



Gezond Sporten

ook in jouw club!

Kerntaak van iedere sportclub = je sporters goed begeleiden

Recreatief sporten moet ook gezond zijn!

- ongeacht de sport
- ongeacht de leeftijd
- ongeacht het niveau

Zorg dragen voor gezond sporten
= zorgen voor kwaliteit!

Visie Sportievak vzw

- Stel je werking in vraag en bekijk of alle voorwaarden aanwezig zijn om je sporters gezond te begeleiden!
- We begeleiden je hierin, maar maak keuzes waar je als club 100% achter staat!
- Communiceer over gezond sporten met je leden en trainers!

**Maak een micro-MVS-beleid voor
jouw club!**

Enkele cruciale vragen voor je club:

- Keuze van sportaccommodatie en sportmateriaal: is dit geschikt voor onze sport / doelgroep / ...?
- Leggen we eisen op aan onze leden? (bv sportkledij,...)
- Wie begeleidt onze leden tijdens het sporten? Beschikken trainers/ begeleiders over de nodige opleiding, kennis en ervaring?
- Medische controle van de leden (frequentie en inhoud)?
- Voor leden cat. 3, 4 en competitieve leden wordt een medisch attest jaarlijks verplicht door de federatie. De club kan strengere eisen opleggen!
- Bepalen we een min. of max leeftijdsgrens om aan te sluiten bij onze club?
- Wat is de frequentie van training? Is dit aangepast aan de leeftijd?
- Is meer of betere omkadering noodzakelijk?
- Is EHBO aanwezig tijdens de clubactiviteiten?
- Wat is onze visie over doping?
- Bekijken we ook de fysieke integriteit en het psychisch welzijn van onze leden?
- Is medische, paramedische of psychologische begeleiding noodzakelijk?
- Informeren en ondersteunen we onze trainers / begeleiders voldoende?

Verplichtingen clubs en leden **Sportievak vzw**

Aansluitingsvoorwaarden

Binnen deze verplichtingen heb je als club de nodige vrijheid om de randvoorwaarden Gezond Sporten te personaliseren.

ondersteuning Gezond Sporten

Sportievak vzw

Je kan rekenen op een persoonlijke ondersteuning op maat van je sportclub:

- We begeleiden je graag in het bepalen van de randvoorwaarden!
- Onze infotheek = informatiedoorstroming naar leden, trainers en bestuurders.
- Nieuwsbrieven houden je up-to-date.
- Nood aan bijscholing?

Wat kan je als bestuurslid of trainer betekenen voor het Gezond Sporten in je club?

Stel de werking van je club (permanent) in vraag:

- Verloopt alles gezond?
- Welke voorwaarden moeten we opleggen aan de leden?
- Hoe maken we iedereen bewust van medisch verantwoord sporten? (informatiedoorstroming!)

Kan het (nog) beter?