

Handleiding
Medisch begeleidingsprogramma
CVV-Vriendenschaar





Inhoud

1. Introductie	3
2. Toelichting medisch begeleidingsprogramma	4
Partners.....	4
Spreekuur.....	4
Kosten en vergoedingen	4
3. Het model	5
4. Het medisch spreekuur	6
5. Het medisch begeleidingsteam.....	7
Medisch verzorger CVV-Vriendenschaar: Marcel Uding.....	7
Sportarts bij CVV-Vriendenschaar: Ria van Rooijen.....	7
Foot Connection: David Evers	8
Sport & Gezondheidscentrum: Gunther's Family Fit	9
Fysio- en manueel therapeut: Martin Houvast.....	10
6. Contactgegevens Medisch begeleidingsteam.....	11

1. Introductie

CVV-Vriendenschaar heeft als missie:

‘De leukste en beste vereniging in de regio te zijn’.

De ambitie van CVV-Vriendenschaar reikt daarom in kwalitatieve zin ver. Om die reden heeft de vereniging dit medisch begeleidingsprogramma ontwikkeld. Dit programma is toegankelijk voor *alle* spelende leden van CVV-Vriendenschaar. Dit houdt in dat spelers en speelsters vanaf de welpen tot de senioren elftallen gebruik kunnen maken van het programma.

Wanneer we ons op de jeugd richten heeft CVV-Vriendenschaar de ambitie om de beste jeugdopleiding in de regio te hebben. Hier wordt door veel mensen hard aan gewerkt. De basisgedachte van de voetbalvisie van CVV-Vriendenschaar, op het gebied van jeugdvoetbal, is dat alle spelers, zowel jongens als meisjes, ongeacht of zij in een selectie elftal spelen of niet, plezier beleven aan voetballen bij CVV-Vriendenschaar. Daarnaast heeft CVV-Vriendenschaar de ambitie om met de selectie elftallen op een zo hoog mogelijk niveau te spelen.

De invulling hiervan is verwoord in het uitgebreide jeugdbeleidsplan en in de handleiding technisch jeugdbeleidsplan 2011/2012.

Eén onderdeel was tot nu toe nog niet ingevuld op het niveau dat CVV-Vriendenschaar nastreeft, namelijk de medische begeleiding van onze leden.

Kinderen in de groei zijn kwetsbaar en daarnaast is voetbal ook nog een contact sport. Om onze spelers op ieder niveau de juiste begeleiding en ondersteunen heeft CVV-Vriendenschaar het Medisch Begeleidingsprogramma ontwikkeld.

In het kort komt het er op neer dat wij een team aan medisch specialisten aan de club hebben verbonden dat op alle vlakken de ondersteuning kan bieden die een speler of speelster nodig kan hebben. In het volgende hoofdstuk vindt u de toelichting op het Medisch Begeleidingsprogramma.

Namens het bestuur,

J. Kraay

Bestuurslid technische voetbalzaken

2. Toelichting medisch begeleidingsprogramma

Blessures komen in alle vormen. Zij kunnen te maken hebben met een val, een botsing, een verrekking, maar ook door eenzijdige (spier) ontwikkeling of groeipieken. Om het volledige pallet aan mogelijke blessures te kunnen behandelen maar ook voorkomen hebben wij een model ontwikkeld dat aan alle mogelijke medische facetten kan voldoen.

De basis van dit programma is dat er een samenwerkingsverband van deskundigen beschikbaar is voor medische begeleiding en herstelfaciliteiten. Deze expertise is beschikbaar voor elke speler van CVV-Vriendenschaar, van jong tot oud.

Partners

De volgende personen maken deel uit van dit team (zie ook hoofdstuk 5):

- Ria van Rooijen (sportarts werkzaam bij Sportgeneeskunde Woerden);
- Martin Houvast (fysiotherapeut en manueel therapeut);
- David Evers (Footconnection, voetspecialist, expert op gebied van houding en beweging);
- Lucien en Marianne Gunther (fitness en revalidatie, Gunther's Family Fit);
- Marcel Uding (medisch verzorger CVV-Vriendenschaar).

Laatstgenoemde is en blijft het eerste aanspreekpunt voor de spelers (en trainers). Op basis van zijn diagnose wordt bepaald wie van de leden van het team kan worden ingezet voor de desbetreffende speler.

