

Bengtsfors Ridklubbs stallregler

Stallet

Stallet är hästarnas hem, så här går vi lugnt och tänker oss för.

Hästar hör bättre än människor, så tänk på att tala lägre och inte skrika.

Spring eller lek aldrig i stallet eller i närheten av hästarna.

Boxen

Tala alltid om för hästen att du kommer in till den.

Max två personer åt gången inne hos hästen (undantag: utbildning med instruktör).

Hästen skall alltid vara uppbunden i boxen när du borstar, sadlar och tränar.

Jackor, spön och hjälmar hängs på boxdörren.

Vill du ge hästen godis (tex morot, knäckebröd) så lägg det i krubban. Då lär sig hästen att inte nafs efter händer och fickor.

Säkerhet

Personer under 18 år bär hjälm vid all hästhantering av ridskolans hästar, vid hantering av privatuppstallade hästar gäller 15 år (i box, i hage, vid ridning osv).

Använd grimskافت när du leder in och ut hästarna till hagarna. Häng tillbaka grimma och grimskافت vid rätt box.

Kläder och utrustning

1. Du måste ha en godkänd hjälm som passar ditt huvud bra och en säkerhetsväst (hjälm under 18 år, väst under 15 år) – det finns både hjälm och säkerhetsväst att låna på ridskolan.
2. Du måste ha rejäla skor (eller stövlar) med klack, så att du inte kan fastna i stigbyglarna
3. Du bör inte ha kläder eller smycken som kan fastna när du rider.
4. Du bör ha kläder som sitter relativt nära kroppen (gäller både byxor och tröja/jacka) dels för att din ridlärare ska se hur du sitter och dels för att du inte ska fastna.
5. På vintern kan det bli väldigt kallt i både stall och ridhus, och då får du ta på dig vad du vill så länge det är säkert enligt ovan. Handskar är bra att ha på sig oavsett väderlek.
6. När det är varmt får du rida med kortärmad tröja eller linne men det är inget vi rekommenderar eftersom du kan skrapa dig om du skulle ramla av.

Före och efter lektionen

När du kommer till stallet för att rida tittar du på lappen utanför kontoret som visar vilken häst du ska rida. Under terminen är det även inplanerat två teorilektioner per grupp.

Förälder eller annan vuxen **ska finnas kvar** på anläggningen under lektionen och vara beredd att hjälpa till. Detta gäller så länge ridläraren eller barnet tycker att behovet finns.

Du ska komma ca 20 minuter **innan** ridningen börjar så att du kan hjälpa till att göra i ordning din häst. Då hinner du också hälsa på hästen och lära känna den lite. Kolla på hästens boxtavla om du behöver tänka på något särskilt.

Du ska ha tid på dig **efter** ridningen att kontrollera hästen, ta av sadel och trän, tvätta bettet, borsta och visitera hästen samt kratsa ur hovarna. Glöm inte att lägga på täcket om hästen har innertäcke.

Att rida är inte bara att sitta på hästen, det är att ta hand om den före och efter lektionen också. Om du är osäker på hur man gör så finns det alltid någon att fråga om hjälp.

Vänta utanför ridhuset tills ridläraren/medhjälparen säger till att hästarna kan ledas in i ridhuset. Om din häst redan finns i ridhuset kan du vänta på läktaren.

Tänk på att när det pågår ridlektion får du **inte** gå in till ridläraren och störa lektionen! Om du vill titta på lektionen – gå upp på läktaren.

Bengtsfors Ridklubbs hästhållnings- och säkerhetspolicy

I policyn beskrivs rutiner för hur hästarna och stallmiljön skall skötas på vår anläggning. Personal, utövare, vårdnadshavare och medlemmar som på något sätt nyttjar vår anläggning ska ta del av, begripa och agera utifrån denna hästhållningspolicy. Vi vill genom policyn minska risken för olyckor i branschen och bidra till en yrkesmässigt säker miljö. Vår anläggning ska vara i besöksskick, vilket innebär att anläggningen alltid är välstädd och ren, och att den är ett föredöme i hästhållning. Besökare skall kunna komma oanmälda och ändå finna anläggningen i detta goda skick. Hit ska man med förtroende kunna lämna sin häst eller sitt barn för utbildning och träning.

