



KOOVEEN SALIBANDYJAOSON HUOLTAJAN OPAS 2011–2012

14.9.2011



Huoltajan tehtävät

Huoltaja kuuluu joukkueen johtoon ja vastaa osaltaan pelaajista, valmentajien ja joukkueenjohtajan ohella.

Huoltaja vastaa joukkueen varusteista, niiden kunnosta sekä täydennyksistä.

- Huolehtii joukkueen ensiaputarvikkeiden hankinnasta, ylläpidosta ja täydennyksistä. Lisäksi henkilö toimii joukkueen ensiapuvastaavana. Huom: huoltajalaukku (=ealaukku) ja pallokassi ovat kaksi eri asiaa. Yhteistyökumppaniltamme Sportia Pekka Kalevasta on saatavissa toimitsijakorttia näyttämällä alennusta mm. kylmäpakkauksista.
- Huoltaa ja korjaa pelivälineitä taitonsa mukaan.
- Huolehtii pallojen riittävydestä, ostaa tarvittaessa lisää. Palloja voi saada myös Kooveen toimistolta.
- Huolehtii liivien puhtaudesta.

Huoltaja vastaa joukkueen pelaajista sekä heidän hyvinvoinnistaan

- On pelaajan tuki, jos jotain sattuu; rauhoittelee ja on se joka huolehtii, kun valmentaja keskittyy pelin ohjaamiseen.
- Vastaa joukkueen juomapullojen täyttämistä; ohjaa pelaajat huolehtimaan oman vesipullon täyttämistä ennen kentälle lähtöä. Pienempien junnujen kohdalla muistuttaa vessassa käynnistä ennen kentälle menoa.
- Edellyttää pelaajilta asianmukaista huolellisuutta ja siisteyttä. Treenien ja pelien jälkeen suihkussa käynti.
- Huolehtii ensiavusta harjoituksissa ja otteluissa. Seuraa harjoitusta ja peliä; tietää vamman syntymekanismien (esim loukkaantumisvihkoa ylläpitämällä) Ensiaputietoutta löytyy osoitteesta http://www.redcross.fi/ensiapu/ensiapuohjeet/fi_FL/index/
- Loukkaantumistilanteessa varmistaa jatkohoidon. Lisenssipelaajan hoitoon ohjaus ja vahingonkorvaushakemus alla olevan ohjeen mukaan.

”Vahingon sattuessa toimi näin (OP Pohjolan ohjeistus):

1. OP-Pohjolan hoitolaitosyhteistyökumppanit löydät osoitteesta www.pohjola.fi/urheilu. Pohjola on rakentanut urheilijoiden tarpeisiin laadukkaan ja kattavan sairaanhoitoverkoston. Pohjolan päätavoite on yhdessä kumppaneidensa kanssa auttaa sinut laadukkaaseen hoitoon.
2. Täytä Pohjolan urheiluvahinkoilmoitus puhelimitse numerossa 0303 0303 (arkisin klo 8 - 18) tai verkossa osoitteessa <http://www.pohjola.fi/>.
3. Korvauksenhakija maksaa hoitokulut ensin itse ja hakee Kelasta sairausvakuutuslain mukaiset korvaukset. Kelasta on haettava korvaukset 6 kuukauden kuluessa siitä, kun kulut on maksettu.

Useimmat hoitolaitokset hoitavat sairausvakuutuksen osuuden Kelasta puolestasi. Tällöin korvaushakemuksen liitteeksi riittävät kopiot alkuperäisistä kuiteista. Ota mukaan Kelakortti. Saatuaasi Kelasta korvauksen, toimita Kelan antama alkuperäinen korvauslaskelma sekä kopiot Kelaan toimitetuista kuiteista. Liitä mukaan alkuperäiset kuitit kuluista, joista Kela ei maksa korvausta sekä lääkkeiden alkuperäiset maksukuitit, reseptit tai niiden kopiot. ”

- Osallistuu lihashuoltoon; ohjaa venyttelyjä, verryttelyjä ja lihaskuntojumppaa yhdessä valmentajien kanssa
- Vastaa ravintotietämyksen lisäämisestä. Lisävinkkejä urheilijan terveelliseen ravitsemukseen löytyy osoitteesta http://www.noc.fi/huippuurheilu/tukipalvelut/urheilijan_ravitsemus/
- Energiajuomat eivät ole suositeltuja urheilijalle treeneissä eikä peleissä
- Ohjaa pelaajia päihteettömyyteen

Huoltaja osallistuu seuran järjestämään koulutukseen, huoltajien tilaisuuksiin tai vastaaviin.

Delegoi EA-laukun ja pallokassin kuljetuksen, jollei itse pääse paikalle.

Huoltajan tehtävät vaihtelevat joukkueittain. Tehtävien painopistealueet riippuvat mm. pelaajien iästä. Yhdessä joukkueen valmentajien ja joukkueen johtajan kanssa jokainen joukkue luo omalle huoltajalleen sopivan toimenkuvan.

Ensiapulaukun sisältö:

- laastareita
- haavataitoksia
- tukisidoksia
- saksat
- ylimääräiset suojalasit
- pikakylmäpakkauksia
- kylmägeeliä ja -suihketta
- mahdollisesti rannetuki
- pelaajien nimet ja lähiomaisen yhteystiedot sekä tiedot pelaajien perussairauksista ja lääkityksistä
- kipulääkkeeksi Panadolia ja Buranaa (VARMISTA PELAAJALTA / VANHEMMILTA, MITÄ KIPULÄÄKETTÄ KUKIN PELAAJA VOI KÄYTTÄÄ)
- tyttöjoukkueen laukussa kannattaa pitää myös kuukautissuojia
- ulkomaanmatkalle mukaan vatsalääkettä

Vinkkinurkka:

- peleihin kannattaa ottaa mukaan noin 5 litran vesikanisteri; vesipiste saattaa olla kaukana pelikentästä
- mukana on hyvä olla paperipyyhkeitä, mm. veden kuivaamiseksi pelikentältä
- mukaan kannattaa ottaa varapaidat (punainen ja musta), jos joku pelaaja unohtaa pelipaidan kotiin
- myös sekuntikelloa ja pilliä voidaan tarvita
- mukana on hyvä olla myös ruuvimeisseli, jotta tarvittaessa lavan saa irti mailasta
- ilmastointiteippi on hyödyllinen monen asian pikakorjauksessa
- ota omat 'kylmäkallet' kylmälaukkuun mukaan peleihin; ovat käyttökelpoisempia kuin pikakylmät, koska ovat pidempään kylmempää