

# SKV Oostakker

## Jeugdbeleidsplan Voetbalseizoen 2015 – 2016



Stamnummer 8713

[www.skvo.be](http://www.skvo.be)



**SCOREN MET JEUGD !**

## Voorwoord

Beste sportvrienden,

Voor u ligt het jeugdbeleidsplan van SKV Oostakker (SKVO) van seizoen 2015-2016. We houden er aan om net als de voorbije jaren aan iedereen die op één of andere manier met onze club heeft te maken (speler, ouder, trainer, afgevaardigde, helper, sympathisant) dit plan kenbaar te maken. Dit document is een complete samenvatting van onze sportieve en extra-sportieve werking.

Als club proberen wij ook in deze nieuwe voetbaljaargang het positieve imago van onze jeugdwerking verder uit te bouwen met het oog op de toekomst. De grote instroom van vele jonge leden is voor het zoveelste seizoen op rij nog maar eens de bevestiging dat het jeugdvoetbal in Oostakker groeit en bloeit. Wij hopen dan ook dat de vele nieuwelingen zich vlug thuis zullen voelen, zodat we één grote voetbalfamilie worden die er net als vorig jaar een prachtig seizoen van gaan maken. Aan iedere betrokkene met in het bijzonder de ouders van onze nieuwelingen, willen we zeggen “bedankt voor het vertrouwen in onze club”.

Na jaren van bang afwachten, hopen en veel overleg met de stadsdiensten zijn we ook verheugd dat we vanaf komend seizoen eindelijk gebruik kunnen maken van extra speelruimte op onze site. Het zal onze druk bespeelde voetbalvelden meer dan deugd doen.

Net als vele andere sportclubs heeft SKV Oostakker het jeugdvoetbal steeds beschouwd als een sociale sport. Het blijft een doel van de club om elke kind ongeacht rang, stand, geslacht, kunde en vaardigheid een plaats aan te bieden. Om dit te bereiken heeft de club vorig seizoen een evenementen team opgericht die mee voor ondersteuning zorgt aan het bestuur. Vele handen maken het werk lichter, vandaar dat dit team nog op zoek is naar extra mensen. Mocht u zich geroepen voelen om mee op die kar te springen, geef ons gerust een seintje. Het SKVO-evenemententeam zal zijn werking verder verfijnen en optimaliseren en zal ook in dit nieuwe seizoen heel wat activiteiten en festiviteiten organiseren. Deze bepalen mee de sfeer van de club en zorgen voor de bekostiging van broodnodige uitgaven. Uiteraard hopen we onze leden daar in grote getale te mogen op verwelkomen. Jullie steun en aanwezigheid is hierbij onontbeerlijk en meteen ook een blijk van waardering naar het bestuur en mensen die dagdagelijks in de weer zijn met de voetbalopleiding van jullie kind. Samen kunnen we ongetwijfeld meer ! Vandaar ook dat we naast de aanwezigheid op evenementen, nogmaals een warme oproep willen doen naar helpende handen, in het bijzonder voor de kantinebezetting tijdens de wedstrijddagen.

Tot slot wensen we alle spelers en ouders een fantastisch en aangenaam voetbaljaar toe waar vooral “plezier” in de sport groot is en primeert. Het Jeugdbestuur en dagelijks bestuur kijken in alle geval met veel vertrouwen het komende seizoen tegemoet en zijn overtuigd van een goede afloop.

Met sportieve groeten

Jeugdbestuur SKV Oostakker

## Inhoudsopgave

Voorwoord .....	3
<b>1. Beleid en Organisatie .....</b>	<b>7</b>
1.1 Missie .....	7
1.2 Visie.....	7
1.3 SWOT-Analyse .....	9
1.4 Termijndoelstellingen.....	15
1.4.1 Korte termijndoelstellingen (12-18 maanden) .....	15
1.4.2 Lange termijndoelstellingen (3 jaar) .....	15
1.5 Organisatie .....	16
1.5.1 Organigram .....	16
1.5.2 Functiebeschrijvingen.....	17
1.5.3 Functietoewijzingen.....	24
<b>2. Seizoen 2015 – 2016 .....</b>	<b>26</b>
2.1 Enkele basisbeginselen .....	26
2.2 Trainers en afgevaardigden .....	27
2.3 Sportief opleidingsplan.....	28
2.4 Wedstrijden en afspraken.....	29
2.4.1 Inleiding.....	29
- 30	
2.4.2 Speelgelegenheid.....	30
2.4.3 Uitrusting .....	30
2.4.4 Afspraken aanwezigheid .....	31
2.4.5 Administratie .....	32
2.4.6 Hygiëne en gedragsregels op en naast het veld .....	32
2.4.7 Competitie voor U6.....	33
2.5 Trainingen en een aantal afspraken .....	34
2.5.1 Inleiding.....	34
2.5.2 Uitrusting .....	35
2.5.3 Afspraken aanwezigheid .....	35
2.5.4 Hygiëne en gedragsregels op en naast het veld .....	36
<b>3. Mijn bijdrage als ouder ! .....</b>	<b>37</b>
<b>4. Medische begeleiding.....</b>	<b>39</b>
4.1 Blessure preventieplan .....	39

4.1.1	Voorwoord en introductie .....	39
4.1.2	Voor wie is het plan bedoeld en wat houdt het in? .....	39
4.1.3	De spelers (of hun ouders/verzorgers) .....	40
4.1.4	De trainers / coaches .....	44
4.1.5	De ploegafgevaardigden .....	44
4.1.6	FAIR PLAY .....	45
4.2	<b>Administratief : Wat te doen bij een blessure of ongeval? .....</b>	<b>46</b>
4.2.1	Inleiding .....	46
4.2.2	Melding van het ongeval of kwetsuur .....	47
4.2.3	Raadpleging dokter .....	47
4.2.4	Spelhervatting .....	48
4.2.5	Betaling en Terugbetaling van onkosten .....	49
4.2.6	Bijkomende opmerkingen: .....	49
4.3	<b>Praktisch : Wat te doen bij een ongeval ? .....</b>	<b>50</b>
4.3.1	De EHBO koffer in de SKVO kantine voor jeugdspelers .....	50
4.3.2	Brancard .....	51
4.4.4	Wat is een spierkramp? .....	61
5.	<b>Communicatie .....</b>	<b>64</b>
5.1	Met sportieve staf en bestuur .....	64
5.2	Website .....	64
5.3	Jeugdbeleidsplan .....	64
5.4	Informatiebord .....	64
5.5	Management Console .....	65
5.6	Informatievergadering .....	65
6.	<b>Afgelastingen .....</b>	<b>66</b>
7.	<b>Inschrijvingen en transfers .....</b>	<b>67</b>
7.1	Inschrijvingen en aansluiting .....	67
7.2	Transfers .....	68
8.	<b>Nuttige formulieren .....</b>	<b>70</b>
9.	<b>Veiligheid van en naar SKVO – Vervoer .....</b>	<b>71</b>
10.	<b>Evenementen – Vrijwilligers – Wedstrijdballen – Kantinetaken .....</b>	<b>72</b>
11.	<b>Huishoudelijk reglement .....</b>	<b>73</b>
	Bijlage 3: Ongevallen formulier .....	74
	Bijlage 4: Fair play charter .....	76

Noot van de auteurs: Bij de samenstelling van deze brochure werden heel wat bronnen (oa. diverse clubwebsites) geraadpleegd. Het is onbegonnen werk deze allemaal op te sommen. In elk geval wil SKVO alle clubs bedanken die deze informatie publiek hebben gemaakt. Er is zorg en aandacht besteed bij het opstellen van deze bundel om de informatie zo juist en actueel mogelijk voor te stellen. Desalniettemin is de inhoud van deze brochure informatief, en kan gewijzigde of aanvullende informatie – die niet is opgenomen in dit document – van toepassing zijn. Bij voorbaat onze excuses daarvoor. Suggesties met betrekking tot deze brochure zijn steeds welkom!

Redactie: SKV Oostakker Jeugdbestuur ; Eindreactie: Sven Inghelbrecht

# 1. Beleid en Organisatie

## 1.1 Missie

- SKV Oostakker (SKVO) wil door middel van de voetbalsport IEDEREEN uit Oostakker en nabije omgeving een gezonde en kwalitatief hoogstaande vrijetijdsbesteding aanbieden. De basis hiervoor moet een stevige en goed op elkaar afgestemde organisatie zijn waarbij naast een moderne voetbalopleiding ook het volkse, familiale karakter en voetbalplezier van de kinderen niet uit het oog mag worden verloren.
- Op deze wijze willen we onze jongeren opleiden zodat ze binnen afzienbare tijd deel kunnen uitmaken van de A-kern. Het streefdoel is een lokaal herenelftal op de been brengen dat bestaat uit minstens 80% eigen opgeleide jeugd en dat probleemloos kan meespelen in de hogere provinciale reeksen. De jongeren die omwille van omstandigheden niet kunnen doorstromen naar de A-kern moeten we binnen de mate van het mogelijke de kans kunnen aanbieden om zich op een andere manier binnen de club te engageren (recreatief volwassen voetbal, jeugdtrainer, scheidsrechter, medewerker, ...).

## 1.2 Visie

### ➤ Inleiding

- Voetbal is één van de meeste populaire sporten ter wereld. Alle kinderen trappen in hun jonge leven ooit wel eens op een bal. Er zijn natuurlijk ook kinderen of jongeren die kiezen om voetbal te gaan spelen in een voetbalclub zodat ze meer kunnen leren over deze teamsport.
- Velen willen namelijk niet alleen voetballen in de tuin, of op de speelplaats maar willen zich in de voetbalsport ook verder ontwikkelen door in recreatief of competitief verband te spelen. SKV Oostakker biedt deze mogelijkheid aan.

### ➤ Iedereen is welkom !

- Elke jongen of meisje uit Oostakker en de nabije omgeving, die een gezonde interesse toont in de voetbalsport en zich aanmeldt bij ons krijgt - ongeacht zijn/haar fysieke mogelijkheden, huidskleur, religie, geaardheid of talent – een kans om op een plezierige, leerzame en succesvolle manier te leren voetballen.
- SKVO wil er toe bijdragen dat elk kind in de meest optimale mogelijke en veilige omstandigheden kan komen trainen en wedstrijden spelen.

➤ **Een gezonde geest in een gezond lichaam**

- Het aanleren van de voetbalsport, en zeker in de jeugdreeksen moet gebeuren in de best mogelijke omstandigheden waarbij vooral bij de jongste het voetbalplezier (= FUN) centraal moet staan.
- De trainingen moeten daarom worden gegeven onder de deskundige leiding van bekwame, goed opgeleide en vooral gemotiveerde trainers (= FORMATION). Tijdens de opleiding en begeleiding van onze lokale jeugd moeten zij daarvoor niet alleen toezien op de voetbaltechnische, -tactische en –fysische ontwikkeling van de atleet. Als club zijn we het ook verplicht aan onszelf om te waken over het mentale, psychische en opvoedkundige aspect van deze mooie sport. Termen zoals orde, respect (t.o.v. medespelers, tegenstrevers, trainers, supporters, scheidsrechter, ...), (zelf)discipline, leren verliezen, Fair-Play, teamgeest, eerlijkheid en vriendschap zijn maar een paar voorbeelden van de ethische normen en waarden die wij als club hoog in het vaandel dragen.
- Daarnaast hechten wij er ook veel belang aan om een gezond evenwicht te bewaren tussen sport en studie. Succes op school en succes in voetbal gaan vaak hand in hand.

➤ **Communicatie**

- We willen in dit totaalpakket ook de rol van de ouders niet uit het oog verliezen. Per slot van rekening zijn zij het die hun vertrouwen stellen in onze club en ons toestemming geven om hun kind bij te staan in hun groei naar volwassenheid. Vandaar dat het van essentieel belang is dat we een open en eerlijke communicatie hanteren op elk niveau.
- Tijdens gans het opleidingstraject mogen we bovendien absoluut niet uit het oog verliezen dat we een familiale club willen zijn. Eenieder (zowel het kind als de ouder) moeten zich bij SKVO thuis kunnen voelen zodat ze kunnen meegenieten van een actief verenigingsleven wat zonder enige twijfel de ‘familieband’ binnen de club versterkt

➤ **Financieel budget en structurele omkadering**

- De gouden jaren waarbij jongvolwassen voetballers in de lagere provinciale reeksen hopen geld verdienen zijn voorbij. Iedereen beseft tot scha en schande dat het crisis is en dergelijke lonen niet langer kunnen betaald worden.
- Ook SKVO heeft in het verleden in zijn drang naar succes aan die financiële verlokkingen en verzuchtingen van spelers niet kunnen ontsnappen. De club heeft daarvoor een hoge



prijs betaald, maar is door hard werken opnieuw uit de put geklauterd. We willen absoluut niet nog eens in dezelfde val trappen.

- We zijn er van overtuigd dat succes enkel nog maar kan behaald worden mits een gestructureerde uitbouw van onze organisatie die gestoeld is op een evenwichtig samengesteld financieel budget.
- Zowel bij de A-kern als bij de jeugdwerking moeten er duidelijk afgebakende verantwoordelijkheden en taken zijn.
- Daarnaast moeten we voldoende aandacht besteden aan het verwerven van voldoende inkomsten en moeten de uitgaven te allen tijde onder controle worden gehouden.
- Enkel op deze manier kunnen we er samen in slagen om de missie van SKV Oostakker te volbrengen.

### **1.3 SWOT-Analyse**

- Deze SWOT analyse is in januari 2012 opgemaakt en gebaseerd op gegevens die bekomen werden na een bevraging van de stakeholders (leden Raad van Bestuur, Jeugdbestuur, trainers/afgevaardigden/ouders/spelers (U6 tem A-kern), supporters). Ze is geactualiseerd in het voorjaar 2015 met onder andere bijkomende input van sponsors, scholen.
- Uit het resultaat zou men soms kunnen afleiden dat een aantal zaken tegenstrijdig lijken, maar dit is het gevolg van het grote aantal antwoorden (ca. 70% van de personen die bevragd werden gaven gevolg aan de oproep). Bovendien was er ook heel wat duplicatie in de antwoorden. Dit werd opgevangen door één en ander te synthetiseren.

### **Sterktes**

#### ***Personeel : trainers, begeleiders en bestuur***

- Geëngageerde mensen
- Gemotiveerde trainers waarvan enkele met diploma
- Gemotiveerde omkadering (bestuur, coaches, vrijwilligers,...)
- Goede en specifieke trainingen
- Goede administratieve organisatie bij de jeugdwerking
- Enthousiaste groep vrijwilligers
- Goede organisatie naast het veld

### ***Ledenaantal***

- Groot aantal spelertjes
- Vlotte instroom
- Veel spelers met potentieel

### ***Accommodatie : ligging en comfort***

- Zeer goede ligging in de onmiddellijke omgeving van scholen
- Genoeg parkeerplaats
- Mooie locatie van het oefencomplex
- Centrale ligging in Oostakker
- Uitbreidingsmogelijkheden in de infrastructuur
- Kledkamers zijn goed & modern, vrij snel warm water

### ***Communicatie***

- Goede communicatie (mail,...)
- Aantrekkelijke en informatieve website
- Duidelijke afspraken tussen : club/trainer <---> en spelersgroep.

### ***Karakter en uitstraling van de vereniging***

- Betrokkenheid ouders (i.p.v. babysit mentaliteit)
- Zeer sociale club met toffe en gezellige sfeer ; familiale en ongedwongen sfeer
- Binnen de jeugd heerst een aangename sfeer tussen ouders en trainers / bestuur
- competitief, maar met respect voor regels & tegenstander
- Voldoende nevenactiviteiten (intern als extern) : er is voor elk wat wils
- Goed imago in de gemeente (men spreekt opnieuw in goede zin over SKVO “op ’t dorp”)
- Discipline en opvoeding
- Vriendschap

### ***Samenwerking***

- We hebben een goede verstandhouding met de stad Gent en de EDUGO scholen en willen dit zo behouden met wederzijds respect zonder aan partijpolitiek te willen doen.