Säkerhetsrutiner

Personlig skyddsutrustning (bärs vid respektive aktivitet)

Ridning	Hjälm, ridbyxor, ridstövlar eller ridskor/skor med klack. Uppsatt hår. Handskar rekommenderas. Säkerhetsväst vid hoppning och uteritt för juniorer (<18 år). Säkerhetsväst obligatoriskt vid all ridning t.o.m 15 år.
Longering och tömkörning	Hjälm, handskar och lämpliga skor (ej tofflor eller tunna tygskor). För elever t.o.m 15 år skall säkerhetsväst bäras vid all hästhantering.
Instruktörsarbete	Ridklädd, propert klädd i förhållande till väderleken.
Stallararbete	Ändamålsenlig klädsel, sko med stålhätta rekommenderas. Hörlurar eller hörsnäcka bärs inte under stallarbete eller hantering av häst.
Hästhantering	Grimma med grimskافت (alternativt ledträns) och hjälm ska användas när häst leds. Handskar bör bäras. För elever och praktikanter (<18 år) vid ridskolan är det obligatoriskt att bära hjälm då de leder häst. Ridskolans elever ska bära hjälm när de hanterar häst i stallet t.o.m 18 år. Rekommenderat för ALLA elever att använda hjälm vid all hästhantering. För elever t.o.m 15 år skall säkerhetsväst bäras även i stallet. Ledare vid nybörjarlektioner ska bära hjälm. Detta gäller ledare upp till 18 år. Hörlurar eller hörsnäcka bärs inte vid hästhantering.
Mobiltelefon	Du rekommenderas inte att tala i telefon till häst eller vid hanterande av häst.

Klädsel

Klädsel	Klädseln ändamålsenlig med iakttagande av korrekt personlig skyddsutrustning. Tröja med luva får ej bäras vid uteritt.
Smycken	Smycken bör vara diskreta för att inte kunna utgöra en säkerhetsrisk
Reflexer	Reflexer används vid ridning i mörker och i skymning.
På- och avklädning av jacka och täcke vid ridning	På- och avklädning av jacka och täcke sker efter avstigning eller om annan person håller i hästen. Jacka och ev. täcke placeras på anvisad plats i ridhuset, ej på sargkanten.

Leda häst

Utrustning	Grimma och grimskافت eller ledträns används. Personlig skyddsutrustning ska användas (rejäl sko, långbyxor och gärna handskar). Hjälm bör bäras vid promenad med häst. Alla t.o.m 18 år ska bära hjälm och säkerhetsväst bör bäras.
Genomförande	Hästen leds kontrollerad och korrekt med föraren vid hästens vänstra bog. Tvåhandsfattning med grimma och grimskافت eller ledtygel. Har hästen träns leds den av yngre elever med tygeln kvar på halsen. För övriga med tygeln nedtagen och tvåhandsfattning.
Genom dörr/trång passage	Öppna dörren/grinden helt och ställ upp den med därför avsedd hake. För hästen genom passage. Därefter stängs dörren/grinden. Vid smal passage gå före hästen samt var uppmärksam så att inte del av utrustning fastnar i något

Hagutsläpp/insläpp

Utrustning	Se leda häst.
Genom grind	Öppna grinden helt. Gå in med hästen och vänd den med huvudet mot grinden. Stäng grinden och släpp sedan hästen.
Släpp	Släpp hästen och gå lugnt därifrån. Inget smackande eller klappande med händer.
Släpp av flera hästar	Gå in med alla hästar samtidigt i hagen. Ställ upp hästarna med säkerhetsavstånd (minst 3 meters mellanrum). Vänd dem mot staketet, håll med vänster hand över nosryggen, släpp alla samtidigt på given signal.
Stängd grind	Alla hagar lämnas med grinden stängd, även när hagen är tom. Inga hagtrådar är tillåtna på marken. Observera att översyn av hagen skall ske innan släpp.
Sällskap	Vid insläpp ska alla hästar tas in eller minst två hästar lämnas kvar ute. Ingen häst får lämnas kvar ensam ute.

