulier dat U zelf mag invullen) bij blessure.
6. Behandel je kwetsuur volgens advies van Jo of behandelend arts (behandelingsplan)
7. Na herstel van blessure ,meld je terug aan bij Jo ,voor eventueel een aangepast programma (revalidatietrainingen bij Klaas De Hert of looptrainingen bij Yasmin Sen)
8. Jo beslist, in samenspraak met Klaas en Clubarts Dr. Stappers, wanneer de speler terug mag aansluiten bij de groepstraining.
9. GEEN ENKELE SPELER is selecteerbaar voor een wedstrijd als hij niet administratief werd afgeschreven.
10. Genezingsdocument laten invullen door behandelend arts bij volledig herstel en samen met alle documenten van de gedane onkosten bezorgen bij Dirk of bij Luc.