Spreekuur

Er komt een spreekuur voor alle in aanmerking komende spelers op de dinsdag- en donderdagavond. Marcel zal op zaterdagmiddag spreekuur gaan houden vooral voor de jeugd. Dit zodat er geen tijd verloren hoeft te gaan voor het stellen van een diagnose en voor de doorverwijzing.

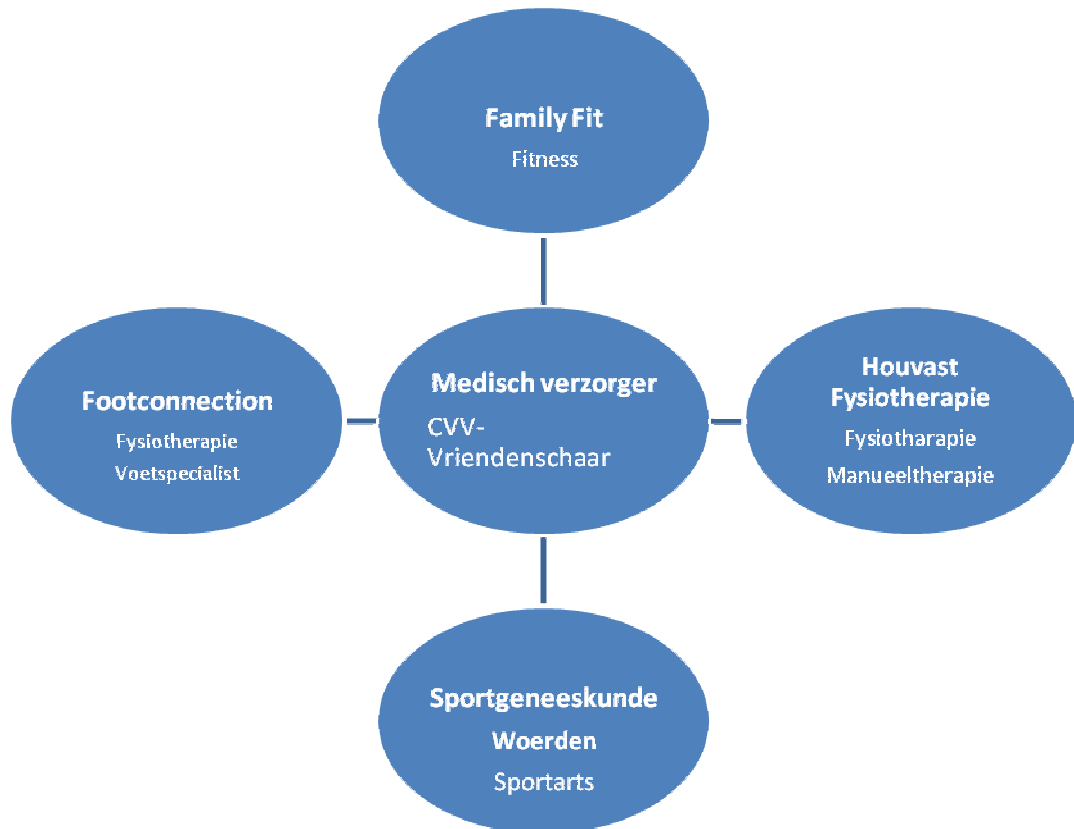
Kosten en vergoedingen

De kosten voor de diagnose en behandeling door de clubverzorger zijn voor rekening van CVV-Vriendenschaar. De kosten voor behandelingen door de specialisten zijn voor rekening van de speler, waarbij dit, afhankelijk van het zorgverzekeringspakket, wel of niet (gedeeltelijk) vergoed zal worden.

Voor vergoedingen door zorgverzekeringen is het raadzaam om bij de aangesloten verzekering te informeren naar de aanvullende pakketten om teleurstelling te voorkomen.

Dit medisch begeleidingsprogramma biedt ook de mogelijkheid om voor trainers een cursus te verzorgen waarin de belangrijkste basisbegrippen van het programma de revue zullen passeren.