### ***Financieel***

- Financieel gezond en veel activiteiten die dit realiseren

- Er wordt geïnvesteerd in jeugdwerking (bv. volledige terugbetaling trainerscursussen, bijscholingen)

### **Sportief**

- Met beperkte accommodatie toch heel wat spelers vormen.
- Trainingsinvullingen zijn degelijk voorbereid en worden goed uitgevoerd
- Resultaat is een gevolg van goed werken; maar geen doel op zich. = bieden van speelkansen ook aan minder sterke spelers.
- Vooruitgang binnen de club
- Sterke jeugdwerking

### **Materiaal**

- Kwaliteit van materiaal en uitrusting/outfit (Training-gepersonaliseerde T-shirts) is goed

## **Zwaktes**

### **Accommodatie**

- Krappe infrastructuur (kleedkamers, terreinen)
- Staat van de velden
- Verkeersonveilige inkom
- Afhankelijk van de Stad voor aanleg en onderhoud terreinen

### **Sportief**

- Opleidingen trainers
- Te veel leden per trainer per groep
- Wedstrijd speelgerechtigheid
- Iets meer aandacht voor het blijven (in)oefenen van de basistechnieken. Bij elke leeftijd blijven op hameren. Hiervoor is eenzelfde taal vereist = trainersvergadering en werkplan!
- Trainers niet te lang laten meestijgen met hun ploeg; elke trainer legt ietwat andere accenten en dit is verrijkend. Spelers krijgen hierdoor andere (nieuwe) invullingen
- Weinig tot geen binding tussen A-kern en jeugdspelers
- Ontbreken van een sportief opleidingsplan waardoor er geen echte structuur in de opleiding zit afgestemd op wat men wil bereiken met de 1e ploeg

### **Vrijwilligers/medewerkers**

- Moeilijk om ouders te betrekken bij evenementen

- Er zijn weinig tot geen spelers uit de A-kern/B-kern die meehelpen in de jeugdopleiding (trainers, scheidsrechters)
- Relatief weinig gediplomeerde trainers bij onderbouw – middenbouw - bovenbouw
- Buiten het voetbalgebeuren is er weinig tot geen betrokkenheid/deelname van allochtonen aan evenementen en het andere verenigingsleven
- Te veel taken moeten soms door dezelfde persoon worden gedaan => overbelasting van sommige vrijwilligers in het bestuur

### ***Financieel***

- Sponsoring/financiën

## **Opportunities**

### ***Accommodatie***

- Verfraaien & uitbreiden terreinen. Samenwerking met EDUGO nog versterken
- Uitbreiding van de terreinen

### ***Samenwerking***

- Samenwerking met Racing Gent Zeehaven (zie ook bedreigingen)
- We hebben de kansen om nog beter met de stad Gent en de scholen mee te werken.
- Subsidies gemeenten (impuls)

### ***Sponsoring***

- SKVO is de enige ploeg uit Oostakker (na verdwijnen FC): kansen voor sponsoring?
- Groot aantal lokale middenstanders in Oostakker => enorme sponsormogelijkheden. Vele kleintjes maken 1 grote
- Sponsoravonden => betrokkenheid van de sponsor met club vergroten
- Financiering / subsidiering van stad uit

### ***Sportief***

- Met het groot aantal jeugdspelers per leeftijd ploegen proberen samenstellen om een niveau
- Hoger te spelen en zo spelers ontmoedigen om bij een' zogenaamde' hogere club te gaan spelen.
- Trainers beter opvolgen omtrent hun wensen/noden + feedback wat betreft hun speler(tje)s
- Begeleiding /opvolging spelertjes aan de hand van evaluaties

- Bijkomende specifieke trainingen zijn uiterst goed gebleken à doorgaan
- Organiseren van clinics in de nieuwe kantine
- Aanleren van techniek door beeldmateriaal en/of voorbeelden à witte wand voorzien voor projectie met beamer
- Max 10 spelers per groep

### **Ledenwerving**

- Werving bij scholengroep EDUGO
- Meerdere leden mogelijk door voortdurende verkavelingen in Oostakker (minstens 3)  
=> daar liggen kansen om talentvolle jongeren aan te trekken
- Veel jeugdleden via correcte schifting kan er steeds een sterke ploeg gesmeed worden

### **Medewerkers**

- Meer betrokkenheid van de ouders bij evenementen ( bar, bonnetjes)
- Oudere spelers (U17 en ouder) worden betrokken bij de clubwerking: tornooimedewerking; hulp bij kwis en barbecue; als assistent trainer.
- Opleiding van trainers

### **Sociale aspect**

- Uitstraling van de club

## **Bedreigingen**

### **Accommodatie**

- Te weinig terreinen
- Verkeersonveiligheid
- Door onze beperkte accommodatie moeten wij (mogelijk talentvolle spelers(tjes) op een wachtlijst zetten.
- Het succes van de groei van het aantal jeugdspelers t.o.v. accommodatie

### **Financieel**

- Afhankelijkheid van Stad Gent?
- Geen subsidiering ontvangen
- Financieel haalbaar blijven van de club
- Minder inkomsten door slechte weer , minder wedstrijden
- Het tijdig betalen van de lidgelden met bijhorend spelerspakket laat soms op zich wachten; maar het pakket zou moeten klaarliggen van bij de betaling.

### **Spelers en trainers**

- Soms is er niveauverschil binnen leeftijdsgroepen waardoor spelers weg zouden trekken naar hogere geklasseerde clubs
- Samenwerking met Racing Gent Zeehaven (zie ook kansen)
- Te veel leden (toelaten), waardoor de werking uit zijn voegen barst
- Bij teveel menging van diverse niveaus kan demotivatie optreden bij de sterke lichte. Blijvende uitdaging via sterke competitie en sterke ploeg kan soelaas brengen.
- Zware factuur; plukken van talentvolle spelertjes op (te jonge) leeftijd zonder speelgaranties en met onvolledige info naar de ouders toe o.a. lidgeld; verplaatsingen met eigen vervoer; inkom betalen; geen drankbonnetjes e.d.; nagenoeg geen spelerspakket voor het hoge lidgeld.
- A-kern speelt momenteel in 4e prov. Waardoor jonge spelers weg zouden kunnen trekken naar hogere geplaatste clubs, succes trekt aan ; falen stoot af
- Verloop van trainers

### **Vrijwilligers**

- Vrijwilligers blijven vinden om kantine en activiteiten te bemannen
- Er zijn geen back-ups (of op zijn minst een noodscenario is afwezig) voor een aantal cruciale taken binnen de clubwerking. Niet dat we dit wensen, maar stel dat er "iets" gebeurt wat voor gevolgen zou dit kunnen opleveren ....

### **Uitstraling**

- Allochtonen die in de club het Nederlands hanteren spreken met hun ouders hun eigen taal(Turks). Converseren wordt dan moeilijker.
- Te vroege inschrijvingsstop geeft op den duur een negatieve naam
- Percentage allochtonen/autochtonen bedraagt in totaal 20% (in de hogere categorieën zelfs meer), dit is het absolute maximum => vermijden om een "concentratie" club te worden

### **Andere**

- Gevaar voor te "vlug" groot worden
- agressieve (?) werving van nationale teams rondom ons
- De nabijheid van R. Gent-Zeehaven beperkt ons in onze echte volledige ontplooiing

## **1.4 Termijndoelstellingen**

- Op basis van de antwoorden uit de SWOT analyse werden een paar doelstellingen opgesteld waarbij in de mate van het mogelijke het SMART – principe (Specifiek, Meetbaar, Acceptabel, Realistische en Tijdgebonden) werd gehanteerd. Het Jeugdbestuur engageert zich om de drie volgende seizoen 2015-2016 tem 2018-2018 verder te werken aan deze termijndoelstellingen.

### **1.4.1 Korte termijndoelstellingen (12-18 maanden)**

#### **Algemeen**

- Opstellen en initiëren van een plan van aanpak om de actiepunten uit de FOOT PASS doorlichting weg te werken.
- De cruciale functies in de club identificeren en een volwaardige back-up voorzien.
- Initiatief nemen om de onderlinge interesse en respect tussen het 1<sup>e</sup> elftal en de jeugd te verhogen.
- Stappen ondernemen in de optimalisatie van medische begeleiding

#### **Sportief**

- Minstens 6-wekelijks overleg organiseren met de jeugdtrainers waarbij een gestandaardiseerde vergaderagenda wordt gebruikt als leidraad.
- Frequenter (minstens 2/jaar) en systematischer de evolutie van de speler evalueren en registreren in een centrale database o.a. voor wat betreft de basistechniek.

### **1.4.2 Lange termijndoelstellingen (3 jaar)**

#### **Algemeen**

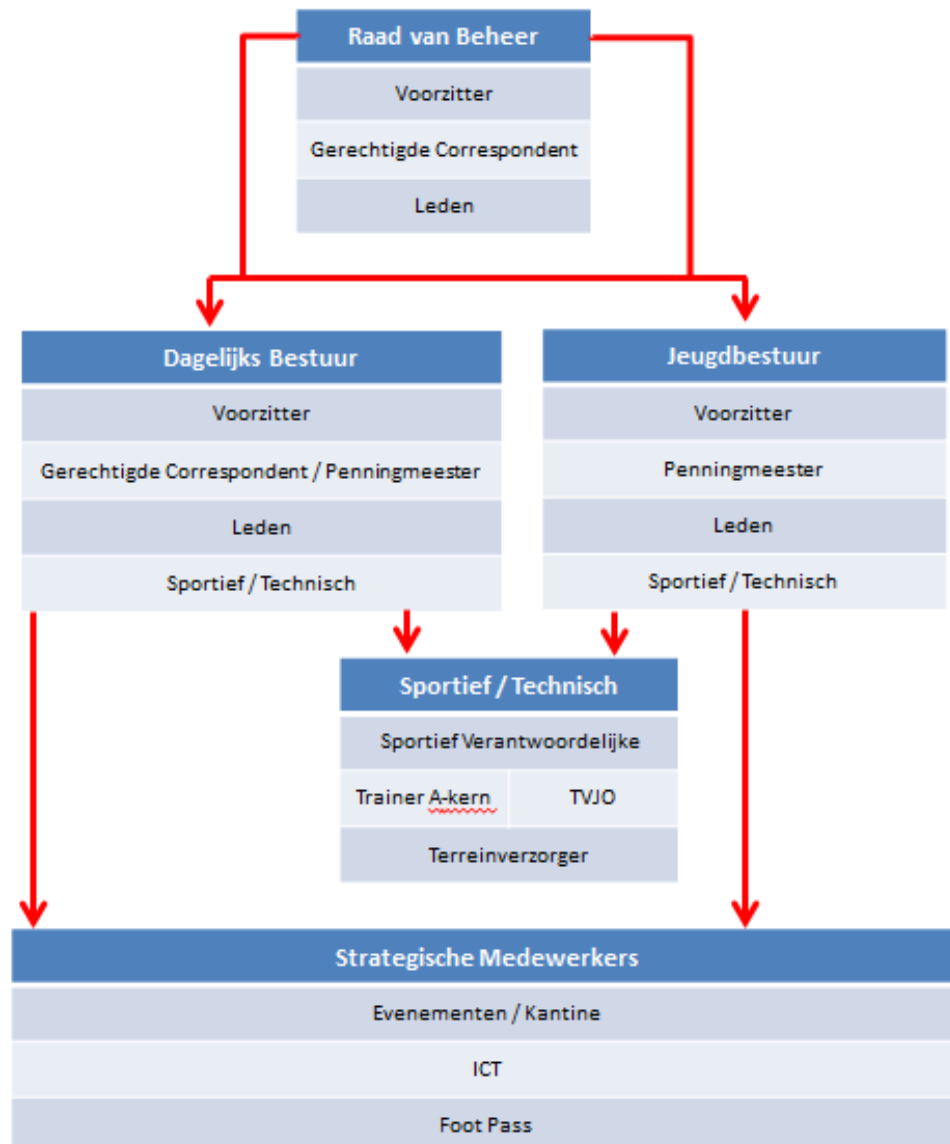
- Oplossen van de actiepunten uit de FOOT PASS audit

#### **Sportief**

- Voor zover de privé- en professionele situatie van de trainers dit toelaten: minstens 50% van de trainers moet beschikken over een diploma initiator C (of hoger)
- Eén à twee spelers uit de huidige hogere lichten laten doorstromen naar de A-kern

## 1.5 Organisatie

### 1.5.1 Organigram



Sportief / Technische Commissie	
Sportief Verantwoordelijke	
<i>Jeugd</i>	<i>Senioren</i>
TVJO	Trainer A-kern
	Trainer B-kern
	Trainer C-kern
Hoofdtrainers	Keepertrainer
Afgevaardigden	Afgevaardigde
Keepertrainer	Terreincommissaris
Terreinverzorger	



### 1.5.2 Functiebeschrijvingen

- Alle jeugdbestuursleden verklaren zich akkoord met de interne afsprakennota. Deze is terug te vinden op de website [jeugd]>[afspraken Jeugdbestuur].

#### Jeugdvoorzitter

- Zorgt voor de algemene leiding van de jeugdafdeling.
- Vertegenwoordigt het Jeugdbestuur in het hoofdbestuur (Raad van Beheer) en dagelijks bestuur voor belangenbehartiging en vertegenwoordiging van het totale jeugdgebieden.
- Draagt er zorg voor, dat er op basis van een vooraf vastgesteld schema, periodiek, een vergadering plaatsvindt met het Jeugdbestuur en tenminste tweemaal per seizoen met alle jeugdverantwoordelijken.
- Leidt de vergaderingen van het Jeugdbestuur.
- Vertegenwoordigt de jeugdafdeling (bij officiële gelegenheden), zowel binnen als buiten de vereniging.
- Draagt de verantwoordelijkheid voor het representatieve gedeelte van de jeugdafdeling.
- Draagt mede zorg voor de beleidsbepaling, coördinatie van het toezicht op de uitvoering van het beleid.
- Zorgt in samenspraak met de leden van het Jeugdbestuur voor de bezetting voor de praktische vacatures van het Jeugdbestuur.
- Zorgt in samenspraak met de leden van het Jeugdbestuur voor de bezetting voor de technische vacatures van het Jeugdbestuur.
- Voert de gesprekken met de aan te stellen trainers in samenspraak met de TVJO.
- Ziet erop toe, dat de gemaakte functiebeschrijvingen en werkafspraken worden nageleefd en uitgevoerd.
- Coördineert en behandelt persoonlijke zaken van het jeugdkader en leden op een juiste wijze.
- Stimuleert en coördineert de bestuursleden en jeugdactiviteiten.
- Stimuleert dat de communicatie met spelers, ouders en andere belanghebbende zo optimaal mogelijk is.
- Bemiddelt in geval van conflicten, treedt begeleidend en corrigerend op.

### **Sportief/technisch verantwoordelijke**

- Verantwoordelijk van de sportief / technische commissie op SKVO.
- Speelt een rol in het opstellen van het algemeen voetbalbeleid.
- Periodiek overleg voeren met trainers en begeleiders (individueel/collectief).
- Leiden van de vergaderingen van de sportief/technische cel.
- Begeleiding van trainers i.v.m. de opleidingsbehoeften.
- Organiseren van de infovergadering voor de trainers voor aanvang van het seizoen.
- Evaluatie spelers/trainers aan het einde van het seizoen
- Toezicht houden op en evaluatie van visie, missie en doelstellingen van de club m.b.t. voetbalbeleid.
- Toezicht houden op gemaakte instructies en “huishoudelijke” reglementen.
- Communicatiekanaal tussen DB / JB en trainers/begeleiders.
- Aanwerving van nieuwe trainers en begeleiders. In geval van jeugdtrainers gebeurt dit samen met de TVJO en jeugdvoorzitter.
- Aanspreekpunt m.b.t. tot aanschaf of nood aan trainingsmateriaal en kledij.
- Bemiddelen bij knelpunten met trainers en spelers.
- Beheer van het budget betreffende de vergoeding spelers en trainers.

### **TVJO (=jeugdcoördinator)**

- Algemeen
  - De jeugdcoördinator vormt de brugfunctie tussen het Jeugdbestuur en het sportief jeugdcomité (= comité bestaande uit jeugdtrainers en jeugdcoördinator) van SKVO.
  - De jeugdcoördinator is het vaste aanspreekpunt voor alle jeugdtrainers van SKVO.
  - De jeugdcoördinator beschikt over een diplomatische ingesteldheid.
  - De jeugdcoördinator beschikt over een grote dosis organisatorisch talent. Zijn bevoegdheden en taken zijn deels organisatorisch, deels sportief.
  - De jeugdcoördinator kan in functie van zijn taken gratis gebruik maken van de telefoon van het secretariaat van SKVO.
  - De jeugdcoördinator is makkelijk bereikbaar : via GSM en/of per E-mail.
  - De jeugdcoördinator is bevoegd beslissingen te nemen in de zaken die hieronder staan beschreven met betrekking tot bevoegdheden en taken.

#### –Bevoegdheden en verantwoordelijkheden

- De jeugdcoördinator regelt en verzorgt de coördinatie van de voetbaltechnische zaken bij de jeugdwerking van SKVO.
- De jeugdcoördinator beschrijft, bewaakt en stuurt de technische rode draad bij de jeugd van de club, d.w.z. hij zet de krijtlijnen uit inzake speltechnisch concept bij de jeugd.
- De jeugdcoördinator is verantwoordelijk voor de afstemming tussen de seniorploegen (= 1ste elftal en beloften) en de jeugdelftallen op voetbaltechnisch vlak. Deze afstemming wordt besproken met de hoofdtrainer van het 1ste elftal.
- De jeugdcoördinator bemiddelt bij eventuele conflicten tussen jeugdtrainers onderling.
- De jeugdcoördinator geeft ondersteuning en advies aan jeugdtrainers op voetbaltechnisch en pedagogisch gebied.
- De jeugdcoördinator heeft het recht van aanwezigheid en het geven van ondersteunende adviezen en correcties tijdens de trainingen van alle jeugdteams, zonder echter de autoriteit en het gezag van de jeugdtrainer te ondergraven in aanwezigheid van de spelers.
- De jeugdcoördinator heeft het recht van aanwezigheid tijdens de wedstrijden van alle jeugdteams en kan ondersteunende adviezen en correcties aanbrengen met respect voor de autoriteit en het gezag van de jeugdtrainer ten aanzien van de jeugdspelers.
- De jeugdcoördinator organiseert periodiek overleg met de jeugdtrainers individueel of collectief in functie van het voetbaltechnisch spelconcept bij de jeugd.
- De jeugdcoördinator wordt nauw betrokken bij de aanstelling van nieuwe jeugdtrainers.
- De jeugdcoördinator organiseert en zit de vergadering voor van het sportief en technisch jeugdcomité van SKVO.