Ridning/Ridhus/Uteritt

Vid ridning i grupp	Hästarna förs in och ut ur stallet samtidigt.
Upp-/avsittning ridhus/ridbana	I Ridhus/Ridbana sker upp- och avsittning på medellinjen. Undantag vid användandet av pall då den används i hörn om ej hjälp finns att ta bort den. Uppsittning på lektionshäst sker med hjälp av pall eller uppsitningsramp som finns mellan stallet och ridhuset. Resten av iordningställandet sker på medellinjen. Två ryttare eller flera ställer upp sina hästar på en linje och upp- och avsittning sker samtidigt.
Upp-/avsittning utomhus	Använd uppsitningsrampen som finns mellan stallet och ridhuset för uppsittning. Två ryttare eller flera ställer upp hästarna och sitter av samtidigt.
Ridning	Du ska hantera hästen på ett sätt som du är stolt över. Du ska träna och tävla i samspel med hästen och inte kräva mer än ni har förutsättningar att klara av.
Ridhus	Vid inträde i ridhus, knacka och invänta svar. Fråga om du kan komma in. Vid utträde, gör övriga ryttare uppmärksamma. Klädsel och täcken

	placeras i hörnet av ridhuset. Be någon hålla i hästen eller hoppa av vid avtagande av t.ex. jackor. Övriga ridhusregler finns uppsatta i ridhuset. Som privatryttare tas extra hänsyn till ridskolans lektioner. På läktaren ska det vara lugnt.
Regler	Vedertagna regler för ridhuset/ridbanan förväntas bli respekterade.
Hoppning	Bokas. Hindermaterial ställs tillbaka där det togs.
Longering/tömkörning	Longering och tömkörning får endast ske då det är max 2 ekipage på banan, dessa ska tillfrågas först.
Uteridning	Uteridning sker lämpligast två och två eller i grupp. Vid uteritt skall en vuxen följa med, alternativt att man är tre stycken som alla är minst 18 år! Det är olämpligt att som ovan ryttare att rida ut ensam. Meddela vem som rider ut, när man rider, var man rider och mobilnummer bör lämnas till närstående innan uteritt påbörjas. Mobiltelefon medförs, för att kunna användas vid eventuell olyckshändelse. Vid all ridning utanför anläggningen gäller att: Trafikregler följs, ta hänsyn till allemansrätten, markägare och att sakta av till skritt och lämna plats vid möte av annat ekipage eller mötande fritidsfolk.. Ridningen anpassas efter den minst rutinerade ryttaren/hästen.
Tider	Se ridhusschema. Ridning ensam då ingen annan vistas på anläggningen rekommenderas ej och är förbjudet för barn under 18 år på ridskolehästar utan vuxet sällskap. 15 år på privathästar.
Externa hästar	Hantering och ridning av hästar som inte är uppstallade på anläggningen omfattas av policyns ramar. Dock gäller ej försäkringsskydd, i händelse av olycka, för elev som ej är medlem hos BRK.
Externa tränare	Träning/ridundervisning för extern tränare skall bokas oavsett om träningen hålls i ridhuset eller på någon av utebanorna. Bokas av den som rider.

Körning

Utrustning	Hjälm skall bäras vid all undervisning av elev samt vid all utbildning av körhäst. All övrig körning enl TR. Handskar rekommenderas.
Anspänning	Ridhus/ Ridbana: På medellinje med hjälp att hålla i hästen.
Utomhus	På en av lärare eller ansvarig stallchef anvisad plats.
Leda häst	Utbildade par och fyrspannshästar får ledas parvis.