3. Het model



Dit netwerk aan specialisten wordt 'aangestuurd' door de medisch verzorger. Op basis van zijn diagnose zal hij een speler of speelster ofwel:

- Zelf behandelen
- Doorsturen naar een van de specialisten
- Bij complexe blessures of blessures die de specifieke kennis van een arts nodig hebben zal de Sportarts worden ingezet. Deze kan dan na een consult bepalen wat het behandelplan zal zijn. Dit plan kan de inzet van een of meerdere specialisten behelzen
- Bij doorverwijzing naar bijvoorbeeld een van de fysiotherapeuten kan het bijvoorbeeld ook voorkomen dat het behandelplan de inzet van een begeleid fitnessprogramma vereist

Waar het op neer komt is dat er een constant netwerk aan medisch specialisten beschikbaar is dat nauw in contact staat met elkaar en beschikbaar is voor iedere speler of speelster van CVV- CVV-Vriendenschaar.

4. Het medisch spreekuur

Om de toegang tot het medisch begeleidingsteam te structureren en laagdrempelig te maken is onze medisch verzorger op de volgende dagen en tijden beschikbaar voor consult of behandeling.

Zaterdagen: van 12.00 tot 14.00

Dinsdagen: van 20.30 tot 21.30

Donderdagen: van 20.30 tot 21.30

Dit geldt uiteraard alleen voor standaard wedstrijddagen en trainingsavonden.

U vindt Marcel in de verzorgingsruimte van CVV-Vriendenschaar (naast kleedkamer 14)

5. Het medisch begeleidingsteam

Medisch verzorger CVV-Vriendenschaar: Marcel Uding



Marcel Uding is vanaf 1990 medisch verzorger bij onze club. Deze oud EOD militair is van alle markten thuis, houdt zijn kennis op peil en is door zijn jarenlange ervaring met sportblessures DE aangewezen persoon om een eerste diagnose en/of behandeling te geven aan onze leden.

Sportarts bij CVV-Vriendenschaar: Ria van Rooijen



Sporten, en zeker ook voetballen is gezond en vooral leuk om te doen. Maar wat als een blessure niet goed wil genezen, niet duidelijk is wat er aan de hand is. Waar kun je heen??

Allereerst kan de verzorger/hersteltrainer goed werk doen. Dit kan ook door de sportfysiotherapeut. En dan is er nu ook een sportarts!

Sportarts Ria van Rooijen van Sportgeneeskunde Woerden heeft ooit zelf voetballes gehad van Foppe de Haan, heeft gewerkt bij de KNVB en is jaren geleden met meisjes onder 18 op reis geweest door Europa. Nu werkt zij voor verschillende sporters en sporten, is bondsarts van de KNSA en heeft de ruiterploeg bij de laatste Olympische Spelen begeleid.

Naast snelle diagnostiek, sportadvisering bij blessures en begeleiding bij revalidatie kunnen bij Sportgeneeskunde Woerden ook sportmedische onderzoeken worden gedaan, en inspanningstesten. Wat is de fitheid? Of waarom lukt het niet goed om met de groep mee te komen?

Meer informatie staat op de website www.sportgeneeskundewoerden.nl . Ook over tarieven en vergoedingen door zorgverzekeringen in de aanvullende pakketten.

Foot Connection: David Evers



Ons sport fysiotherapeutisch centrum bestaat uit een viertal onderdelen die allemaal nauw met elkaar verweven zijn: sportfysiotherapie, podologie, sport- en bewegingsanalyses en revalidatie.

In onze praktijk werken fysiotherapeuten, die allemaal een sportachtergrond hebben. Schaatsen, hockey, voetbal en tennis.

We weten wat sport en bewegen inhoudt. Maar ook belasting en belastbaarheid.

Kennis van anatomie en fysiologie wordt dagelijks gebruikt om een diagnose te stellen. Inmiddels bestaat onze praktijk al ruim 18 jaar.

In de sportpraktijk zijn er acute blessures, zoals een enkel verzwikken, kneuzing door een knietje of een spierscheuring. Dit soort blessures genezen snel en kunnen in zeer korte tijd met goed resultaat behandeld worden.

Dan zijn er ook chronische blessures zoals houdingsproblemen, groeipijnen en langdurige peesklachten (achillespees, kniepees). Chronische blessures vergen een specifiekere aanpak, waarbij ook de stand van voeten en gehele houding inclusief sport specifieke beweging in kaart gebracht moeten worden. Vaak kan er via een voetafdruk, en een eventuele videoanalyse een sportzooltje gemaakt worden om het herstel sneller te laten verlopen.

Wij gebruiken specifieke oefenprogramma's om bepaalde spieren, bewegingen of coördinatie te trainen.

Sportblessures zijn vervelend en altijd ongewenst.