#### – Taken

- Jaarlijks de planning opmaken van de trainingssessies : de trainingssessies worden zodanig gepland dat de eigen leeftijdsgroepen (duiveltjes, preminiemen, miniemen, knapen ...) op hetzelfde tijdstip en avond trainen gedurende 2 maal per week. Dit biedt als voordeel dat alle spelers per leeftijdsgroep aanwezig zijn; er mogelijkheid is tot

doorschuiven van spelers; trainers elkaar kunnen ondersteunen en vervangen indien nodig; onderling overleg en communicatie mogelijk is.

- Maandelijks sportief jeugdcomité organiseren : het sportief spelconcept van de jeugd van SKVO wordt besproken en uitgelegd tijdens de maandelijkse vergaderingen waarop alle jeugdtrainers aanwezig zijn. Er wordt telkens een verslag opgemaakt door één van de aanwezigen en verspreid onder de leden.
- Opnemen van aanwezigheden van jeugdtrainers op de trainingen : voor de uitbetaling van de trainers is het noodzakelijk dat de jeugdcoördinator de aanwezigheden noteert en dit overzicht maandelijks doorgeeft aan de secretaris van het hoofdbestuur. De secretaris betaalt de trainers uit a rato van hun aanwezigheid op de trainingen.
- Maken van de selecties van de jeugdspelers : de jeugdcoördinator stelt in overleg met de jeugdtrainers de jeugdteams samen. Dit gebeurt uiteraard op basis van leeftijd, maar ook op basis van voetbaltechnische, fysieke en mentale kwaliteiten van de jeugdspelers. De mogelijkheid om een jeugdspeler in een hoger team te laten spelen, kan enkel na goedkeuring van de jeugdcoördinator.
- Inschrijven van jeugd ploegen voor het volgend seizoen : de jeugdcoördinator deelt voor 10 april aan de secretaris van SKVO het aantal jeugd ploegen mee en maakt een overzicht van welke spelers tot welke categorie behoren.
- Opvolging van de materiële behoeften voor de trainingen en wedstrijden van de jeugd : de jeugdcoördinator maakt jaarlijks een lijst op van benodigdheden en legt dit ter goedkeuring voor aan het Jeugdbestuur en het hoofdbestuur.
- Verzorgen van de sportieve contacten met andere clubs : in functie van het organiseren en/of deelnemen aan jeugdtornooien en in functie van het aantrekken van jeugdspelers en jeugdtrainers onderhoudt de jeugdcoördinator goede contacten met andere clubs.
- Plannen van oefenwedstrijden tijdens het seizoen: de jeugdcoördinator vraagt de oefenwedstrijden tijdig aan bij de secretaris van de club die de aanvraag richt tot de KVB.
- Jaarlijks organiseren en coördineren van een jeugdtornooi op SKVO : de jeugdcoördinator staat in voor de organisatie van minstens 1 jeugdtornooi per jaar.
- Bijsturen van trainingsprogramma's : de jeugdcoördinator kan op basis van vastgestelde anomalieën bij diverse trainings- en wedstrijdevaluaties de

trainingsprogramma's bijsturen. De trainings- en wedstrijdvaluaties worden besproken op het maandelijks sportief jeugdcomité.

- Opmaken van evaluaties van jeugdtrainers : de jeugdcoördinator maakt jaarlijks een evaluatie op per jeugdtrainer. Deze evaluaties kunnen opgevraagd worden door het Jeugdbestuur en het hoofdbestuur in functie van verlenging contract of stopzetting van contract.
- Aantrekken van nieuwe jeugdtrainers : in functie van de behoefte van de jeugdwerking draagt de jeugdcoördinator kandidaten jeugdtrainers voor aan het Jeugdbestuur. Hij rapporteert zijn bevindingen over de kandidaat en het jeugdbestuur beslist in overleg met het hoofdbestuur tot aanwerving.
- Bijwonen van de vergadering van het Jeugdbestuur : de jeugdcoördinator rapporteert over de jeugdwerking op de maandelijks vergaderingen van het Jeugdbestuur.

### **Jeugdtrainer**

- Is verantwoordelijk voor de opleiding van de spelers. Verzorgt de trainingen overeenkomstig het trainingsschema.
- Is verantwoordelijk voor de opstelling van de ploeg. Ouders op de hoogte brengen dat hij de richtlijnen geeft op het veld.
- Verwittigt tijdig de spelers over de opstelling en deelname voor de komende wedstrijd.
- Spelers tijdig verwittigen bij afgelasting van de trainingen.
- Is verantwoordelijk voor het ontvangen materiaal.
- Hij laat geen spelers toe in het materiaalhoek zonder zijn aanwezigheid.
- Zorgt na de training voor het (laten) terugplaatsen van eventueel gebruikte verplaatsbare doelen en materiaal.
- Is verantwoordelijk samen met de afgevaardigde voor het opkuisen van de kleedkamer na de training.
- Houdt de trainingen op het daarvoor aangewezen terrein.
- Met afgevaardigde verantwoordelijk voor opkuisen eigen kleedkamer, die van tegenstander en eventueel die v/d scheidsrechter na de wedstrijden.
- Er mag geen gebruik gemaakt worden van matchballen tijdens de trainingen.
- Zelf een voorbeeld zijn naar fairplay en beleefdheid - respect t.o.v. scheidsrechter.

- Samen met afgevaardigde is hij/zij verantwoordelijk voor meenemen en terug bezorgen kledij.
- Samen met afgevaardigde is hij/zij verantwoordelijk voor organiseren vervoer naar wedstrijden op verplaatsing .
- Samen met afgevaardigde toezien op de orde en netheid in de kleedkamer.
- Samen met afgevaardigde er voor zorgen dat de spelers in het bezit zijn van officieel identiteitsbewijs bij officiële wedstrijden.
- Spelers en ouders tijdig verwittigen van deelname aan een toernooi.
- Melden van eventuele problemen aan Jeugdbestuur.
- De jeugdsecretaris tijdig verwittigen van al dan niet deelname aan een toernooi.
- Tijdens de trainingen mag er niet gerookt worden.
- In de mate van het mogelijke zo veel mogelijk aanwezig te zijn op de vergadering met de trainers.
- DOELEN ALTIJD VASTZETTEN MET DE DAARVOOR VOORZIENE IJZEREN PINNEN !!!!!!!!!!!!!!!
- Moedigt het dragen van slippers aan, alsook het nemen van een douche.
- Moedigt bij de spelers het dragen van de clubtraining aan.
- Laat de spelers de trainer opbellen bij eventuele twijfel bij afgelastingen.
- Laat de spelers de borstels voor de voetbalschoenen gebruiken voor ze de kleedkamer binnen gaan.
- Laat de spelers geen vuilnis achterlaten op en rond de terreinen.
- Laat de spelers hun sportkledij voorzien van hun naam.

### **Keepertrainer**

- Verzorgt de keepertrainingen.
- Is verantwoordelijk voor de opleiding van de spelers. Verzorgt de trainingen overeenkomstig het trainingsschema.
- Spelers tijdig verwittigen bij afgelasting van de trainingen.
- Is verantwoordelijk voor het ontvangen materiaal.
- Hij laat geen spelers toe in het materiaalhoek zonder zijn aanwezigheid.
- Zorgt na de training voor het (laten) terugplaatsen van eventueel gebruikte verplaatsbare doelen en materiaal.

- IS verantwoordelijk voor het opkuisen van de kleedkamer na de training.
- Houdt de trainingen op het daarvoor aangewezen terrein.
- Er mag geen gebruik gemaakt worden van matchballen tijdens de trainingen.
- Melden van eventuele problemen aan Jeugdbestuur.
- Tijdens de trainingen mag er niet gerookt worden.
- In de mate van het mogelijke zo veel mogelijk aanwezig te zijn op de vergadering met de trainers.
- DOELN ALTIJD VASTZETTEN MET DE DAARVOOR VOORZIENE IJZEREN PINNEN !!!!!!!!!!!!!!!
- Moedigt het dragen van slippers aan, alsook het nemen van een douche.
- Moedigt bij de spelers het dragen van de clubtraining aan.
- Laat de spelers de borstels voor de voetbalschoenen gebruiken voor ze de kleedkamer
- Laat de spelers de trainer opbellen bij eventuele twijfel bij afgelastingen.
- binnen gaan.
- Laat de spelers geen vuilnis achterlaten op en rond de terreinen.
- Laat de spelers hun sportkledij voorzien van hun naam.

### **Afgevaardigde**

- De taakomschrijving van de taakafgevaardigde staan beschreven in de SKVO infobrochure jeugdafgevaardigde 20152-2016.

### 1.5.3 Functietoewijzingen

#### **Raad van Bestuur**

- Voorzitter : Tom Van Damme
- Ondervoorzitter : dr. Peter Hornsby
- Gerechtigde correspondent en voorzitter a.i. : Kathleen De Decker
- Leden : Ronny Nachtegaele, Viviane Geeraert, Sven Inghelbrecht
- Adviseur beheerraad : Antoine Martens

*Noot : De adviseur beheerraad maakt formeel deel uit van de beheerraad, maar bezit geen stemrecht.*

#### **Dagelijks Bestuur**

- Voorzitter a.i. : Kathleen De Decker
- Gerechtigde Correspondent / Penningmeester : Kathleen De Decker
- Leden (dagelijkse werking) : Viviane Geeraert, Antoine Martens, Sven Inghelbrecht
- Sportief / Technisch : Antoine Martens

#### **Jeugdbestuur**

- Voorzitter : Sven Inghelbrecht
- Gerechtigde Correspondent / Penningmeester : Kathleen De Decker
- Penningmeester : Diederik De Lentdecker
- Leden : Iris Goethals, Robby Verspeelt (verantwoordelijke team evenementen)
- Sportief / Technisch : Antoine Martens

#### **Sportief/Technische commissie :**

- Sportief verantwoordelijke : Antoine Martens
- Technisch Verantwoordelijke JeugdOpleiding (TVJO) : Antoine Martens
- Trainer A-kern : Tonci Tausic
- Trainer B-kern : Koen Martens
- Afgevaardigde senioren : Iris Goethals
- Keepertrainer Jeugd : Herman Seghers
- Keepertrainer Senioren : Mathias Apers
- Hoofdtrainers jeugd: zie [http://www.skvoostakker.be/club\\_trainers.php](http://www.skvoostakker.be/club_trainers.php)
- Afgevaardigden jeugd : zie [http://www.skvoostakker.be/club\\_ploegafgevaardigden.php](http://www.skvoostakker.be/club_ploegafgevaardigden.php)
- Terreincommissaris : Peter Haeck



– Terreinverzorger : Johan Robaeyst

**Strategische medewerkers**

– Verantwoordelijke evenemententeam : Robby Verspeelt

– ICT (website, Management Console) : Wim De Schryver

– FootPass : Sven Inghelbrecht

## 2. Seizoen 2015 – 2016

### 2.1 Enkele basisbeginselen

- De Koninklijke Belgische VoetbalBond (KBVB) deelt de jeugdcategorieën in volgens internationaal geldende afspraken. Elk team wordt hierdoor aangeduid met een hoofdletter U (Under) gevolgd door een cijfer (x). Dit cijfer slaat op de leeftijd van spelers die vóór 1 januari die het nieuwe seizoen (in dit geval 2015-2016) vooraf gaat nog geen X-1 jaar zijn.
  - Een voorbeeld : U8 staat dus in het seizoen 2015 - 2016 voor een ploeg bestaande uit spelers die vóór 1/1/2015 nog geen 8 - 1 = 7 jaar waren.
  - Opmerking : t.e.m. knapen (U15) mogen meisjes een jaar ouder zijn, dwz dat in het geval van de U8 (zie hierboven) meisjes 8 jaar mogen zijn voor aanvang van het nieuwe seizoen.
- Alle categorieën waarvoor SKVO in het seizoen 2015-2016 trainingen organiseert en in competitie treedt (behalve U6) zijn opgenomen in Tabel 1. Per categorie vindt u ook een aantal van de voornaamste wedstrijdkenmerken.

Tabel 1, Ingeschreven jeugd ploegen 2015-2016 – voornaamste wedstrijdkenmerken

Ux	Oude benaming	Geboortejaar	Wedstrijd	Opmerking
U6*	Debutantjes	2010	2 vs 2	
U7*	Duiveltjes	2009	5 vs. 5 4 x 15 min Kwart veld	
U8	Duiveltjes	2008	5 vs. 5	Uitslagen worden niet geregistreerd. Er is dus ook geen klassement. Er gelden aangepaste spelregels (oa. geen buitenspelval)
U9	Duiveltjes	2007	4 x 15 min Kwart veld	
U10	Premiëniemen	2006	8 vs. 8	
U11	Premiëniemen	2005	4 x 15 min ½ veld	
U12	Miniemen	2004	8 vs. 8 4 x 15 min ½ veld	
U13	Miniemen	2003	8 vs. 8 4 x 15 min ½ veld	
U15	Knapen	2002 en 2001	11 vs. 11 4 x 20 min Groot veld	Hier is er geen opdeling meer per jaar. Er kan dus worden gespeeld tegen kinderen die een jaar ouder zijn. Er is competitie met rangschikking inbegrepen. Er gelden normale spelregels (uitgez. hoekschop).
U17	Scholieren	2000 en 1999	11 vs. 11 4 x 20 min Groot veld	Idem U15

\* De U6 van SKVO spelen geen competitie (zie ook 3.3)

- De spelregels van U6 - U13 zijn in pdf-formaat te downloaden en na te lezen op de website van de KBVB ([http://www.footbel.com/nl/clubs\\_spelers/clubs/spelregels\\_jeugd.html](http://www.footbel.com/nl/clubs_spelers/clubs/spelregels_jeugd.html)). De spelregels voor categorieën vanaf U15 vind je op <http://www.footbel.com/documents/DE%20KBVB/spelregels/Regels%20van%20het%20Voetbalspel%20-%202010-2011.doc.pdf>).

## **2.2 Trainers en afgevaardigden**

- In de loop van het seizoen is elke jeugdtrainer binnen zijn team verantwoordelijk voor het sportieve luik (training en wedstrijden). De ploegafgevaardigde zorgt voor het administratieve gedeelte. Deze laatste is tevens uw eerste aanspreekpunt voor vragen aan het Jeugdbestuur. Hij/zij zorgt er in omgekeerde richting ook voor dat er een snelle doorstroming is van de informatie die het jeugdbestuur aan zijn spelers/ouders/begeleiders wil bekend maken.
- In Tabel 2 vindt u voor het seizoen 2015 – 2016 per ingeschreven jeugd ploeg de trainer en ploegafgevaardigde.

Tabel 2, Overzicht trainers en afgevaardigden per ingeschreven jeugdploeg (situatie dd 5/6/2015)

<b>Team</b>	<b>Trainer</b>	<b>Afgevaardigde</b>
U6	Jonas Algoet Faki Ekici	-----
U7A	Kevin Ysewyn	Nog te bepalen
U7B	Wim Martens	Nog te bepalen
U7C	Nog te bepalen	Nog te bepalen
U8A	Michael Govaert	Nick VanDenBossche/
U8B	Tom Neukermans	
U9A	Christophe De Bock	Sven Delporte
U9B	Nick De Bruycker Sander Algoet Edin Bloem	Frederik Verdonck
U10A	Jan De Wulf Sven Inghelbrecht	Yvan Annaert
U10B	Edin Ramcic	Tom De Witte
U11A	Jeroen Sobrie	Bram Van De Velde
11B	Duncan De Ridder	Kjell De Boevere
U12A	Steven Bultiauw Bjorg Claeys	Bart De Baets
U12B	Ludo Van Den Bossche	Koen Van Nuffel
U12C	Emerson Meesen	Eva Bracke
U13A	Antoine Martens	Randy Volckaert Jan Van Nieuwenhuysse
U13B	Ilyase Hilali	Roger Balegeer
U15A	Sven Inghelbrecht	Christophe Peirsman Johan Bosman
U15B	Frank Vandevyvere	Freddy Vandenebee
U15C	Johan Robaeyst	Ronny Vandriessche
U17A	Wim Martens	Viviane Geeraert Petra Vandevelde
U17B	Martial Van Den Bossche	Robby Verspeelt

### 2.3 Sportief opleidingsplan

- Alle zaken die betrekking houden met de sportieve opleiding van de SKVO jeugdspelers zijn opgenomen in het sportief opleidingsplan. Dit plan is op aanvraag beschikbaar.

## 2.4 Wedstrijden en afspraken

### 2.4.1 Inleiding

- Voor de spelers zijn de wedstrijden, na een week van trainingen uiteraard het hoogtepunt van het weekend voor de spelers. Om de voorbereiding hierop en de eigenlijke wedstrijd zo vlot mogelijk te laten verlopen, dringen wij er op aan om rekening te houden met de afspraken vermeld in de onderliggende hoofdstukken.
- De reeks waarin elke ploeg aantreedt en het aanvangsuur van de thuiswedstrijden zijn opgenomen in Tabel 3. Een meer gedetailleerd wedstrijdschema is per ploeg nog eens na te lezen op de website. Houd er a.u.b. wel rekening mee dat in de loop van het seizoen altijd kalenderaanpassingen of -wijzigingen kunnen voorvallen (bv. omwille van forfeits, weer, ...). Meer toelichting daarover vindt u in hoofdstuk 4.3.
- Naast de competitiewedstrijden wordt er tijdens het seizoen ook deelgenomen aan een aantal toernooien. De trainer en/of ploegafgevaardigde zullen op voorhand altijd peilen naar de mogelijke beschikbaarheid van spelers. Op basis van deze informatie beslist de coach dan over de definitieve deelname. We vragen hiervoor een inspanning van al onze trainers, jeugdspelers en hun ouders en hopen op een maximale aanwezigheid van onze eigen jeugd ploegen op de aangeboden toernooien zodat de bezetting op ons eigen toernooi maximaal is.

