



Idrottsmedicinsk support för JGY Idrottsprogrammet NIU&LIU

Förebyggande:

- Rörelsescreening
- Hjärtsscreening
- Hälsosamtal erbjuds i år 1.
- Blodstatus för skidåkare: Remisser från Marika Lindblom (fd Jonsson) 1 gång per läsår samt vid behov för längd och skidskytte samtliga årskurser. Alpint årskurs 1 en gång.

Försäkringserbjudande

Folksamsvårdkostnadsförsäkring för idrottsgymnasier. Bas 3180 kr/år och Bas-Extra 7380 kr/år. (Premiehöjning från Folksam kan ske).

Skolhälsovård

- Skolsköterska Marika Lindblom. Kontakt via teamschat alternativt marika.jonsson@jgy.se
- Skolläkare Anita Englund. Tid bokas via skolsköterska Marika Lindblom.

Konsultation vid skada/smärta.

Folksam Råd och Vård. Tel nr 020-441111, vardagar 08.00-17.00. Gratis för idrotterna basket, fotboll, skidor och skidskytte.

<https://www.folksam.se/forsakringar/idrottsforsakring/rad-och-var-d-for-idrottsskador>

- Aktiv vård. Tel nr 0771-362330, vardagar 08.00-17.00. Endast för hockey. Kostnadsfri rådgivning och 200 kr per behandlingstillfälle.
- Metropolen: Emma Svedberg Skiftesvägen 3 (Odenskog), Östersund. Boka via kontaktformulär på metropolen.net alternativt via 072 3417500
- HC Ripan för hockey. Bokas via QR-kod som specialidrottslärare tillhandahåller.
- Magdalena Moström. Infanterigatan 5C (Stadsdel Norr, nära Friskis och Svettis). Bokning SMS 070-3257270

Patientavgifter för besök hos fysioterapeut

I Region Jämtland Härjedalen får barn och ungdomar under 18 år gratis sjukvård. Det gäller vid besök på Östersunds sjukhus och hälsocentralerna samt hos privata vårdgivare som har avtal med Region Jämtland Härjedalen. Undantaget är förebyggande vård/hälsovård. För patienter över 18 år är huvudregeln att ett besök kostar 400 kr. När man har betalat sammanlagt 1300 kr inom loppet av ett år från första besöket så träder högkostnadsskyddet in.

Naprapat

Christer Paulsson, Naprapatlandslaget. 500kr/besök eller nyttja en idrottsskadeförsäkring. Boka tid på 010 7681030 eller på naprapatlandslaget.se



Kurativ support

- Kurator Malin Schoonens. Kontakt via teamschat alternativt malin.schoonens@jgy.se
- MIUN/Psykologmottagningen. Kostnadsfritt behandlingsarbete av psykologstudenter i slutet av sin utbildning. Anmäl på www.miun.se/psykologmottagning
- Idrottspsykologisk rådgivning: Lina Tirén. Kontakt via lina.m.joh@gmail.com eller 076-8490653 eller www.mindstrong.se för bokning och prisuppgift.