

Skadad när
det är som
roligast?



Kom på fötter snabbare med Råd och Vård för idrottsskador

Till Råd och Vård för idrottsskador kan du som fotbollsspelare, ledare eller förälder ringa för att få hjälp med vård av idrottsskador och råd om förebyggande övningar. Rådgivningen är din kostnadsfria medlemsförmån och utförs av legitimerade fysioterapeuter/sjukgymnaster, alla med specialkunskap om idrottsskador. Vid behov ingår också besök hos fysioterapeut/sjukgymnast eller idrottsläkare.

→ Läs mer på nästa sida



Folksam

Ring till Råd och Vård för idrottsskador så får du snabb hjälp tillbaka på planen

När du spelar i en fotbollsklubb eller förening som är ansluten till Svenska Fotbollförbundet, har du automatiskt en olycksfallsförsäkring hos Folksam som gäller under träning och match. Det allra bästa är förstås att vara skadefri och ha roligt hela säsongen. Därför har vi tagit fram tjänsten med rådgivning och vård från legitimerade fysioterapeuter/sjukgymnaster.

Hjälp vid idrottsskador

Råd och Vård för idrottsskador är en kostnadsfri rådgivningstjänst och medlemsförmån dit du som idrottare, ledare och förälder ringer och får råd om hur du förebygger skador och besvär som kan uppstå i samband med idrottsaktiviteter. När du ringer får du prata med en legitimerad fysioterapeut/sjukgymnast som är specialist på idrottsskador. Vid behov får du också hjälp att göra en skadeanmälan till Folksam.

Träffa en vårdspecialist utan kostnad om det behövs

Skulle den som idrottar behöva mer än rådgivning på telefon så ingår upp till två besök hos sjukgymnast och ett läkarbesök hos vårdgivare specialiserade på idrottsskador. Bedömer läkaren att undersökningen behöver kompletteras med röntgen ingår det.



Kom ihåg!
Vid akuta skador
ska du ringa 112.



Välkommen till Råd och Vård för idrottsskador – 020-44 11 11

Vi har öppet för tidsbokning dygnet runt. Du kan också mejla din fråga till radochvard@aleris.se. Mer information hittar du på [folksam.se/radochvard](https://www.folksam.se/radochvard).