Lastning

Utrustning	Vid lastning skall tränns eller grimma med grimskraft/kedjegrimskraft användas. Tränns, hjälm och handskar bör användas. Alla t.o.m 18 år ska bära hjälm och handskar.
Genomförande	Lastning genomförs på ett vedertaget och lugnt sätt med iakttagande av god säkerhet. Använd medhjälpare vid behov.

Skötselrutiner

Skötsel i stall	Hästar sköts i respektive box eller på avsedd skötselplats. Stallgången används inte som uppbindningsplats, undantag vid avsedda uppbindningsanordningar. Vid mockning, skötsel av och hantering av häst i box binds hästen alltid upp. Bind upp hästen kort (ca 40 cm) så att den inte kan fastna. När hästen fångas eller släpps står skötaren mellan hästen och boxdörren, för att undvika att bli instängd. Boxen är hästens hem, där hör varken du eller din mobiltelefon hemma om du inte skall rida eller borsta hästen inför ridning.
Uppbindning av häst	När du har använt spolspiltan eller haft din häst uppbinden vid någon av våra uppbindningsplatser, gör rent efter dig.
Spolspilta	Spolspiltan används vid behov och rengöres efter användandet.
På- och avtag täcke	Täcke på: Samla ihop täcket och lägg det lugnt över hästens rygg. Knäpp bogspännena, därefter bukgjordarna, avsluta med bensnörena som knäppes i kors (alt svanssnöre). Täcke av: Lossa bensnörena, lossa bukgjordarna och avsluta med bogspännena. Lyft lugnt av täcket. Täcket förvaras på anvisad plats. Ej i stallgång.
Foder	Hästarna utfodras enligt uppsatt foderkort. Specialkost och eget hö, som betalas av ägaren, uppmäts per mål i foderbyttor och ställs på anvisad plats. Hästar som är ute över lunch får grovfoder i hagen, kraftfoder serveras alltid i stallet. Glöm inte att uppdatera foderkortet vid ev. boxvila eller dylikt.
Dörrar	Dörrar är stängda av ordnings- och säkerhetsskäl. Under varmare delen av året kan vissa dörrar behöva stå öppna.
Ordning	Grundläggande för en säker hästverksamhet är att hela anläggningen präglas av god ordning. <ul style="list-style-type: none"> • Stallgången är alltid fri från föremål. • Golvet i sadelkammaren hålls städat och tomt. • Kratsa gärna ur hovarna innan hästen tas ut ur boxen/spiltan. Ta ur spån från man och svans. • Gödsel på stallgång/uppställningplats tas bort innan du lämnar platsen. • Alla redskap och all utrustning förvaras på avsedd plats. • Anläggningen ska hållas i besöksskick.
Förebyggande	Ser du något som är trasigt eller något som kan medföra en risk så meddelar du detta till verksamhetsansvarig, instruktör eller styrelseledamot för åtgärd.

Övrigt

Drog- och rökfri anläggning	BRK är en drog- och rökfri anläggning.
Hundar	Hålls kopplade på anläggningen. Ridhuset ska vara fritt från hundar.
Värdskap	Eftersom vi vill ge ett professionellt och välkomnande intryck hälsar vi på alla samt hjälper dem tillrätta som behöver det. BRKs värdegrund ska genomsyra verksamheten.

Håll snyggt	Tillsammans hjälps vi åt att hålla efter vår anläggning. Vi hjälps åt att underhålla fastigheten på arbetsdagar och i vardagen så hjälper vi till med det lilla som att tömma sopkorgen när den är full, ställa in smuts disken i diskmaskinen, etc.
Vårdnadshavare	<ul style="list-style-type: none"> • Var gärna med och stötta ditt barn. Det är roligt att dela ett intresse. • Som förälder kan du ibland få hjälpa till att leda ponnyn/hästen. Ta på dig rejäla skor. • Undvik att prata med barnet under ridlektionen. Det stör barnets fokus och stör lektionen. • Skynda långsamt. Att lära sig rida tar tid och kräver många upprepningar. Att forcera utvecklingen är sällan bra. • Spendera gärna mycket tid i stallet. I hästvärlden lär vi genom att göra. • Respektera ridlärarens instruktioner och upplägg. Du är alltid välkommen att kontakta ridläraren utanför lektionstid.