Via een inloopsprekkuur is het mogelijk om op bepaalde dagen en tijdstippen een snelle, kortdurende analyse uit te laten voeren om advies te krijgen hoe met de blessure om te gaan. Indien nodig kan er een vervolgspraak gemaakt worden.

Er kan ook naar een specialisme doorverwezen worden.

Sport & Gezondheidscentrum: Gunther's Family Fit



Sport en gezondheidscentrum Gunther's Family Fit bestaat al sinds 1987. Onze naam omvat tevens een belangrijk doel van de organisatie: Sporten voor het hele gezin. Het aanbod van de lessen en de fitness/cardio ruimte is te volgen voor kinderen vanaf 5 jaar tot aan senioren. Het doel is om de sporters zich thuis te laten voelen in het sportcentrum, zodat iedereen op zijn/haar manier gezond bezig kan zijn. Het grote aanbod van diverse groepslessen en het maken van een individueel fitness schema zorgen ervoor dat de klanten een sportief programma kunnen volgen dat het best aansluit bij hun persoonlijke voorkeur.

In ons centrum kunt u oa. terecht voor:

- Fitness en cardio training;
- Diverse soorten groepslessen, voor alle niveaus;
- Spinning;
- Squash;
- Fysiotherapie;
- Gratis kinderopvang;
- Zonnebank;
- Schoonheidssalon Jente;
- Voedingsadvies;
- Squashlessen;
- Sportmassage.

Wij nemen met alle deelnemers een intake gesprek af. Tijdens deze intake vindt er een weging, bloeddruk-, bmi- en vetpercentage meting plaats. Vervolgens nemen wij samen met de betreffende persoon een gezondheidsverklaring door, waarbij eventuele klachten besproken worden. Uiteindelijk stellen wij een op maat gemaakt programma op, waarmee de sporter zijn of haar doelstelling kan behalen. Dit kan zowel in onze fitness en cardio ruimte als in één van onze verschillende groepslessen.

Iedereen is welkom om bij ons te komen sporten. Ons goed opgeleide personeel staat klaar om de sporters te begeleiden naar hun doel.

Fysio- en manueel therapeut: Martin Houvast



Mag ik me even voorstellen...mijn naam is Martin Houvast. Ik ben al 31 jaar werkzaam als fysiotherapeut. De eerste jaren in het St. Antonius Ziekenhuis in Nieuwegein. In 2002 ben ik een eigen praktijk gestart in de Salamander in Culemborg.

Ik heb onder andere de opleiding voor sportfysiotherapie gevolgd. In het verleden heb ik diverse voetbalteams begeleid. Sinds vijf jaar werk ik met veel plezier nauw samen met Marcel Uding en de trainers van het eerste en tweede team. Deze samenwerking bestaat uit het inventariseren van de blessure, het behandelen van de spelers en het begeleiden tijdens het herstelproces. Tevens ben ik de vaste vervanger van Marcel Uding bij zijn afwezigheid.

Kijk voor meer informatie over onze praktijk op : www.houvastfysiotherapie.com.

6. Contactgegevens Medisch begeleidingsteam

Naam	Gunther's Family Fit
Contact persoon	Lucien&Marian Gunther
Adres	A v Diemenstraat 18B
PC/Woonplaats	4104 AE Culemborg
Tel	0345-530146
Website	www.familyfit.nl
email adres	info@familyfit.nl

Naam	Footconnection
Contact persoon	David Evers
Adres	Dahliastraat 72
PC/Woonplaats	4101 HE Culemborg
Tel	0345-520330
Website	www.footconnection.nl
email adres	mail@footconnection.nl

Naam	Houvast Fysiotherapie
Contact persoon	Martin Houvast
Adres	Heimanslaan 2
PC/Woonplaats	4102 JA Culemborg
Tel	0345-512217
Website	www.houvastfysiotherapie.com
email adres	fysiohouvast@planet.nl

Naam	Medisch verzorger Vriendenschaar
Contact persoon	Marcel Uding
Adres	Appelboom 30
PC/Woonplaats	4101 VG Culemborg
Tel	0345-518703
Website	nvt
email adres	marceluding@XS4all.nl

Naam	Sportgeneeskunde Woerden
Contact persoon	Ria van Rooijen
Adres	Zaagmolenlaan 12
PC/Woonplaats	3447 GS Woerden
Tel	0348-764764
Fax	0348-764700
Website	
email adres	info@sportgeneeskunde.nl