Tabel 3, Overzicht jeugdreeksen en de respectievelijke thuiswedstrijden. Let wel : het ogenblik van de thuiswedstrijden wordt toegevoegd van zodra dit is gekend.

<b>Team</b>	<b>KBVB-reeks</b>	<b>Thuiswedstrijd</b>
U7A	U7 Oost-Vlaanderen – GEW.U7-reeks S	
U7B	U7 Oost-Vlaanderen – GEW.U7-reeks AA	
U8A	U8 Oost-Vlaanderen – GEW.U8-reeks C	
U8B	U8 Oost-Vlaanderen – GEW.U8-reeks W	
U9A	U9 Oost-Vlaanderen – GEW.U9-reeks A	
U9B	U9 Oost-Vlaanderen – GEW.U9-reeks AB	
U10A	U10 Oost-Vlaanderen – GEW.U10-reeks P	
U10B	U10 Oost-Vlaanderen – GEW.U10-reeks U	
U11A	U11 Oost-Vlaanderen – GEW.U11-reeks F	
U11B	U11 Oost-Vlaanderen – GEW.U11-reeks M	
U12A	U12 Oost-Vlaanderen - GEW.U12-reeks D	
U12B	U12 Oost-Vlaanderen - GEW.U12-reeks E	
U12C	U12 Oost-Vlaanderen - GEW.U12-reeks Q	
U13A	U13 Oost-Vlaanderen - GEW.U13-reeks E	
U13B	U13 Oost-Vlaanderen - GEW.U13-reeks N	
U15A	U15 Oost-Vlaanderen - GEW.U15-reeks C	
U15B	U15 Oost-Vlaanderen - GEW.U15-reeks O	
U15C	U15 Oost-Vlaanderen - GEW.U15-reeks P	
U17A	U17 Oost-Vlaanderen - GEW.U17-reeks E	
U17B	U17 Oost-Vlaanderen - GEW.U17-reeks O	

### 2.4.2 Speelgelegenheid

- Onderstaande tekst is ook overgenomen op de website als charter over de speelgelegenheid.

*“Als streefdoel stelt SKV Oostakker dat iedere jeugdspeler die regelmatig gedreven en met inzet traint (de norm in onze club is 6 van de 8 trainingen per maand) over een gemiddelde van 4 wedstrijden 50% speelgelegenheid krijgt. Een uitzondering hierop is wanneer blijkt dat een speler na inschrijving of langdurige afwezigheid een erg grote achterstand heeft ten opzichte van de ploeggenoten. Meestal geldt dit in de hogere categorieën. In deze gevallen beslist de trainer na overleg met de TVJO in welke wedstrijden het opportuun is om deze voetballers speelkansen te geven.*

*Als er ernstige inbreuken werden vastgesteld op de clubnormen en –waarden, wordt er afgeweken van de 50%-regel omtrent de speelgelegenheid. Voorbeelden hiervan zijn: wangedrag en al dan niet ostentatief onvoldoende inzet vertonen tijdens trainingen, systematisch te laat komen voor trainingen en/of wedstrijden, kledij niet in orde, flagrante overtredingen en/of onsportief gedrag van speler”.*

### 2.4.3 Uitrusting

- Door zich in te schrijven beschikt elke speler over een wedstrijdtraining. Om de SKVO-eenheid te benadrukken **EN** uit respect voor de inspanning van de club vragen wij dat **ELKE** speler zich zowel bij de thuis- als uitwedstrijden aanbiedt in deze training! Voetbal is een ploegsport en dit bevordert de teamspirit. Het draagt ook bij tot de klasse en uitstraling van onze vereniging. Zowel de trainer als de ploegafgevaardigde zien hierop streng toe en zullen, indien nodig, de speler en/of zijn begeleiders hierop attent maken.
- Naast de training voorziet SKVO voor elke speler wedstrijdkledij bestaande uit een truitje en een broekje. Deze uitrusting is eigendom van de club. Wij verlangen dat dit met het nodige respect wordt behandeld. Na elke wedstrijd moet deze kledij vanzelfsprekend gewassen worden. Op SKVO is hiervoor een wasmachine ter beschikking. De ploegafgevaardigde onderneemt in het begin van het seizoen de nodige initiatieven om een wasregeling uit te werken. SKVO geeft de voorkeur aan een beurtrol tussen de ouders. Dit bevordert de teamgeest in de ploeg en de betrokkenheid met de club. Soms kiest de ploegafgevaardigde er voor om de was zelf te doen, of neemt één ouder deze

taak op zich. In nog andere gevallen zorgen de spelers zelf voor het wassen van de kledij. Deze laatste optie draagt echter niet de voorkeur weg van de club.

- Het dragen van scheenbeschermers tijdens de wedstrijd is van bondswege verplicht.
- De voetbalschoenen moeten netjes zijn.
- De KBVB verplicht alle aangesloten leden om vanaf U6 t.e.m. U11 (duiveltjes tempreminiemen) met vaste studs (geen metaal) te spelen. Maar ook voor de hogere categorieën is het aan te raden om zoveel mogelijk met vaste studs te spelen.
- Voor de wedstrijden in de winterperiode is het aangewezen om gepaste kledij te voorzien. Zorg dus zeker voor handschoenen, een muts en extra T-shirt of polo. Een kousenbroek is ook aan te raden.

#### **2.4.4 Afspraken aanwezigheid**

- Bij thuiswedstrijden U7-U13 dient elke speler minstens 30 minuten voor aanvang van de wedstrijd aanwezig te zijn in de kleedkamer.
- Voor de thuiswedstrijden vanaf U15 moet elke speler minstens 1 uur voor aanvang van de wedstrijd aanwezig zijn in de kleedkamer.
- Om te weten in welke kleedkamer de spelers zich moeten omkleden, moeten de bordjes worden geraadpleegd die op de buitenzijde van de kleedkamerdeur zijn bevestigd. Deze komen doorgaans overeen met de gegevens vermeld in Tabel 4.
- De vertrekplaats en het -uur voor de uitwedstrijden wordt meegedeeld door de ploegafgevaardigde. In samenspraak met de trainer wordt meestal beslist om minstens 1 uur voor de wedstrijd te verzamelen op de parking van de EDUGO sportarena.
- Een speler die niet kan aanwezig zijn op een thuis- of uitwedstrijd **moet** de trainer hiervan tijdig op de hoogte te stellen. Niet gemelde afwezigheden kunnen, omwille van een tekort aan spelers aanleiding geven tot een forfait van de ploeg met daaruit voortvloeiend een boete ter waarde van € 50,00 voor de club. Bij een tweede forfait van dezelfde ploeg wordt € 25,00 extra aangerekend. Een derde afzegging leidt tot een uitsluiting van de desbetreffende ploeg voor de rest van het seizoen. Naast deze geldelijke boete voor de club is het niet opdagen zonder vooraf te verwittigen absoluut niet loyaal en collegiaal tegenover de medespelers, trainer en supporters.

- Bij onaangekondigde aanwezigheden heeft de trainer de bevoegdheid om zelfstandig te beslissen om de speler te schorsen voor de eerstkomende wedstrijd.

#### **2.4.5 Administratie**

- Vanaf de U15 (miniemen) worden de wedstrijden geleid door officiële KBVB-scheidsrechters. Het is daarbij een verplichting dat de spelers zich moeten aanbieden met hun identiteitsbewijs! **Zonder de identiteitskaart mogen ze niet deelnemen aan de wedstrijd !** Als de refree een inbreuk op deze regel vaststelt, dan kan dit aanleiding geven tot een boete.
- Tijdens een wedstrijd kunnen overtredingen tegen de spelregels leiden tot sancties van bondswege. Aan iedere rode of gele kaart verbindt de KBVB een geldboete en (eventueel) een schorsing. De uitgesproken schorsing wordt door SKVO met een gelijke periode verlengd. Dit betekent dat een speler die bvb. 2 wedstrijden wordt geschorst door de KBVB in totaal 4 wedstrijden niet zal meespelen in de wedstrijden. Gedurende deze periode is de speler wel verplicht om te blijven trainen.

#### **2.4.6 Hygiëne en gedragsregels op en naast het veld**

- **Na de wedstrijd is het verplicht om te douchen !**
- De kleedkamer is maximaal een half uur na de wedstrijd leeg. Bovenal wordt er voor gezorgd dat ze netjes wordt achtergelaten. Deze regel geldt zowel bij de thuis- als uitwedstrijden!
- De trainer beslist zelf hoeveel ouders/begeleiders in de kleedkamer worden toegelaten om te helpen bij het wassen en kleden voor en na de wedstrijden. Doorgaans worden ouders nog toegelaten tot de winterstop tem duiveltjes U7. Vanaf dan moeten de spelers in staat zijn om zich zelfstandig te douchen.
- Tijdens de wedstrijd blijven de reservespelers ter beschikking van de trainer op de door hem/haar toegewezen plaats.
- SKVO is er van overtuigd dat de ouders/begeleiders/supporters steeds met het allergrootste enthousiasme de wedstrijd van hun kind meebelevan. Dit betekent echter niet dat zij de taak van coach op zich moeten nemen. Enkel de trainer geeft aanwijzingen. Aanhoudend storend gedrag van de ouders/begeleiders/supporters is sowieso nefast



voor de prestatie van uw ken en kan bovendien leiden tot een vervanging van de speler. **Ouders/begeleiders/supporters blijven achter de omheining en worden onder geen beding toegelaten op het terrein.**

- Naast bovenstaande afspraken gelden uiteraard ook nog een aantal andere elementaire regels voor, tijdens en na de wedstrijd (o.a. wat betreft beleefdheid en respect). Deze zijn opgenomen in het intern reglement (zie hoofdstuk 5).

#### **2.4.7 Competitie voor U6**

- SKVO biedt trainingen aan voor de allerjongsten (U6) maar kiest er voor om met deze jeugdcategory voorlopig niet in competitie aan te treden. Het is onze overtuiging dat bij 5-jarige spelertjes en jonge kinderen die pas beginnen voetballen het spelplezier in eerste instantie moet primeren. Daarnaast moeten ze ook nog balgevoel kweken.
- Naarmate het seizoen vordert zullen we evenwel ook met de U6 af en toe een oefenwedstrijdje spelen of deelnemen aan een toernooi als de kans zich voordoet. De trainer zal u hiervan lang genoeg op voorhand verwittigen!

## 2.5 Trainingen en een aantal afspraken

### 2.5.1 Inleiding

- In Tabel 4 zijn de trainingsuren, -terreinen en de kleedkamer waar de spelers zich moet aanbieden per jeugdploeg opgenomen. U vindt er eveneens de trainingsuren van de doelmannen.

Tabel 4, Overzicht trainingsuren, -terreinen en kleedkamers per jeugdteam

Team	Trainingsuren	Terrein	Kleedkamer
U6	Maa. 18u00 - 19u00	Duiveltjesterrein C	
U7A	Vrij. 17u30 - 19u00	Duiveltjesterrein A	
U7B	Vrij. 18u00 - 19u30	Duiveltjesterrein C	
U7C			
U8A	Woe. 15u00 - 16u30 Vrij. 19u00 – 20u00	Duiveltjesterrein A	
U8B	Ma. 17u30 - 19u00 Vrij. 19u00 – 20u00	Duiveltjesterrein A Duiveltjesterrein B	
U9A	Ma. 17u30 - 18u30 Woe. 15u00 - 16u30	Duiveltjesterrein A Duiveltjesterrein B	
U9B	Di. 18u00 - 19u00 Do. 18u00 - 19u30	Duiveltjesterrein C	
U10A	Maa. 18u15 - 19u30 Vrij. 17u30 - 18u30	½ Groot terrein B ½ Groot terrein A	
U10B	Woe. 15u00 - 16u30 Vrij. 17u30 - 18u30	Terrein 3A ½ Groot terrein B	
U11A	Di. 17u30 - 19u00 Don. 17u30 - 18u30	½ Groot terrein A	
U11B	Di. 17u30 - 19u00 Don. 17u30 - 18u30	½ Groot terrein B	
U12A	Woe. 18u30 – 20u00 Vrij. 18u30 - 19u30	½ Groot terrein A	
U12B	Woe. 15u00 - 16u30 Vrij. 18u30 - 19u30	½ Groot terrein A ½ Groot terrein B	
U12C	Di. 19u00 - 20u00 Don. 19u00 - 20u30	Duiveltjesterrein A	
U13A	Ma. 17u30 - 19u00 Woe. 18u30 - 19u30	½ Groot terrein A Duiveltjesterrein A	
U13B	Di. 19u00 - 20u30 Vrij. 19u30 - 20	½ Groot terrein B	
U15A	Woe. 19u30 – 21u00 Vrij. 19u30 – 21u00	½ Groot terrein B	
U15B	Ma. 19u00 - 20u00 Woe. 16u00 – 17u30	½ Groot terrein A ½ Groot terrein B	
U15C	Ma. 18u00 - 19u30 Woe. 16u30 – 17u30	½ Groot terrein B ½ Groot terrein A	
U17A	Ma. 19u30 – 21u00 Woe. 19u30 – 21u00	½ Groot terrein A	
U17B	Ma. 19u30 – 21u00 Do. 19u00 - 20u00	½ Groot terrein A ½ Groot terrein B	
Keeperstraining			
U8-U9-U10	Woe. 14u00 - 15u00	Terren 3	
U11-U13	Woe. 15u00 - 16u00		
U15-U17	Woe. 16u00 - 17u00		

### **2.5.2 Uitrusting**

- Het dragen van scheenbeschermers tijdens de trainingen is verplicht.
- De voetbalschoenen zijn netjes en worden gekozen in functie van de weersomstandigheden. Op hard bevroren ondergrond is het dikwijls makkelijker om met gewone sportschoenen te spelen.
- Voor de trainingen tijdens de winterperiode of bij regen vragen wij om gepaste kledij te voorzien. Dit kan zijn : regenjasje, lange broek of kousenbroek, handschoenen, muts en een extra T-shirt of polo. Let er wel op om de kinderen niet aan te kleden als “Michelin-mannetjes”. Eén maal de opwarming achter de rug is hebben de kinderen meestal warm genoeg.
- SKVO dringt er op aan om de kledingstukken te naamtekenen. Zo kan de achtergelaten kledij op een snelle manier aan de rechtmatige eigenaar worden terugbezorgd. Ook aan ouders/begeleiders die de kledij van een andere speler terugvinden in de tas van hun kind, vragen wij om deze zo spoedig mogelijk terug te bezorgen.

### **2.5.3 Afspraken aanwezigheid**

- De trainingen vangen stipt aan. Daarom moet elke speler minstens 15 minuten voor aanvang van de training zich aanmelden in de kleedkamer in volledige en gepaste trainingsoutfit. Wij verwachten dat de spelers rustig wachten in de kleedkamer tot de trainer hen komt ophalen om vervolgens gezamenlijk de training aan te vatten. Ze wachten en/of spelen in geen enkel geval op de terreinen. Laatkomers melden zich eerst bij de trainer alvorens de training aan te vatten.
- De trainers moeten elke aan- of afwezigheid op training registreren. Enerzijds om de evolutie in hun voetballen na te gaan en dit te gebruiken bij de tussentijdse evaluaties, en anderzijds om op eventuele discussie over wedstrijddeelname te anticiperen.
- We vragen evenwel ook met aandrang dat spelers niet vroeger dan 30 minuten voor aanvang van de trainer aanwezig zijn.
- Een zieke trainer, overmacht of weersomstandigheden – waardoor schade kan worden berokkend aan de terreinen – kunnen er steeds voor zorgen dat de training niet kan plaatsvinden. De trainer of ploegafgevaardigde zal u daarvan zeker op voorhand verwittigen.

- Tegelijkertijd vragen wij u om de afwezigheid (ziekte of andere) van een speler op de training tijdig te melden aan ofwel de trainer ofwel de ploegafgevaardigde (bij voorkeur drie dagen er voor). De reden hiervoor is dat trainingen een specifieke voorbereiding vragen, afgestemd op de aanwezigheid van een welbepaald aantal spelers. Door niet vooraf gemelde afwezigheden wordt deze voorbereiding deels teniet gedaan.

#### **2.5.4 Hygiëne en gedragsregels op en naast het veld**

- Na de training helpen de spelers de coach om alle didactisch materiaal (ballen, potjes, hesjes, ...) op te ruimen en het veld (oa. goals terug zetten) netjes te verlaten. Iedereen gaat vervolgens **in groep** en op een kalme manier terug naar de kleedkamer.
- **Douchen na de training is verplicht !**
- De kleedkamer is maximaal een half uur na de training leeg. Bovenal wordt er voor gezorgd dat ze **netjes** wordt achtergelaten.
- Spelers mogen enkel op de uitdrukkelijke vraag van de trainer of ploegafgevaardigde ballen of ander materiaal uit het opslaglokaal halen.
- Naast bovenstaande afspraken gelden uiteraard ook nog een aantal andere elementaire regels voor, tijdens en na de training (oa. met betrekking tot orde en netheid van de kleedkamer, hygiëne). Deze zijn opgenomen in het intern reglement (zie hoofdstuk 5).

