

Ring och få hjälp – kostnadsfritt

Råd och Vård för idrottsskador



Ring 020-44 11 11 så får du rådgivning eller träffa en legitimerad sjukgymnast. Helt kostnadsfritt.



Folksam

Råd och Vård för idrottsskador är en kostnadsfri rådgivningstjänst och din medlemsförmån. Ett nätverk av erfarna idrotts-sjukgymnaster och läkare runt om i landet står beredda att hjälpa våra spelare. Och det är helt kostnadsfritt. Så här går man till väga:

1. Spelare/ledare/förälder ringer "Råd och vård för idrottsskador" **020 - 44 11 11**
2. En sjukgymnast svarar i telefonen och ger råd för den aktuella situationen.
3. Om sjukgymnasten bedömer att spelaren behöver få träffa en vårdgivare kan denne boka en tid till spelaren direkt i telefonen.
4. Spelaren besöker sjukgymnast eller läkare. Det är också möjligt att få ett återbesök hos sin sjukgymnast eller en röntgen hos sin läkare. (Det finns dock en begränsning på max två sjukgymnastbesök, ett läkarbesök, en röntgen.)



SPELKLAR

Tips: På svenskfotboll.se/spelklar hittar du mer information om skadeförebyggande och hur man bäst förbereder sig för träning och match.