Denna hästhållnings- och säkerhetspolicy är ett levande dokument och uppdateras och utvecklas därför löpande. Du som nyttjar anläggningen och på något sätt hanterar hästar ansvarar för att årligen läsa och agera utifrån policyn. Denna text skall grunda sig på vetenskaplig grund och beprövad erfarenhet.

Bengtstors Ridklubbs ridregler

Allmänt:

- Om någon redan är i ridhuset, ropa från utsidan och invänta svar innan du öppnar och tar in din häst.
- Jackor och täcken hängs på kroken i hörnet, EJ på sargen.
- Vid av- och påklädning av jacka eller täcke m.m. sitt av eller be annan person hålla hästen.
- Vid markarbete får max 4 bommar på marken användas.
- Longering och tömkörning får endast ske då det är max 1 ekipage i ridhuset, max 2 ekipage i paddocken, dessa ska tillfrågas först.
- Vid ridning för ej anställd instruktör ska ridhuset bokas, detta görs senast 48 timmar innan på bokningstavlan i stallet.
- Vid hoppning bokas ridhus/ridbana.
- Mobiltelefon eller hörlurar används INTE vid ridning.
- Fosterförälder som rider ut måste ha vuxen med sig alternativt att man är minst tre över 15 år som rider ut tillsammans. (Med laddade mobiltelefoner i fickan.)
- Ej lämpligt rida i linne, använd tröja med ärmar så undviker du onda skrapsår vid avramling.

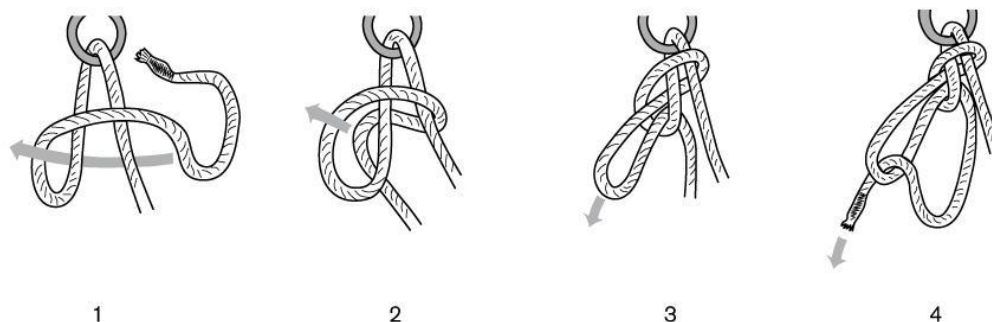
Ridregler:

- Upp- och avsittning görs på medellinjen, alternativt uppsittningsrampen.
- Skritt innanför spåret. Övriga gångarter på spåret.
- Håll avstånd, rid ej i bredd.
- Håll till höger vid möte.
- Ryttare på spåret har företräde framför den som rider en väg.
- Ridning på volt görs innanför spåret.
- Smacka inte eller använd spö när du är nära någon annan.
- Halt görs lämpligast i mitten av en volt för att inte hindra andra ridande.
- Håll uppsikt och visa hänsyn.

Till sist:

- Mocka efter din häst!
- Sist ut släcker ljuset!

Säkerhetsknut



Rutiner för avramling på barnlektioner

Följ ridlärarens instruktioner!

- Samtliga hästar ska göra halt och ryttare ska sitta kvar på hästens rygg.
- Ridläraren bedömer om läget är akut och organiserar i så fall enligt rutinerna nedan direkt.
- Elev som klagar på ont i nacke och huvud ska inte flyttas! Låt eleven ligga kvar och se om elev efter en stund känner att den kan resa sig. Vid osäkerhet låt elev ligga kvar! Följ rutiner vid akut olycka.