### 3. Mijn bijdrage als ouder !

- Uit ervaring weten we dat niet alle ouders/begeleiders evenveel voeling hebben met de voetbalsport. Als ze dan voor het eerst te horen krijgen dat hun kind in zijn/haar vrije tijd graag zou willen voetballen, staan ze daar soms in eerste instantie kritisch tegenover en hebben ze vooral veel vragen. Wij vermoeden dat dit te maken heeft met het ongekende en met het feit dat ze niet goed weten hoe ze met het ganse voetbalgebeuren moeten omgaan. Daarom willen we in dit hoofdstuk eventjes kort toelichten hoe jullie – de ouders/begeleiders – jullie kind kunnen bijstaan in het beleven van zijn of haar hobby. Deze tips zijn echter niet alleen bedoeld voor de “nieuwelingen”. Ook de “anciens” zullen hier nog nuttige informatie vinden.
- We zijn er van overtuigd dat deze tips een belangrijke bijdrage zullen leveren aan het spelplezier en er voor zullen zorgen dat jullie kind in de meest optimale omstandigheden kan komen trainen en deelnemen aan een wedstrijd. De raadgevingen zijn hieronder opgesomd.
  - Toon een positieve maar geen overdreven belangstelling voor de prestaties van jullie kind.
  - Supporter steeds op een opbouwende en positieve manier tijdens de wedstrijden.
  - Relatieve overwinningen en nederlagen. Er is zo veel meer in het leven dan ‘winnen of verliezen’ in een voetbalwedstrijd. Er is ook nog gezondheid, vriendschap, familie, groepsgeest, samenwerking....
  - Ondersteun jullie kind vooral bij tegenslagen of teleurstellingen.
  - Laat jullie kind zijn/haar voetbalkwaliteiten ontwikkelen maar laat het zich vooral amuseren op zijn **EIGEN** tempo en niveau. Dwing ze dus nooit om uw eigen ambities waar te maken en vermijd prestatiedruk. Het is ook om die reden dat wij met aandrang vragen om geen beloningen uit te betalen.
  - Zorg er voor dat er een gezond evenwicht is tussen de sport en het leven thuis en op school. De prestaties op school hebben zonder enige twijfel voorrang.
  - Straf uw kind niet door het bijvoorbeeld niet te laten deelnemen aan een training of wedstrijd.
  - Ouders/begeleiders hebben een voorbeeldfunctie. Dit betekent:

- ❖ Vertoon sportief gedrag t.o.v. uw eigen kind, zijn/haar ploegmaats, de tegenstrever of scheidsrechter en dit zowel voor, tijdens als na de wedstrijd, ongeacht wat de uitslag ook moge zijn.
- ❖ Uit geen kritiek t.o.v. de trainer maar bespreek deze met hem/haar op het gepaste tijdstip en zeker niet in het bijzijn van de kinderen.
- Respect voor elkaar en voor de trainer betekent ook naleven van afspraken. Zorg er dus voor, of zie er op toe dat uw kind steeds op het afgesproken tijdstip aanwezig is voor de training of wedstrijd. Respecteer ook andere afspraken met trainer/ploegafgevaardigde.
- Maan uw kind aan om zich te gedragen naar het reglement en om te luisteren naar de trainer/ploegafgevaardigde.
- Help uw kind om een gezonde en evenwichtige, sportieve levenswijze (oa voeding en rust) te ontwikkelen. Tijdig gaan slapen voor een training of wedstrijd is hiervan een goed voorbeeld.
- Maak thuis geen diepgaande analyse van de wedstrijd die jouw speler heeft gespeeld. Het is en blijft nog steeds een hobby. Bovendien is dit een taak van de trainer.
- Leer uw kind geen andere (voetbal)zaken aan of leg hem andere taken op dan deze die door de trainer worden aangeleerd. Ze kunnen mogelijks in tegenspraak zijn met gemaakt teamafspraken.

## **4. Medische begeleiding**

### **4.1 Blessure preventieplan**

#### **4.1.1 Voorwoord en introductie**

- In dit hoofdstuk is het blessure preventieplan en medisch actieplan van voetbalclub SKV Oostakker beschreven.
- Als voetballen je lust en je leven is, dan is het zuur om geblesseerd aan de kant te staan. Vaak hoor je dat blessures bij een contactsport zoals voetbal horen. Daar zit een kern van waarheid in, maar toch kan veel blessureleed worden voorkomen door voldoende aandacht te besteden aan een paar essentiële punten.  
Voorbeelden hiervan zijn : een goede warming-up of eenvoudige voorzorgsmaatregelen, zoals het dragen van scheenbeschermers.
- Ook onze club wenst hier een steentje toe bij te dragen door aan blessurepreventie te doen. Met een planmatige aanpak is veel meer te doen aan het voorkomen van blessures. We verwachten dat we de spelers op een leuke, leerzame en vooral veilige manier leren voetballen. Daarom wil SKV Oostakker met deze brochure enige houvast en informatie bieden aan zowel sporters als begeleiders/trainers en ouders om te voorkomen dat de voetballers geblesseerd raken. Want geloof ons aan blessurepreventie doen, werkt! Er zijn verschillende goede redenen om hiermee aan de slag te gaan.
- De belangrijkste reden is misschien wel dat minder blessures het spelplezier van de spelers vergroten en de kwaliteit van het voetbal verbeteren. Benut deze mogelijkheid. Het is een goede en veilige investering voor zowel SKVO als voor de spelers. En blessures kan je immers missen als kiespijn.
- In dit plan leest u alles wat volledig of zijdelings te maken heeft met blessures.
- We hopen dat u hier, na de eerste keer lezen, niet al te vaak hoeft in te kijken. Mocht het toch nodig zijn, dan weet u wat u kan en mag verwachten van SKVO.

#### **4.1.2 Voor wie is het plan bedoeld en wat houdt het in?**

- Dit blessure preventieplan is bedoeld voor alle leden van SKVO. Dit betekent dat het niet alleen is opgesteld voor de spelers (van het jongste duiveltje tot de oudste seniorenspeler), maar ook voor trainers, afgevaardigden, scheidsrechters. Ze worden in

de hieronder liggende hoofdstukken per groep afzonderlijk behandeld.

- Het is de bedoeling dat alle blessures goed in de gaten worden gehouden. Het gaat tenslotte om plezier in het voetbal, en dat plezier wordt alleen maar groter als je blessurevrij kunt voetballen.
- Dit plan geeft inzicht in welke voorzieningen er aanwezig zijn bij SKVO, waar wat zich bevindt en wie er verantwoordelijk voor is en wie de aanspreekpunten zijn.
- Ook wordt in dit plan aangegeven hoe te handelen bij een blessure. Het spreekt voor zich dat je een blessure pas kunt behandelen als je weet dat ze er is. Dit betekent dus dat je een blessure tijdig moet signaleren en er dan de passende behandeling op los kunt laten.

### **4.1.3 De spelers (of hun ouders/verzorgers)**

#### **4.1.3.1 Wat te doen ?**

- In principe kunnen de spelers (voor de jongere spelers kun je hier lezen: ouders en / of verzorgers) zelf een hele hoop aan blessurepreventie doen want om blessurevrij te kunnen spelen hoef je eigenlijk maar heel weinig te doen. Door er simpelweg voor te zorgen dat je uitgerust aan een wedstrijd begint kan je al een hele hoop ellende voorkomen.
- Het lichaam is een machine die je goed kunt gebruiken, mits je aan een aantal randvoorwaarden voldoet. Je zal merken dat als je er aan houdt je een leuke tijd hebt en plezier beleeft aan het sporten.
- Voor SKVO is het belangrijk om te weten of je al bekend bent met blessures of ziektes of leidt aan bepaalde – voor de voetbalsport- relevante medische afwijkingen (bvb. astma). Het is dus zaak om ervoor te zorgen dat de club op de hoogte is van jouw eventuele beperkingen, zodat we er goed mee om kunnen gaan. Aan de nieuwe leden vragen we deze zaken op te geven bij de inschrijving. Ben je al langer lid en is het (net) bekend dat je aan iets leidt waardoor je minder kunt sporten, geef dit aub zo snel mogelijk door aan je ploegafgevaardigde of trainer. Het spreekt voor zich dat de club uiterst vertrouwelijk met deze informatie omgaat. SKVO heeft hiervoor een medische infofiche waarop u alle relevante zaken kan vermelden alsook de contactpersonen bij noodgevallen en de huisarts.



- Wat kun je verder doen om blessurevrij te kunnen sporten?
  - Begin uitgerust aan de training of wedstrijd.
  - Zorg voor goede sportkleding die is aangepast aan de tijd van het jaar.
    - ✓ Goede sportkleding is ademend en vocht opnemend en comfortabel om te dragen
    - ✓ Bij temperaturen < 10°C draag je een kousenbroek
    - ✓ In de zomer draag je een zweethemd
  - Zorg voor goede schoenen en sokken (zie ook 3.2).
  - Zorg voor bescherming (zoals keeperkleding, scheenbeschermers) (zie ook 3.2).
  - Zorg voor een goede warming up, zowel voor en tijdens de wedstrijd, als voor de training.
  - Zorg voor een goede hygiëne. U gelooft het misschien niet, maar douchen na de wedstrijd en de training kan blessures voorkomen !
  - Verwaarloos een op het eerst gezicht onschuldige blessure niet. Als ze aanhoudt ga naar de huisarts.
  - Drink voldoende tijdens de wedstrijden en trainingen. Je gebruikt erg veel vocht, en dit moet, ook tijdens de koudere dagen, aangevuld worden.
  - De tweedeaars U13 en U15 monitoren m.b.t. de verhouding van hun groei en de problemen die dit kan opleveren. Deze groep jongeren is erg kwetsbaar omdat hun lichaam in deze jaren erg snel groeit, en hun spieren kunnen dit vaak niet in een keer aan. Langzaam beginnen met de training aan het begin van het seizoen is dus een vereiste !
  - Droog je schoenen op de goede manier. D.w.z. met kranten erin, niet bij de verwarming. Hiermee voorkom je dat je schoen uitdrogen en het draagcomfort vermindert.
  - Het wordt voetballers aangeraden om zowel voor als ook na de wedstrijd en in de rust een trainingsvest aan te trekken tegen afkoeling.
  - Draag een vocht en/of temperatuur regulerend shirt onder het wedstrijdshirt voor een betere vochtopname.
  - Het dragen van slippers bij het douchen na de wedstrijd of training wordt aanbevolen om eventuele voetschimmel te voorkomen.

- Als je bovenstaande regels in acht neemt, kom je er achter dat blessurevrij sporten kan worden bereikt door eenvoudig te nemen maatregelen.
- Toch een blessure wat nu? Welke voorzorgsmaatregelen men ook neemt, blessurevrij zal het nooit gehouden kunnen worden. Daarom heeft de club een organogram ter beschikking die duidelijk de stappen uiteenzet.

#### **4.1.3.2 Advies over aanschaf van kleding en materialen voor het nieuwe seizoen**

- Beginnende voetballers hebben veel vragen over de benodigde uitrusting. SKVO kan hen of de ouders daarover informeren en adviseren, zo mogelijk in samenwerking met de plaatselijke sportwinkel.

#### **Voetbalschoenen**

- Goede voetbalschoenen zijn van essentieel belang voor de jonge sporters, vooral ook omdat ze veel leed kunnen voorkomen.
- Let bij de aanschaf van voetbalschoenen op de volgende zaken:
  - Een goede pasvorm. Vooral in het groeistadium van de jeugdspelers is het van belang dat de schoenen groot genoeg zijn.
  - Voor jeugdspelers tot 14/16 jaar worden schoenen met vaste noppen aangeraden (hoe meer noppen, hoe beter).
  - Koop schoenen met een noppenprofiel die bij het type veld past waar je op speelt (FG= Firm Ground, AG= Artificial Grass (kunstgras), MG= Mixed Ground).
  - Wanneer je voetbalt op hard bevroren ondergronden is het beter om gewone sportschoenen te dragen.
  - Op latere leeftijd wordt aangeraden voetbalschoenen met schroefnoppen aan te schaffen, indien de voetballer hieraan de voorkeur geeft.
  - Veters mogen niet te lang zijn. Er zijn voetballers die de veters een aantal malen om de voet binden, maar dit wordt sterk afgeraden omdat hierdoor de bloedsomloop belemmerd kan worden, waardoor de voettemperatuur kan dalen.
  - Tijdens de warming-up wordt aangeraden de veters nog niet te strak vast te binden, omdat de voeten bij temperatuurstijging door inspanning nog zullen uitzetten.
  - Voetbalschoenen gaan langer mee, wanneer ze na de training of wedstrijd worden schoongemaakt en eventueel ingevet.

- Vernieuw de veters tijdig om kapot trekken hiervan tijdens het spel te voorkomen.

### ***Scheenbeschermers***

- Bij voetbal komen veel vervelende blessures voor, die voorkomen hadden kunnen worden door voldoende aandacht te besteden aan de scheenbeschermers.
- Ten eerste : Veel voetbalspelers dragen tijdens de training of wedstrijd geen scheenbeschermers. Hoewel het dragen van scheenbeschermers tijdens de training of de wedstrijd verplicht is !!
- Ten tweede: Let bij de aanschaf van scheenbeschermers op de volgende zaken:
  - Kies en goede pasvorm, niet te groot of te klein.
  - Let op de aanwezigheid van ventilatiegaatjes.
  - Scheenbeschermers moeten voldoende bescherming geven ter hoogte van de enkels.
  - De scheenbeschermers moeten regelmatig gewassen worden om de ontwikkeling van schadelijke bacteriën te voorkomen.
  - Gebruik nooit een elastiek om de kousen in positie te houden. Dit knelt de bloedsomloop af.

### ***Voetbalsokken***

- Koop een goede pasvorm: te grote of te kleine sokken kunnen blaren veroorzaken.
- Kousen moeten regelmatig gewassen worden om de ontwikkeling van schadelijke bacteriën te voorkomen.
- De voeten en sokken met regelmaat behandelen met desinfecterende poeder.

### ***Keeperskleding***

- Mouwen moeten voorzien zijn van beschermende elleboogstukken.
- Het broekje moet op de heupen voorzien zijn van een beschermende dikkere stoflaag & bull.
- Keeperhandschoenen zijn nodig voor grip op de bal.
- Bij koude wordt aangeraden een lange broek te dragen, bij zware en natte velden een korte broek.

- Keepers op een hoger niveau kunnen hun vingergewricht eventueel intapen tegen blessures.
- Bij felle zon wordt het dragen van een zonneklep aangeraden.

#### **4.1.4 De trainers / coaches**

- Het spreekt vanzelf dat de trainers / coaches een belangrijke signalerende functie hebben. Vaak komen de spelers bij de trainers met hun kwaaltjes: mijn voet doet zeer, ik kan hierom of daarom niet optimaal meedoen.
- De trainers:
  - signaleren blessures bij de spelers.
  - signaleren andere punten waardoor spelers minder kunnen presteren (ziekte, scheiding e.d.).
  - zorgen ervoor dat ze op de hoogte zijn van de ziekte- / blessuregeschiedenis van de spelers.
  - communiceren eventuele problemen naar ouders.
  - zorgen voor voldoende drinken tijdens trainingen en wedstrijden, om het verloren gegaan vocht aan te vullen. Ook op een winterdag!
  - monitoren de 13 – 14 – 15 jarigen m.b.t. de verhouding van hun groei en de problemen die dit kan opleveren. Deze groep is erg kwetsbaar omdat hun lichaam in deze jaren erg snel groeit, en hun spieren dit vaak niet in een keer aankunnen. Langzaam beginnen met de training aan het begin van het seizoen is dus een vereiste !
  - zijn zich er van bewust dat bij de lagere elftallen kracht- en/of conditietraining geen zin hebben.

#### **4.1.5 De ploegafgevaardigden**

- De ploegafgevaardigden hebben ook een belangrijk aandeel in de blessurepreventie. De ploegafgevaardigden zijn in principe erg goed op de hoogte van het reilen en zeilen in hun team en hebben een belangrijke signalerende functie!
- Een ploegafgevaardigde dient:
  - te zorgen voor een veilige omgeving voor de spelers.
  - zowel op als naast het veld tijdens de wedstrijd er op letten wanneer en hoe een speler een blessure heeft opgelopen.

- op de hoogte zijn van ziektes en blessures van de teamgenoten. Ook andere omstandigheden zoals scheiding, ruzie thuis, ziekenhuisopnames e.d. kunnen een speler anders dan normaal laten presteren.
- er voor te zorgen dat de spelers die gaan invallen een warming-up doen
- er voor te zorgen dat de reservespelers voldoende kleding dragen om onderkoeling tegen te gaan
- te zorgen dat er terugkoppeling plaats vindt naar de ouders en trainers als er bijzonderheden zijn gebeurd op het veld. Vooral bij botsingen waar het hoofd bij betrokken is, is het belangrijk dit kenbaar te maken aan de ouders.

