

Jaarverslag 2021 Medische Commissie

1. Samenstelling Medische Commissie in 2021

- Janny Dekker, huisarts-onderzoeker, wegatleet en in 2021 voorzitter.
- Jan Pols, arts, wegatleet en in 2021 secretaris.
- Max Rosendahl, sportmasseur, wegatleet en trainer.
- Geert Helder, jeugdarts, wegatleet en trainer.
- Harmen Gelling (namens bestuur), wegatleet.
- Heidi Wiechers, trainerscoördinator, adviseur t/m september 2021.

2. Algemene doelstellingen Medische Commissie

- 2.1. Opstellen en bewaken van (de uitvoering van) het verenigingsbeleid op het gebied van sportgezondheid.
- 2.2. De MC adviseert het bestuur, de trainerscoördinator, Technische Commissies en leden over medische aangelegenheden binnen de vereniging.
- 2.3. In samenwerking met de trainerscoördinator en Technische Commissies zorgt de MC voor een programma van scholings- en voorlichtingsactiviteiten voor trainers en leden.

3. Terugblik 2020-2021

- 3.1. 2020 en 2021 stonden in het teken van de maatregelen rondom de Coronapandemie en de gevolgen daarvan voor de sportbeoefening bij GA. De MC maakte deel uit van de Corona AdviesGroep en ondersteunde de vereniging bij het vertalen van de landelijke protocollen van de Atletiekunie naar lokale maatregelen voor baan- en wegatletiek. Daarbij werd rekening gehouden met de maatregelen die golden in de veiligheidsregio Groningen.
- 3.2. In 2020 gingen de trainingen reanimatie en AED-bediening voor (assistent)trainers en leden van de clubhuiscommissie in aangepaste vorm door. Het totaal aantal gecertificeerde trainers en leden van de clubhuiscommissie daalde licht naar 72% (in 2019 78%). Het aandeel elders gecertificeerden daalde naar 9% (in 2019 20%).
- 3.3. Voor de trainingen reanimatie en AED-bediening in 2021 waren alle voorbereidingen getroffen. In een laat stadium moesten we besluiten om die vanwege Corona niet door te laten gaan. Hoewel een jaarlijkse opfriscursus wordt aanbevolen door de Nederlandse Reanimatieraad, blijven certificaten twee jaar geldig. Ook in 2021 waren er het hele jaar dus voldoende gecertificeerde trainers en leden van de clubhuiscommissie.
- 3.4. Rond het thema blessurepreventie, herstel en terugkeer bij GA zijn diverse stappen gezet:
 - a. De thematiek staat jaarlijks op de agenda voor overleg tussen TCW en trainers voor de weg.
 - b. Er wordt gewerkt aan pilots met een digitaal atletenvolgsysteem voor gebruik bij geblesseerde atleten.
 - c. Er is een digitaal blessurespreekuur gerealiseerd met Marsha Westerhof (sport-fysiotherapeut).
 - d. In overleg met Marsha Westerhof en sportarts Mirjam Steunebrink werd gewerkt aan een 'blessurehulp' voor op de website: een stroomdiagram voor wat te doen bij een blessure.
 - e. Een inventarisatie in Roden leidde ertoe dat we najaar 2021 een groep studenten van het Instituut voor Toegepaste Psychologie van de Hanze Hogeschool voor GA hebben laten werken. Ze deden een eerste onderzoek naar de achtergronden van onregelmatige aanwezigheid en afwezigheid bij wegtrainingen.

- 3.5. Rond sporten bij hoge temperaturen is navraag gedaan bij Atletiekunie en Nederlandse Sportartsen. Die ontwikkelden een hitteprotocol dat dit jaar verschijnt.
- 3.6. De MC is erg blij met de initiatieven voor wandelgroepen en Frame Running bij GA en in het algemeen met initiatieven om GA een meer inclusieve sportclub te maken.

4. Specifieke doelen voor 2020/2021 en in welke mate deze doelen zijn gerealiseerd

- 4.1. Samenwerking met sportartsen en sportfysiotherapeuten uitbouwen: zie 3.4.
- 4.2. De website van GA actiever gebruiken voor verspreiding van informatie over sportgezondheid: niet gerealiseerd.

5. Redenen bij het niet realiseren van doelen en evt. doorschuiven naar een volgend jaar

Ad 4.2 ontwikkelingen rond de ict-infrastructuur en tijdgebrek: doorgeschoven naar 2022.

6. Beschrijving van samenwerking

De MC heeft voor het ontwikkelen en uitvoeren van activiteiten en het realiseren van beleid de samenwerking met veel andere commissies en het bestuur nodig. De aanwezigheid van een lid van het bestuur als lid van de commissie draagt daar effectief aan bij. Verder is met name nauw en constructief samengewerkt met de trainerscoördinator. Die verbond daarbij de MC met bestuur, (plannen van) andere commissies en trainers. Daarnaast werkt de MC met name samen met TCW en in mindere mate met de TCB.

7. Aangeven hoe de commissie erin is geslaagd om vrijwilligers te vinden, binden en behouden voor de door de commissie georganiseerde activiteiten

Al jarenlang bestaat de MC uit wegatleten. Het lukt niet om een baanatleet te vinden die actief bij kan dragen aan het werk van de MC.

8. Beoogde activiteiten 2022

- 8.1. Organisatie van trainingen reanimatie en AED-bediening in februari / maart 2022.
- 8.2. Organisatie van 2-4 themabijeenkomsten rond sportgezondheid voor leden en trainers. In ieder geval 1 bijeenkomst waarin het nieuwe hitteprotocol aan de orde komt en 1 bijeenkomst waarin aandacht wordt besteed aan overbelasting en eetstoornissen.
- 8.3. Pilot met een atletenvolgsysteem in 2 loopgroepen.
- 8.4. Meer bekendheid geven aan het digitale blessurespreekuur en de resultaten daarvan evalueren.
- 8.5. Met de pr-commissie overleggen over aandacht voor sportgezondheid via website en social media en daarvoor content ontwikkelen.
- 8.6. Onderzoek door studenten Toegepaste Psychologie naar de achtergronden van onregelmatige aanwezigheid en afwezigheid bij wegtrainingen. Daar vervolg aan geven.

9. Financiële begroting en de werkelijke uitgaven in 2021

- 9.1. Vanwege Corona gingen het afgelopen jaar de reanimatietrainingen en voorlichtingsactiviteiten niet door. EHBO-materiaal werd up-to-date gehouden en het onderhoudscontract voor de AED liep door. De werkelijke uitgaven waren daardoor circa €3000,= lager dan begroot.