Vid akut olycka

I hörnet vid ingången i ridhuset finns första hjälpen instruktion, material samt informationspärm vid olycka.

Hjälp till!

Vid sjukvårdskunskap

- Hjälp eventuella skadade

Vid hästvana:

- Fånga lös häst
- Håll övriga hästar stilla.
- Om lektionen behöver avbrytas ansvarar någon för att eleverna ställs upp på led där plats finns, sitter av och går in i stallet.

Övriga:

- Hämta sjukvårdsutrustning
- Informera stallvärdar och övriga ledare
- Ta hand om övriga elever

När läget lugnat sig

Dokumentera

- Ridlärare fyller i Tillbudsrapport vid alla avramlingar
- Anhörig fyller i försäkringsblankett

Samling vid akut olycka

- Samla elever och gå igenom händelsen.
- Ridlärare går igenom händelseförloppet om möjligt
- Ta hjälp för krishantering vid behov (Till exempel annan ridlärare, Jourhavande präst. Se telefonlista i pärm i ridhuset)

Återkoppling

I efterhand kan frågor eller känslor dyka upp. Ta då gärna kontakt med ridlärare eller verksamhetschef. Det är vanligt att elever blir osäkra efter en avramling, det kan därför vara bra att önska en häst som ryttaren känner sig särskilt trygg med. Även de elever som sett eller hört olyckan kan känna sig osäkra. Lektionstillfället efter en avramling är därför i lugnare tempo med ledare vid behov. Då finns tillfälle att ställa frågor som uppstått under veckan.

Uppföljning

Alla tillbudsrapporter går igenom av verksamhetschef och statistik förs för att kunna förhindra framtida olyckor.

Rutiner för avramling på vuxenlektioner samt ungdomslektioner

Följ ridlärarens instruktioner!

- Ridläraren bedömer om läget är akut och organiserar i så fall enligt rutinerna nedan direkt.
- Elev som klagar på ont i nacke och huvud ska inte flyttas! Låt eleven ligga kvar och se om elev efter en stund känner att den kan resa sig. Vid osäkerhet låt elev ligga kvar! Följ rutiner vid akut olycka.

Vid akut olycka

Hjälp till!

- Alla elever sitter av vid halt på spåret. Hästarna hålls två och två innanför spåret. Övriga elever hjälper ridläraren.
- I hörnet vid ingången i ridhuset finns första hjälpen instruktion, material samt informationspärm vid olycka.

Vid sjukvårdskunskap

- Hjälp eventuella skadade

Övriga:

- Fånga lös häst
- Hämta sjukvårdsutrustning
- Informera stallvärdar och övriga ledare
- Om lektionen behöver avbrytas leds hästarna in i stallet.

Övriga:

- Ta hand om övriga elever

När läget lugnat sig

Dokumentera

- Ridlärare fyller i Tillbudsrapport vid alla avramlingar
- Försäkringsblankett fylls i

Samling vid akut olycka

- Samlas och gå igenom händelsen.
- Ridlärare går igenom händelseförloppet om möjligt
- Ta hjälp för krishantering vid behov (Till exempel annan ridlärare, Jourhavande präst. Se telefonlista i pärm i ridhuset)

Återkoppling

I efterhand kan frågor eller känslor dyka upp. Ta då gärna kontakt med ridlärare eller verksamhetschef. Det är vanligt att elever blir osäkra efter en avramling, det kan därför vara bra att önska en häst som ryttaren känner sig särskilt trygg med. Även de elever som sett eller hört olyckan kan känna sig osäkra. Lektionstillfället efter en avramling är därför i lugnare tempo med ledare vid behov. Då finns tillfälle att ställa frågor som uppstått under veckan.

Uppföljning

Alla tillbudsrapporter går igenom av verksamhetschef och statistik förs för att kunna förhindra framtida olyckor.