#### **4.1.6 FAIR PLAY**

- Sportiviteit en respect zorgen ervoor dat sporten leuk en veilig blijft. Want onsportiviteit, ruw spel en agressief gedrag leiden vaak tot onnodige blessures, niet alleen bij de medevoetballers, maar ook bij de veroorzaker zelf. Het zou vanzelfsprekend moeten zijn dat iedere sporter zich aan de spelregels houdt.

Dit betekent niet alleen aan de geschreven, maar ook aan de ongeschreven regels van wederzijds respect en een goede omgang met elkaar. Veel van de spelregels zijn bedoeld om de veiligheid te verhogen. Een goede kennis van de spelregels, en controle op de naleving hiervan, helpen dan ook om blessures te voorkomen en de sport leuk en plezierig te maken.

- Trainers, scheidsrechters, bestuursleden, maar ook de sporters zelf hebben daarbij een belangrijke taak. Je moet je niet alleen aan de regels houden uit angst voor een gele kaart, een strafschoep of andere sanctie. Sportiviteit moet je als sporter zelf willen. En dat zou je ook moeten volhouden als je vindt dat de tegenstander zich niet aan die regels houdt en zelf begonnen is of als de scheidsrechter een, in jouw ogen, verkeerde beslissing neemt.
- Fair Play draagt op die manier niet alleen bij aan het terugdringen van blessures, maar draagt ook op een positieve manier bij aan het imago SKVO.

## 4.2 Administratief : Wat te doen bij een blessure of ongeval?

### 4.2.1 Inleiding

- Wij hopen uiteraard dat iedereen gezond blijft, maar bij het uitoefenen van een sport kunnen er jammer genoeg ook blessures voorkomen. Gelukkig is iedere - bij SKVO aangesloten - speler, trainer, afgevaardigde verzekerd voor gelijk welk ongeval dat hij of zij oploopt tijdens een training of wedstrijd. Ook de verplaatsing van en naar SKVO valt onder de verzekering, op voorwaarde dat men kiest voor de kortste weg.
- In de praktijk wordt het bedrag dat niet wordt terugbetaald door het ziekenfonds waarbij u bent aangesloten, in principe gedekt door de verzekering van de KBVB (verminderd met € 10,00 dossierkosten).
- SKVO legt er de nadruk dat dit enkel en alleen zal gebeuren als de hieronder beschreven procedure stipt en strikt wordt uitgevoerd !!!
- Alle communicatie die verband houdt met een ongeval of blessure **moet** altijd verlopen via de gerechtigde correspondent. Mocht één of ander niet duidelijk zijn, geven wij de dringende raad om **ONMIDDELIJK** contact op te nemen met de gerechtigde correspondent:

Kathleen De Decker,  
Koning Albertlaan 176, 9080 Lochristi,  
tel. 09/3569820 - GSM 0486 79 88 63

- De formulieren die n.a.v. een ongeval of blessure moeten worden afgegeven aan de gerechtigde correspondent van SKVO kan je ook afgeven aan je trainer of een van de mensen van het Jeugdbestuur, die ze verder zullen bezorgen.
- Van elk ongeval moet door de gerechtigde correspondent een dossier worden opgemaakt dat wordt doorgestuurd naar de KBVB. Wij vragen u echter om ook een eigen dossier op te maken. Neem dus steeds van alle formulieren en onkostennota's kopies !!
- Als u een ongeval of blessure aangeeft aan de gerechtigde correspondent en vraagt dat er een dossier wordt opgemaakt dat moet doorgestuurd worden naar de KBVB, dan leidt dit er sowieso toe dat de desbetreffende speler minstens 2 weken niet speelgerechtigd is en dus ook niet mag deelnemen aan de trainingen !
- Blessures aan de tanden worden niet steeds terug betaald. De KBVB neemt hierin de finale beslissing.

#### 4.2.2 Melding van het ongeval of kwetsuur

- Om te voldoen aan alle verzekeringsformaliteiten moet het ongeval of blessure binnen de veertien werkdagen na het oplopen ervan door SKVO aan de KBVB worden aangegeven. SKVO vraagt daarom met aandrang dat het ongeval binnen de 24 uur wordt bekend gemaakt bij de gerechtigde correspondent van de club.
- Meld daarom steeds de blessure aan de trainer of afgevaardigde onmiddellijk na het beëindigen van de wedstrijd of training.
- Gebruik hiervoor het formulier ‘Aangifte van ongeval’ (zie ook bijlage 3) dat u op eenvoudige vraag door de afgevaardigde of trainer zal worden bezorgd.
- Laat de afgevaardigde de rubrieken m.b.t. de wedstrijd of training, terrein, datum en uur van het ongeval invullen.
- Vul het formulier aan met jouw persoonlijke gegevens en bevestig een klevertje van het ziekenfonds. Geef een extra klevertje mee als je het formulier bezorgt aan de gerechtigde correspondent.

#### 4.2.3 Raadpleging dokter

- Raadpleeg zo snel mogelijk een dokter. Dit doe je dus bij voorkeur nog dezelfde dag of ten laatste de dag na het oplopen van de blessure.
- Breng je afgevaardigde of trainer op de hoogte van de bevindingen van de dokter, de te volgen therapie en de mogelijke duur er van.
- Als je bij de dokter gaat, vergeet alleszins niet het “Medisch Getuigschrift “ (dat je vindt op de achterzijde van het formulier ‘Aangifte ongeval’) (zie ook bijlage 3) door de behandelende dokter te laten invullen. Dring er desnoods op aan dat de dokter dit doet bij de eerste consultatie !!
  - **Opgelet** : de datum van herstel die door de behandelende dokter is opgeschreven is niet bindend. Indien blijkt dat je langer bent geblesseerd dan voorzien, blijft de verzekering zeker lopen.
  - **ZEER BELANGRIJK** : Indien blijkt dat er kinesitherapeutische behandeling nodig is, is de voorafgaande toestemming nodig van de verzekering van de KBVB. De voorwaarde is namelijk dat de behandeling een rechtstreeks gevolg is van de sportkwetsuur. De terugbetaling van de onkosten wordt pas uitgekeerd vanaf de datum van de ontvangst

van de vraag om toelating. Daarom moet deze behandeling + het aantal beurten op het “Medisch Getuigschrift” duidelijk worden vermeld onder punt 4a van het “Medisch Getuigschrift”.

- Indien de kinesitherapeutische behandeling later dan bij de aangifte van het ongeval wordt voorgeschreven, of indien er meer behandelingen nodig zijn moet de dokter een nieuw voorschrift bezorgen en moet opnieuw het akkoord van de KBVB worden gevraagd. Anders zal er voor deze extra kinesitherapeutische behandelingen geen tussenkomst worden toegekend. Bezorg daarom onmiddellijk een fotokopie van dit voorschrift aan de gerechtelijk correspondent van de club. SKVO bezorgt dit dan aan de verzekering van de KBVB.
- Bezorg vervolgens het volledig ingevulde formulier ‘Aangifte van ongeval’ zo snel mogelijk en uiterlijk 1 dag na de consultatie aan de gerechtigde correspondent. De makkelijkste manier is dus om dit ingevulde formulier in de brievenbus op de jeugdsite van SKVO te deponeren.
- Van zodra je een formulier ‘Aangifte van ongeval’ bezorgt aan de GC wordt je als speler op non-actief geplaatst en mag je niet meer deelnemen aan trainingen en wedstrijden tot je hersteld bent verklaard door de dokter.
- Ongeveer 10 dagen nadat je het formulier ‘Aangifte van ongeval’ aan de gerechtigde correspondent hebt bezorgd zal je per post het formulier “Geneeskundig getuigschrift van herstel en hervatting” ontvangen van de KBVB.

#### **4.2.4 Spelhervatting**

- Wanneer je bent genezen laat je dit formulier invullen door jouw behandelende dokter en bezorg je dit onmiddellijk terug aan de gerechtigde correspondent.
- **Zeer belangrijk** : Zo lang dit formulier niet is ingevuld door de behandelende dokter ben je niet speelgerechtigd en mag je dus ook niet trainen aangezien je niet bent verzekerd !!! Dit attest moet uiterlijk op donderdagavond in het bezit zijn van de gerechtigde correspondent om de eerstkomende zaterdag speelgerechtigd **EN** verzekerd te zijn.



#### 4.2.5 Betaling en Terugbetaling van onkosten

- Betaal alle rekeningen zelf en bewaar de bewijsstukken van betaling.
- Dien alle betalingsbewijzen in bij jouw mutualiteit. Je ontvangt van hen een terugbetalingsstaat in dubbel terug. Eén exemplaar bezorg je onmiddellijk aan de gerechtigde correspondent.
- Bezorg de eventuele onkostennota van betaling van geneesmiddelen bij de apotheek (geen kastickets) aan de gerechtigde correspondent.
  - **Opgelet** : producten niet vermeld in het tarief van de terugbetaalde geneesmiddelen (bv. taping), geneesmiddelen waarvoor het ziekenfonds niet tussenkomt, huur materiaal, ... worden ook niet betaald door de verzekering. Vooraleer je dergelijke producten aanschaft vraag je dit dus best eerst na bij de apotheek of dokter om alle misverstanden te vermijden !
- Was hospitalisatie noodzakelijk ?? Bezorg dan de factuur (origineel en geen kopie!!) aan de gerechtigde correspondent.
  - **Opgelet:** de opleg voor een 1- of 2- persoonskamers is niet verzekerd.
- Was kinesitherapie noodzakelijk ?? Bezorg dan het attest van de kinesist met alle vermelde behandelingen aan de gerechtigde correspondent (zie ook bij 3.2.3).
- Bij volledig herstel zal, na een seintje van jou, het dossier worden afgesloten en het bedrag dat door de verzekering wordt terugbetaald wordt op je rekeningnummer gestort.

#### 4.2.6 Bijkomende opmerkingen:

- Hervat de competitie of training niet zolang het bewijs van herstel en onkostennota door de gerechtigde correspondent is teruggestuurd naar de KBVB.

**ZONDER BEWIJS VAN HERSTEL IS DE SPE(E)L(ST)ER NIET VERZEKERD EN WORDT DUS GESPEELD OP EIGEN RISICO!**
- **DONDERDAGAVOND IS DE DEADLINE VAN BEZORGEN VAN HET MEDISCH ATTEST VAN GENEZING INDIEN JE WENST TE SPELEN IN HET EERSTKOMENDE WEEKEND !!**
- De KBVB sluit het dossier af na 2 jaar. Indien u door omstandigheden niet akkoord gaat met deze termijn, wil a.u.b. graag overleggen met de gerechtelijk correspondent.
- De trainers hebben opdracht om gekwetste spe(e)l(st)ers NIET te laten deelnemen aan trainingen en wedstrijden.

- Bij blessures waarvan de ongevalsangifte niet volledig in orde is, of bij behandelingen waarvoor de KBVB geen of slechts gedeeltelijke tussenkomst verricht zal ook SKVO op geen enkele manier tussenkomst verrichten.

### **4.3 Praktisch : Wat te doen bij een ongeval ?**

#### **4.3.1 De EHBO koffer in de SKVO kantine voor jeugdspelers**

- Wat zit er in de EHBO-kist op SKVO?
  - kleefpleisters 6 cm.
  - kleefpleisters 8cm
  - 1 flesje HAC voor het reinigen van wonden – 500 ml
  - 1 doos kompressen · armspalken
  - 50 steriele kompressen 5 X 5
  - 50 steriele kompressen 10 X 10
  - 4 driekante doeken (ontlasting arm bij schouder/armletsel)
  - gazen 10 x 10 (wondafdekking)
  - 1 doos molenlast 6 cm (fixeren, wondafdekking)
  - 1 doos molenlast 8 cm (fixeren, wondafdekking)
  - 1 ideaal zwachtel 8 cm. (steun en drukverband)
  - 1 doos reinigingsdopjes
  - 4 rollen leukotape 4 cm. (steun bij gewrichten en zwellingen )
  - 1 meter tubigrip D en E (fixatieverband)
  - 1 verbandschaar (gebogen schaar met platte punten)
  - 1 pincet (voor splinters) · 1 doos steriele handschoenen (bij bloedige wonden)
  - 1 pak watten 25 gr. (bloedstelping/vuiltje uit oog)
  - 1 zalf mobilat
  - 1 zalf hirudoid
  - 1 zalf neo-cutigenol
- Het spreekt voor zich dat de EHBO-kist ieder jaar aan een grondige controle zal moeten onderworpen worden.

#### 4.3.2 Brancard

- De brancard bevindt zich in de opbergruimte van de toiletten. Tijdens wedstrijden en trainingen is de deur van het toilet niet op slot, zodat men de brancard steeds kan gebruiken.

#### 4.3.3 Praktisch actieplan in de verzorgingsfase

- U vindt hierna een opsomming van de meest voorkomende blessures bij voetballers. U krijgt bij ieder letsel een uitgebreide beschrijving van de blessure, de visuele kenmerken, de gevaren en de uit te voeren stappen (Wat doe ik?).

### **SCHAAFWONDE**

- WAT ZIE IK?
  - bovenste huidlagen geschaafd
  - pijn
  - bloeding, vuil in de wonde
- GEVAREN?
  - ontsteking
- WAT DOE IK?
  - wonde van binnenuit naar de randen reinigen met een gaaskompres met water en zeep of met een ontsmettingsproduct
  - vuiltjes verwijderen
  - wonde ontsmetten
  - wonde afdekken met pleister of kompres

### **SPLINTER**

- WAT ZIE IK?
  - splinter
- GEVAREN?
  - ontsteking
- WAT DOE IK?

- indien het uiteinde van de splinter zichtbaar is de splinter met pincet of naald verwijderen
- wonde ontsmetten

### **INSECTENBEET**

- WAT ZIE IK?
  - rood
- GEVAREN?
  - pijn
  - jeuk
  - zwelling
  - eventueel angel
  - vergiftiging
  - steek in mond of keel
- WAT DOE IK?
  - angel onmiddellijk verwijderen (schrappende beweging van de nagel)
  - zwelling en pijn beperken door aanbrengen van een koud kompres
  - ontsmetten
  - wonde afdekken met pleister of kompres
  - indien steek in de mond of keel ( tel 100-112)

### **NEUSBLOEDING**

- WAT ZIE IK?
  - bloeding uit de neus
- GEVAREN?
  - bloed in de keel door achteroverbuigen
- WAT DOE IK?
  - hoofd lichtjes voorover houden (leeshouding)
  - neus dichtknijpen (10") met beide wijsvingers net onder de neusbeenderen
  - niet snuiten gedurende 1 uur

- als je bloedstelpende watten zou gebruiken, neem ze dan lang genoeg zodat een stukje uit het neusgat blijft steken.
- indien het lang blijft duren, arts verwittigen of naar ziekenhuis

### **ERNSTIGE BLOEDING**

- WAT ZIE IK?
  - bloedverlies
- GEVAREN?
  - shock
  - bewusteloosheid.
- WAT DOE IK?
  - rechtstreekse druk op de wonde
  - ledemaat hoger plaatsen
  - speler laten liggen
  - drukkend verband aanbrengen
  - kleine wonden verzorgen zoals schaafwond en
  - dokter verwittigen of dienst 100-112 verwittigen

### **VERSTUIKING**

- WAT ZIE IK?
  - pijn
  - bewegingsbeperking
  - zwelling
  - eventueel blauwe plekken
- GEVAREN?
  - ontsteking
  - bewusteloosheid
- WAT DOE IK?
  - ledemaat hoger plaatsen
  - 15" afkoelen -rust -bewegingsvermindering -steunverband of windel + 48 uur ijsleggen

## **ONTWRICHTING**

- WAT ZIE IK?
  - abnormale stand
  - abnormale beweeglijkheid
  - erge pijn
  - zwelling
- GEVAREN?
  - bewusteloosheid
- WAT DOE IK?
  - steun en rust geven aan het getroffen gewricht door -draagdoek of opgerolde dekens (heup) -nooit zelf terug „zetten“
  - Tel 100 – 112 (ziekenhuis)

## **BREUK**

- WAT ZIE IK?
  - abnormale stand, beweeglijkheid
  - erge pijn, zwelling -knarsen bij beweging -eventueel bloeding
  - open breuk: bot steekt naar buiten - door de huid
- GEVAREN?
  - infectie bij open breuk
  - shock
  - verergering door beweging
- WAT DOE IK?
  - ledemaat onbeweeglijk laten
  - ledemaat steunen
  - rust
  - tel 100-112 (ziekenhuis)

## **FLAUWVALLEN**

- WAT ZIE IK?
  - zwak, onwel
  - zwarte vlekken voor de ogen
  - plots bleek
  - koud aanvoelen
- GEVAREN?
  - hersenletsel ten gevolge van onvoldoende bloedtoevoer
- WAT DOE IK?
  - neerleggen
  - benen hoger dan de rest van het lichaam
  - koude kompressen op voorhoofd en in de nek
  - persoon vrij leggen (meer lucht)
  - spannende kleren losmaken
  - geleidelijk rechtop laten zitten

## **ZONNESTEEK**

- WAT ZIE IK?
  - rood aangezicht
  - hoofdpijn, duizeligheid
  - dorst, braakneigingen
  - snelle hartslag
- GEVAREN?
  - uitputting
  - hersenbeschadiging
  - bewusteloosheid
- WAT DOE IK?
  - uit de zon brengen
  - halfzittende houding
  - nooit platleggen
  - koude kompressen op het voorhoofd

- afkoelen
- kledij openzetten
- after sun !!

### **HERSENSCHUDDING**

- WAT ZIE IK?
  - lichtschuw
  - hoofdpijn
  - misselijkheid & braken
  - onrustig
  - duizelig
  - eventueel bewustzijnsverlies
  - geheugenverlies
- GEVAREN?
  - hersenbeschadiging
  - hersenbloeding
- WAT DOE IK?
  - uit het licht brengen
  - spannende kledij openen
  - ademhaling en hartslag controleren
  - 100 -112 – ziekenhuis

### **BLAREN**

- WAT ZIE IK?
  - blaasjes gevuld met vocht of bloed
- GEVAREN?
  - ontsteking
- WAT DOE IK?
  - gesloten blaar
  - dichtlaten, eventueel pleister
  - enkel indien hinderlijk: ontsmetten, open prikken, drukkend



- verband open blaar
- omgeving ontsmetten
- loshangende velletjes losknippen
- ontsmetten: drukkend verband bloedblaar weinig last dichtlaten

### **BRANDWONDEN**

- WAT ZIE IK?
  - rood
- GEVAREN?
  - licht gezwollen
  - zeer pijnlijk
  - eventueel blaren
  - ontsteking
  - shock
- WAT DOE IK?
  - 20° koud stromend water over de wonde laten vloeien (niet ijskoud)
  - steriel afdekken bij blaren
  - nooit: blaren openprikken
  - afdekken met steriel verband bij ernstige brandwonde
  - steeds de dokter of ziekenhuis raadplegen
  - vaccinatie voor tetanus (klem) navragen

### **SNIJWONDE**

- WAT ZIE IK?
  - pijn
  - bloed
  - snede
  - eventueel vuil
- GEVAREN?
  - ontsteking
  - achter blijven van vreemde voorwerpen, bv. glas

- WAT DOE IK?
  - ontsmetten
  - pleister of steriel drukkend verband op de wonde aanbrengen
  - bij diepe wonde, gevoelsverlies of bewegingsbeperking:
  - dokter of ziekenhuis

### **HYPERVENTILATIE**

- WAT ZIE IK?
  - snelle ademhaling
  - tintelingen in handen, voeten en rond de mond
  - duizeling
  - verkrampen van handen en voeten
  - opgejaagd
  - zenuwachtig
- GEVAREN?
- flauwvallen
- WAT DOE IK?
  - laten in- en uitademen in een plastieken zakje dat neus en mond bedekt of met de handen een schelp vormen
  - geruststellen
  - eventueel een slag in de gezicht brengen om de speler te verschrikken zodat snelle ademhaling stopt

### **EPILEPSIE**

- **DEFINITIE** : epilepsie is geen ziekte: het is een ziektebeeld, een symptoom van een aangeboren of verworven hersenafwijking.
  - *petit mal*: een moment van afwezigheid, staren met de ogen; de speler herinnert er zich nadien niks meer van.
  - *grand mal*: flauwvallen, (symmetrische) schokken met armen, benen en hoofd, wegdraaien van ogen, urineverlies, bijten op de tong, kans tot verkrampen, schokkende ademhaling

- GEVAREN?
  - Zich zelf verwonden
- WAT DOE IK?
  - raadpleeg een arts
  - speler laten schokken, zorg dat hij/zij zich niet kwetst
  - bij een grand mal iets tussen de tanden steken.
  - eenmaal de tanden op elkaar, niets doen. Zorg ervoor dat de tong niet naar achter in de keel valt (gevaar voor verstikking)

### **ASTMA**

- **DEFINITIE** : aandoening van de luchtwegen die vernauwen door overprikkelbaarheid bij inspanning, allergie, zenuwachtigheid
- WAT ZIE IK?
  - kortademigheid,
  - zenuwachtigheid, angstig, piepend, eventueel blauwkleurige huid,
  - treedt op in aanvallen
- WAT DOE IK?
  - raadpleeg een arts
  - recht doen staan, schouders naar achter, borstkas opentrekken
  - de puffers die de speler bijheeft, gebruiken volgens de aanwijzingen

### **LETSELS AAN DE GESLACHTSDELEN**

- **DEFINITIE** Trappen of slagen ter hoogte van de geslachtsdelen zijn altijd zeer pijnlijk. Meestal gaat het om voorbijgaande ongemakken maar er kunnen ook inwendige organen geraakt zijn. Voor de frequentere, minder ernstige letsels bestaan er een aantal middelen om de sporter snel weer op de been te krijgen.
- WAT ZIE IK?
  - De speler valt meestal op de grond, de benen opgetrokken, de handen
  - aan de geslachtsdelen.
  - De speler heeft zeer veel pijn.
  - Er kan een bloeding en zwelling optreden.

- WAT DOE IK?
  - Probeer het slachtoffer zoveel mogelijk te laten ontspannen om de pijnreflexen te onderbreken;
  - stel hem gerust; laat het slachtoffer een paar keer diep en rustig ademen.
  - Laat het slachtoffer die houding aannemen waarin hij het minst pijn ondervindt.
  - In geval van zwelling: koelen.
  - Andere mogelijkheid om de pijn te verzachten: met de speler in *ruglig* en de benen opgetrokken, een lichte druk geven op de benen tot de knieën tegen de borst komen. Probeer dit niet te doen indien het slachtoffer dit niet wenst.
  - Laat het slachtoffer urineren.
  - Raadpleeg een arts bij blijvende pijn of bloedverlies bij het urineren.

### **TANDLETSEL**

- **DEFINITIE** : Bij een botsing of val gebeurt het wel eens dat tanden worden losgeslagen. Ook door een slag van een elleboog worden tanden uitgeslagen of beschadigd. Een tandletsel geneest zelden spontaan, een behandeling door een tandarts is noodzakelijk. Mits snel ingrijpen kan in vele gevallen de tand gered worden.
- WAT ZIE IK?
  - Het slachtoffer heeft 1 of meerdere tanden die loszitten of uitgeslagen
  - zijn. Bloed loopt uit de mond van het slachtoffer.
  - Meestal staan de lippen gezwollen.
- WAT DOE IK?
  - Stelp de bloeding en beperk de zwelling door een kompres (of handdoek, zakdoek) met koud water op de mond of de wonde te houden.
  - Tand die nog gedeeltelijk vasthangen moeten zo weinig mogelijk bewogen worden zodat ze niet volledig loskomen. Enkel een tand die zo loshangt dat hij er bijna uitvalt, mag men zachtjes terugduwen.
  - Een slachtoffer met uitgeslagen tanden moet zo snel mogelijk (binnen de 30 minuten) naar de tandarts gebracht worden.
  - De tand moet worden bewaard, liefst in het speeksel van het slachtoffer.

- Dit gebeurt bij voorkeur in de mond (onder de tong of in de wangplooi) maar het kan ook in een met speeksel bevochtigde zakdoek of folie. Er bestaat immers nog een kans dat de tand weer ingroeit, wanneer hij zeer snel en vakkundig teruggezet kan worden. Leg de tand zeker niet in een doosje want als hij uitdroogt, is hij verloren.
- Raadpleeg steeds een tandarts , of de spoed v/h ziekenhuis.

### **STEKEN IN DE ZIJ**

- **DEFINITIE** Bij forse en langdurende inspanningen kan een speler steken in de zij voelen. Meestal zit deze pijn links onder de ribbenboog (ter hoogte van maag/milt) of rechts in de leverstreek. Het vermoeden bestaat dat de steken worden veroorzaakt door een prikkeling van het middenrif (dat gebruikt wordt bij de ademhaling) of door kramp in het deel van de dikke darm dat zich in de bovenbuik bevindt. Steken in de zij zijn niet gevaarlijk, alleen onprettig.
- **WAT ZIE IK?**
  - speler stopt met de inspanning en gaat voorovergebogen staan met
  - hand in de zij
- **WAT DOE IK?**
  - Laat de persoon rustiger sporten en goed doorademen.
  - Laat als dat niet helpt, de persoon even stoppen met sportbeoefening
  - en adviseer hem zich lang te maken (het lichaam uit te rekken)
  - Laat de persoon eventueel op de rug liggen

#### **4.4.4 Wat is een spierkramp?**

- Een spierkramp is een plotse onwillekeurige spiersamentrekking die gepaard gaat met een voelbare verharding van een spier. Krampen ontstaan omdat de zenuwen die de spieren doen samentrekken, verkeerd reageren en te veel signalen doorsturen om samen te trekken. Het lijkt wel alsof spierkrampen steeds uit het niets opduiken, maar dit is alleen maar omdat de alarmsignalen vanuit de spieren niet worden opgemerkt.
- Ondanks het feit dat sommige oorzaken van krampen bekend zijn, is het exacte fysiologische mechanisme nog niet achterhaald.
- Er zijn enkele mogelijke oorzaken:

- laag glucose gehalte
  - vochtverlies (overvloedig zweten)
  - verstoorde elektrolytenbalans
  - slecht conditionele voorbereiding
  - overbelasting (uitputting)
  - vermoeidheid
- Krampen zijn dus symptomen, de achterliggende oorzaken kunnen in enkele categorieën worden ingedeeld.
- **Verkeerde houding of beweging** De krampen in de kuiten waarvan je 's nachts wakker wordt, gebeuren omdat de voet in een welbepaalde positie ligt waardoor er geleidelijk toenemende spanning in de kuitspieren uitdraait op krampen.
  - **Verstoorde bloedtoevoer** Wanneer je krampen krijgt nadat je een tijdlang bepaalde bewegingen uitvoert, kan dit veroorzaakt worden door een onvoldoende bloedtoevoer naar de werkende spieren waardoor er plaatselijk een zuurstoftekort ontstaat.
  - **Vochttekort** Krampen die ontstaan na een langdurige inspanning worden meestal veroorzaakt door vochttekort. Dehydratie leidt tot een verminderd bloedvolume waardoor het zuurstoftransport naar de werkende spieren in het gedrang kan komen.
  - **Mineralentekort** Wanneer je start met trainen en je krijgt regelmatig krampen, dan kan dit te wijten zijn aan een verstoorde balans van mineralen (Calcium, Kalium, Natrium). Abnormale hoeveelheden van deze mineralen in het bloed kunnen de relaxatie van de spier beïnvloeden. Verder zou de bloedvoorziening van de spier eveneens worden bemoeilijkt. Bij een spiercontractie komt er Kalium vrij waardoor de spierbloedvaten verwijden. Kaliumtekort heeft eveneens een negatieve invloed op de mogelijkheid van de spieren om glycogeen als brandstof te gebruiken. Een tekort aan mineralen beïnvloedt bovendien de prikkelbaarheid.

#### 4.4.5 Hoe ga je een kramp te lijf?

- De beste manier om spierkrampen te stoppen is de spier uit te rekken. Plaats de persoon in een comfortabel mogelijke positie en tracht de verkrampte spier zachtjes uit te rekken. Te vaak wordt de spier te hevig uitgerekt, waarschijnlijk omdat de krampen met een hevige pijn gepaard gaan. Men moet voorzichtig te werk gaan om te vermijden dat men de spiervezels beschadigt. Zacht kneden van de spier helpt ontspannen.

- Cryotherapie (koude) geeft een vermindering van de zenuwgeleiding, wat eveneens helpt ter ontspanning. Bovendien zal de koude toepassing bij eventuele beschadiging van de spiervezels de aangewezen eerste hulptoepassing zijn (8 tot 10 minuten koudetherapie per keer is voldoende).
- In sommige gevallen zal men wel warmte ter ontspanning mogen toedienen. Wanneer iemand, v.b. tijdens een wedstrijd, die in koude en vochtige omstandigheden gespeeld wordt, geplaagd wordt door krampen, is het geraadzaam om te trachten de spierontspanning te verkrijgen d.m.v. warmtetoepassing om bijkomende afkoeling van het lichaam te vermijden.
- Een tweede belangrijke maatregel is voldoende vochtinname om dehydratatie te voorkomen. Te veel vochtinname, v.b. tijdens de rust van een wedstrijd, zou alleen maar tot gevolg hebben dat men met een 'klotsende' maag rondloopt. Het is daarom beter om met tussenpozen meermaals kleine hoeveelheden vocht op te nemen.
- De zogenaamde 'elektrolytendranken' zijn ook aan te bevelen. Allen mag de concentratie aan suikers niet te groot zijn omdat anders de vochtopname belemmerd wordt. Het opnemen van Kalium (v.b. in bananen) zal uiteraard tijdens acute krampen minder effect hebben omdat ze eerst in de maag verteerd moeten worden om in het bloed te kunnen opgenomen worden.
- Preventief kan men zorgen voor een goede conditie, voldoende vochtopname, een uitgebalanceerd dieet en niet spannende kledij die de bloedtoevoer niet hindert.
- Uiteraard moet men wanneer men veelvuldige krampen heeft, best zijn sportarts raadplegen voor een grondig onderzoek.

## **5. Communicatie**

### **5.1 Met sportieve staf en bestuur**

- De meest makkelijke manier om te communiceren met clubmedewerkers (trainers, afgevaardigden of bestuur) is door ze aan te spreken na een training of een wedstrijd !
- Hou er aub wel rekening mee dat sportieve zaken in eerste instantie de verantwoordelijkheid zijn van de trainer en dat je deze ook niet onmiddellijk na een wedstrijd en in het bijzijn van de spelers bespreekt.
- Voor de extra-sportieve zaken die de ploeg aanbelangen is de ploegafgevaardigde verantwoordelijk.
- Zowel trainer als ploegafgevaardigde bezorgen jullie bij aanvang van het seizoen hun GSM-nummer en hun e-mailadres.

### **5.2 Website**

- SKV Oostakker beschikt over een heel overzichtelijke website die constant up-to-date wordt gehouden, [www.skvo.be](http://www.skvo.be). De SKVO webmaster is dagdagelijks in de weer om allerlei weetjes en nieuwtjes te publiceren op dit medium. Heb je een vraag of voorstel om iets te publiceren contacteer [info@skvo.be](mailto:info@skvo.be).

### **5.3 Jeugdbeleidsplan**

- Aan het begin van het seizoen ontvangt elke speler en hun ouders per email de link naar deze bundel (informatiebrochure=jeugdbeleidsplan) waarin alle nuttige zaken zijn opgenomen. Mensen die niet over internet beschikken ontvangen een uitgeprinte versie van deze bundel via hun ploegafgevaardigde.

### **5.4 Informatiebord**

- In de kantine hangt een informatiebord waarop alle belangrijke bestuur mededelingen, affiches van activiteiten en schenkers van de wedstrijdballen te vinden zijn. Ook de ploegfoto's en wedstrijdkalenders zijn er opgehangen.



## **5.5 Management Console**

- SKV Oostakker beschikt over een Management Console. Dit is een elektronisch platform die alle administratieve gegevens van alle aangesloten leden, alsook de sportieve data (o.a. evaluaties) van de spelers centraliseert. Naast het verzenden van e-mails beschikt deze tool ook over vele handige middelen om relevante data te verzamelen en op te slaan. Deze console is enkel toegankelijk (volgens verschillende niveaus) voor bestuursleden, trainers en afgevaardigden.

## **5.6 Informatievergadering**

- Aan het begin van het seizoen wordt een informatievergadering gehouden. Alle op dat ogenblik aangesloten leden en hun ouders worden hierop uitgenodigd. Tijdens dit infomoment worden de nieuw leden op de hoogte gebracht van de werking van de club.

## 6. Afgelastingen

- Een training of wedstrijd kan omwille van weersomstandigheden (sneeuw of te veel water op het terrein) of overmacht bij de trainer mogelijks niet plaatsvinden. In deze gevallen wordt u op tijd verwittigd door de trainer of de ploegafgevaardigde.
- Alle informatie mbt de afgelastingen van wedstrijden zijn ook te raadplegen op :
  - De meest recente versie steeds is te raadplegen op de jeugdpagina's van de SKVO website of op deze van de KBVB : (<http://www.footbel.com/nl/Competities/kampioenschappen.html>, vul bij stamnummer "8713" in en klik op "opzoeken". Kies het gewenste team en de periode en klik op "Bekijken").
  - Afgelastingen worden ook meegedeeld via de teletekstpagina's 598 van VRT of 309 van VTM Text.
  - Afgelastingen kunnen ook worden opgevraagd op volgend telefoonnummer 0900/00081 (€ 0,45/min).

## 7. Inschrijvingen en transfers

### 7.1 Inschrijvingen en aansluiting

- SKV Oostakker stelt alles in het werk om het lidgeld zo democratisch te houden. Op die manier wil ze haar sociale rol invullen en het voetbal voor iedereen toegankelijk houden.
- Het lidgeld voor het seizoen 2015-2016 bedraagt € 205,00 (U8 tem U17) of € 180,00 (U7) en € 160,00 (U6).
  - Zolang het inschrijvingsgeld niet is betaald mag een speler niet deelnemen aan wedstrijden !
  - Na het betalen van het inschrijvingsgeld ontvangt elke speler van degelijke kwaliteit en een lidkaart
  - Daarnaast houdt de inschrijving ook nog het volgende in:
    - ❖ Aansluiting en verzekering bij de KBVB
    - ❖ Eén consumptiebonnetje na elke wedstrijd (U8 tem U17)
    - ❖ Een degelijke opleiding en de begeleiding van minstens 1 volwassene
    - ❖ Een gans jaar gegarandeerd spelplezier
    - ❖ Gratis toegang tot de wedstrijden van de A-kern
- SKVO biedt voor het seizoen 2015-2016 de mogelijkheid aan om een aantal accessoires (, trui met kap ...) aan te kopen ! Neem contact op via [info@skvo.be](mailto:info@skvo.be) indien je een extra bestelling wil plaatsen.
- Indien u inschrijft en betaalt VOOR 1 juli geniet u van een korting van € 15,00 voor U6 tem A-kern.
- Bij inschrijving van een tweede respectievelijk derde gezinslid wordt een korting van € 15,00 respectievelijk € 30,00 per kind toegestaan.
- Nieuwe spelers moeten naast de inschrijving bij SKVO ook aangesloten worden bij de KBVB! De te volgen procedure is al volgt :
  - U betaalt hiervoor een administratieve kost (t.w.v. € 25,00) bovenop het inschrijvingsgeld.
  - U vult samen met de Gerechtigde correspondent of jeugdvoorzitter of jeugdcoördinator de KBVB aansluitingsformulieren in. U betaalt eerst het inschrijvingsgeld en de administratieve kost en pas daarna bezorgt SKVO de ingevulde formulieren aan de KBVB.

- Nieuw aangesloten spelers of overkomende spelers van andere clubs ontvangen van de KBVB na verloop van tijd op hun thuisadres het aansluitingsnummer. Dit is meteen ook de bevestiging van de aansluiting. Zolang de speler in kwestie niet beschikt over dit nummer is de speler niet speelgerechtigd en kan hij/zij ook niet deelnemen aan competitiewedstrijden en is hij/zij bovendien ook niet verzekerd!

## 7.2 Transfers

- In de loop van het seizoen kan een jeugdspeler worden gecontacteerd of uitgenodigd door een andere voetbalploeg met de vraag een aantal trainingen te komen mee volgen. In principe heeft SKVO daar geen enkel bezwaar tegen **op voorwaarde dat het Jeugdbestuur daarvan op voorhand wordt verwittigd**. De uitnodiging die je ontvangt kom je tonen aan de jeugdcoördinator die ze zal ondertekenen voor kennisname en goedkeuring. SKVO wil evenwel het volgende benadrukken: als je op de uitnodiging ingaat zonder de club daarvan op de hoogte te brengen, dan ben je niet verzekerd ! Een gevolg hiervan is dat als hij/zij een ongeval krijgt of geblesseerd raakt tijdens die trainingen, zal SKVO niet tussenbeide komen in de eventueel daaraan verbonden kosten !
- De aansluiting en het ontslag bij een voetbalvereniging zijn onderworpen aan een reglement opgesteld door de KBVB (art. 906 van het KBVB voetbalreglement). SKV Oostakker benadrukt dat het zich strikt aan deze regelgeving houdt. Kort samengevat betekent dit :
  - Het reguliere voetbalseizoen loopt van 01/09 tot 30/05. Een speler die SKVO wenst te verlaten moet – via de club waar hij wenst aan te sluiten - officieel en per aangetekend schrijven zijn ontslag betekenen aan zowel SKVO als aan de KBVB. Dit kan enkel gedaan worden tussen 1 april en 30 april van elk seizoen. Houd er bovendien ook rekening mee dat SKVO geen enkel initiatief onderneemt voor de speler die de club wenst te verlaten. De speler moet dus altijd zelfstandig de nodige stappen ondernemen.
  - Elk ontslag buiten de hierboven vermelde periode (1-30/4) is volgens de regels van de bond onderhevig aan de volledig zelfstandige beslissing van de club in kwestie (in dit geval SKVO). In de praktijk betekent dit doorgaans dat dergelijk ontslag door SKVO enkel wordt aanvaard in gevallen van overmacht (bv. verhuis buiten de regio, ...). Meer informatie daaromtrent is ook te lezen op [www.skvo.be](http://www.skvo.be).

- Een speler kan ook tussen 1 april en 30 april zijn vrijheid aanvragen bij SKVO. Indien hij/zij in de daarop volgende maanden van dat zelfde voetbalseizoen echter besluit om toch opnieuw aan te sluiten bij SKVO, dan moet hij/zij de aansluitingskost (€ 30,00) zelf betalen. Dit wordt geregeld door dit extra bedrag bij de inschrijvingskost te tellen.

## 8. Nuttige formulieren

- De meeste ziekenfondsen ondersteunen actief sportende jongeren. Zo kunnen ouders rekenen op een financiële tussenkomst in het inschrijvingsgeld van een sportclub.
- Raadpleeg hiervoor uw ziekenfonds.
- Hieronder vindt u de url's van de meest courante ziekenfondsen waar u de nodige formulieren kan downloaden.
  - Christelijke mutualiteiten: [www.cm.be](http://www.cm.be)
  - Euromut: [www.euromut.be](http://www.euromut.be) onder terugbetalingen/belangrijkste terugbetalingen/vakantie
  - Liberale mutualiteiten: [www.mlz.be](http://www.mlz.be) onder sportprikkel
  - Onafhankelijk ziekenfonds: [www.onafhankelijkziekenfonds.be](http://www.onafhankelijkziekenfonds.be)
  - Partena: [www.partena-partners.be](http://www.partena-partners.be) onder kampen en meerdaagse activiteiten of lidgeld sportclub
  - Socialistische mutualiteiten: [www.fsmb.be](http://www.fsmb.be)
  - Vlaams Neutraal Ziekenfonds: [www.vnz.be](http://www.vnz.be)
- Hoe verloopt het praktisch :
  - Druk het formulier af via de website of vraag het aan bij uw ziekenfonds.
  - Vul het formulier in.
  - Voorzie het van een klevertje.
  - Bezorg het aan de trainer, ploegafgevaardigde of jeugdcoördinator die het aan de gerechtigde correspondent zullen doorgeven voor verdere afhandeling of deponeer het in de brievenbus die ophangt naast de deur binnen in de kantine.
  - De gerechtigde correspondent vult de nodige gegevens in en zal het u via een lid van het Jeugdbestuur terug bezorgen.
  - U geeft het formulier af aan uw ziekenfonds.

## 9. Veiligheid van en naar SKVO – Vervoer

- SKVO streeft er naar dat zoveel mogelijk leden zich duurzaam verplaatsen van en naar de trainingen en wedstrijden.
- De veiligheid van onze spelers en hun entourage op de openbare weg van en naar SKVO gaat hierbij natuurlijk voor alles. Daarom dringen wij er uitdrukkelijk op aan om de nodige aandacht te hebben voor volgende punten:
  - Spelers, trainers, begeleiders die met de **fiets** naar de terreinen komen.
    - ❖ Voorzie de fiets van reflectoren!
    - ❖ Zorg dat de fietsverlichting werkt!
    - ❖ Zorg er voor dat je voldoende zichtbaar en beschermd bent!
    - ❖ Draag een fluovestje!
    - ❖ Draag een fietshelm!
    - ❖ En last but not least, rij voorzichtig !
  - Mensen die met de **wagen** komen,
    - ❖ Respecteer in de buurt van de terreinen de snelheidsbeperkingen!
    - ❖ Wees op uw hoede want lopende, fietsende kinderen kunnen plotseling de straat oversteken of vrij rondlopen op de parking!
    - ❖ **Parkeer je wagen enkel op het grote parkeerterrein van de EDUGO Sportarena.**
    - ❖ Als je kinderen naar uitwedstrijden vervoert: zorg ervoor dat ze steeds achteraan of vooraan in de wagen zijn vast geklikt met behulp van de gordel. Indien nodig, zorg dat ze op een verhoogstoeltje zitten. Aan de ouders vragen we om de regels te respecteren met betrekking tot de consumptie van alcohol en het besturen van een wagen.
- SKVO denkt ook aan het milieu. Jammer genoeg stellen we vast dat er bij uitwedstrijden zeer weinig wordt samen gereden. Daardoor begeven er zich vaak ellenlange wagencolonnes richting de uitploeg. Dit maakt het niet alleen moeilijk om in groep ter plaatse te geraken, maar geeft ook problemen bij het parkeren daar. Wij doen daarom ook een nadrukkelijke oproep om te carpoolen bij wedstrijden op verplaatsing. Er moet naar gestreefd worden om alle zitplaatsen van de rijdende voertuigen te benutten. Het milieu en de nakomende generaties zullen er wel bij varen !!

## 10. Evenementen – Vrijwilligers – Wedstrijdballen – Kantine taken

- Het financieel gezond houden van onze club is een absolute topprioriteit! Hiervoor rekenen we natuurlijk op onze sponsors, maar ook de kantine is een niet te onderschatten bron van inkomsten. We durven daarom te vragen om na een wedstrijd of training eens binnen te springen voor een gezellige babbel bij een frisse pint of een goede tas koffie. De derde helft is in vele gevallen minstens even leuk als de wedstrijd zelf. Het is ook onze overtuiging dat dit de groepsgeest en de clubbinding ten goede komt.
- Onze vereniging organiseert tijdens de loop van het jaar een aantal acties en activiteiten, waarvan de opbrengst rechtstreeks ten goede komt van de club. Ook hier durven wij u te vragen om hieraan zo veel als mogelijk deel te nemen. Elke activiteit wordt uitvoerig aangekondigd via mailing, Oostakker maandblad *Attentie*, affiches, ...
- Natuurlijk vragen deze activiteiten heel wat voorbereiding en werk. Ook hier geldt het principe "*Vele handen maken het werk licht*". Mocht u zich dus geroepen voelen om hieraan een handje te helpen. Geef a.u.b. een seintje via uw afgevaardigde of via [info@skvo.be](mailto:info@skvo.be) !
- Daarnaast is de club steeds op zoek naar mensen die zich, op welke wijze dan ook willen engageren in de clubwerking (evenementen, kantine, accommodatie, ...). Bij vragen hierover en om je te melden als vrijwilliger kan je terecht bij jouw ploegafgevaardigde of via [info@skvo.be](mailto:info@skvo.be).
- Net als vorig seizoen verkopen we ook wedstrijdballen bij de jeugd. Deze kosten € 25,00/stuk. Als tegenprestatie mag de gulle schenker de aftrap geven van de wedstrijd, krijgt hij/zij een drankje aangeboden tijdens de rust en wordt er de nodige ruchtbaarheid aan gegeven in de diverse media (o.a. website). Als potentiële sponsors denken wij aan grootouders, familieleden, lokale en/of bevriende middenstanders. Meer informatie vind je op onze website of bij Antoine Martens.
- In het verleden werd de kantine tijdens de wedstrijden op zaterdag beheerd door een paar enkelingen van het Jeugdbestuur. Deze taken zijn niet langer haalbaar voor dezelfde personen. Daarom dat we vanaf dit seizoen graag zouden willen hebben dat elk jeugdteam een viertal keer tijdens een thuiswedstrijd gedurende een halve dag met twee mensen bij springt in de kantine. Naast het bedienen van drank en snacks, wensen we ook dat er tijdens de wedstrijd lotjes worden verkocht. We willen dit doen in twee



blokken : 9 – 13u en 13 – 17u. Er zal hierbij steeds iemand van het Jeugdbestuur aanwezig zijn. Jullie afgevaardigde zal jullie op de hoogte brengen wanneer jullie aan zet zijn. We hopen uiteraard op de nodige bereidwilligheid van de ouders.

## **11. Huishoudelijk reglement**

- SKV Oostakker heeft een huishoudelijk reglement. Dit is te vinden en na te lezen op de website menu [Folder] en doorklikken op het desbetreffende document.

### Bijlage 3: Ongevallen formulier

K.B.V.B. - FEDERAAL SOLIDARITEITSFONDS  
Houba de Strooperlaan 145  
1020 BRUSSEL

## Aangifte van ongeval\*

IN TE VULLEN DOOR DE GERECHTIGDE CORRESPONDENT VAN DE CLUB  
OF DOOR HET SLACHTOFFER ZELF INDIEN HET EEN SCHEIDSRECHTER IS

Naam en stamnummer van de club (of stamnummer van de corporatieve of toetredende groepering) (in blokletters) . . . . .	Stamnummer : . . . . .
Naam en voornaam van de gekwetste (in blokletters) . . . . .	
<u>Aansluitingsnr. KBVB</u> . . . . .	N°
Zijn/haar geboortedatum . . . . .	
Zijn/haar juist adres . . . . .	
Heeft de gekwetste recht op de ZIV of is hij ten laste van iemand die er recht op heeft? . . . . .	J/NEEN
Is hij in stageperiode bij het ziekenfonds? . . . . .	of leefbriefje ziekenfonds van de gekwetste
Geef de naam en het adres op van dit ziekenfonds . . . . .	
Aansluitingsnummer van de gekwetste bij ziekenfonds . . . . .	
Indien zelfstandige : Ingeschreven onder welk regime? . . . . .	Grote risico's / alle risico's . . . . .
Is de gekwetste wees of ten laste van een gepensioneerde, weduwe of invalide? . . . . .	
Is hij student, arbeider, bediende, zelfstandige ...? . . . . .	
Wat is zijn/haar beroep? . . . . .	
Naam en adres van zijn/haar werkgever . . . . .	
Is hij in hoedanigheid van speler onderworpen aan de Sociale Zekerheid? . . . . .	
<b>Datum en uur van het ongeval</b> . . . . .	..... / ..... / 20..... uur
Zijn/haar functie (schrappen wat niet past) . . . . .	speler, scheidsrechter, oefenmeester, steward, vrijwilliger
A) Tijdens welke officiële wedstrijd? . . . . .	
Welke afdeling en seks? . . . . .	
B) Tijdens welke vriendschappelijke wedstrijd? . . . . .	
C) Tijdens welke training? . . . . .	
Op welk speelveld? . . . . .	
Omstandigheden van het ongeval? . . . . .	
Bij vrijwillige trap of slag, geef de naam en de club van de verantwoordelijke, indien deze door de scheidsrechter werd uitgesloten . . . . .	
Indien het om een eigenlijke aanranding gaat, schatting van de gebeurlijke stoffelijke schade . . . . .	JA / NEEN
Werd er proces-verbaal opgemaakt? . . . . .	
Wie maakte het op? . . . . .	
Op wiens verzoek (naam en adres)? . . . . .	
<b>Indien het slachtoffer scheidsrechter - steward is :</b> Reknr. waarop de vergoeding eventueel mag gestort worden . . . . .	Reknr. . . . .

(Zie medisch getuigschrift op keerzijde)

Datum . . . . .  
Handtekening van de gerechtigde correspondent van de club (of de gekwetste scheidsrechter):

\* Deze aangifte moet in ons bezit zijn binnen de 14 werkdagen na datum van het ongeval.

## Medisch getuigschrift

IN TE VULLEN DOOR DE BEHANDELLENDE GENEESHEER

Dokter ..... wonende te .....

..... st. nr ..... Tel. : .....

1. Naam, voornaam en achternaam van de gewetste speler .....

2. Wanneer heeft U het slachtoffer onderzocht ? ..... / ..... /20 ..... uur

3. Wat zijn de aard en de ernst van de kwetsuren of de letsels ? .....

Betreft het een herval ? ..... JA / NEEN

4. Acht U de tussenkomst noodzakelijk van een : (schrappen wat niet past)

a) kinesitherapeut of fysiotherapeut ..... JA / NEEN

Hoeveel zittingen zijn noodzakelijk ?

b) specialist ..... JA / NEEN

c) radioloog ..... JA / NEEN

5. Is het slachtoffer geheel of gedeeltelijk onbekwaam

zijn beroep uit te oefenen ? ..... Geheel gedurende ..... dagen.

Gedeeltelijk gedurende ..... dagen.

6. Zal het ongeval een blijvende invaliditeit tot gevolg hebben ? .....

7. Mag men een volledig herstel verwachten ? .....

8. Hebt U bij uw vaststellingen geen voorbehoud te maken

of bijzonderheden te formuleren ? Zo ja welke ? .....

9. Was het slachtoffer voor het ongeval verminkt of

aangelast door gebrek of ziekte ? .....

10. Is de betrokkene voordien reeds het slachtoffer

geweest van een sport- of ander ongeval ? .....

11. Zo ja waar en op welke datum ? .....

12. Wat was de aard van de toen opgelopen letsels ? .....

13. Wat waren de gevolgen ervan ? .....

Stempel van de Geneesheer ..... Afgeleverd te ..... de ..... 20 .....

De Geneesheer, .....

\* Deze aangifte moet in ons bezit zijn binnen de 14 werkdagen na datum van het ongeval.

(Zie aangifte van ongeval op keerzijde)

## **Bijlage 4: Fair play charter**

Het hoofdbestuur, het jeugdbestuur en alle leden van de jeugdwerking ondersteunen het Fairplay Charter dat door de KBVB aan al de clubs werd kenbaar gemaakt en zullen er op toezien dat het Charter door zijn leden nauwgezet wordt opgevolgd.

**FAIRPLAY CHARTER**



**De 8 principes van respect = FAIRPLAY**

- 1. Respect voor de spelregels**
- 2. Respect voor de scheidsrechter en de officials**
- 3. Respect voor je eigen club**
- 4. Respect voor de tegenstrever**
- 5. Respect voor je medemaats**
- 6. Respect voor ALLE collega voetballers,**
- 7. Respect voor de supporters van andere ploegen**
- 8. Respect voor jezelf (geen alcohol en drugs, niet roken)**