

## Aspetti generali rilevanti per la sicurezza

Le monitrici e i monitori G+S

- invitano a gestire i rischi con consapevolezza.
- scelgono impianti sicuri e adeguati all'insegnamento (centro ippico, maneggio all'aperto, terreno naturale).
- pianificano attentamente ogni lezione.
- adeguano l'insegnamento alle condizioni ambientali (ad es. meteo) come pure alle esigenze e alle sensibilità sia dei partecipanti che dei cavalli.
- provvedono a una sorveglianza adeguata al livello di sviluppo dei partecipanti durante le lezioni.
- tengono conto del fascicolo dedicato all'insegnamento sicuro nell'equitazione.

## Equipaggiamento personale di protezione

Le monitrici e i monitori G+S

- si assicurano che l'equipaggiamento del cavallo sia completo e intatto, adeguato al cavallo e posizionato correttamente.
- si assicurano che i volteggiatori siano vestiti correttamente:
  - per preparare a accudire il cavallo vanno indossate scarpe robuste.
  - durante il volteggio si devono indossare abiti aderenti.
  - i gioielli e gli accessori che potrebbero creare problemi devono essere riposti o fissati.

## Misure di prevenzione nell'attività sportiva

Le monitrici e i monitori G+S

- si accertano che si usino dei cavalli adeguati alla lezione.
- si assicurano che i contenuti delle lezioni siano adeguati al livello di formazione dei partecipanti.
- provvedono al rispetto delle regole imposte dalla situazione (ad es. regole del maneggio).
- preparano i partecipanti alle attività attraverso esercizi di riscaldamento adeguati.
- propongono esercizi di forza e coordinazione nonché esercizi di stretching.
- provvedono a rimuovere persone e oggetti dalle possibili aree di caduta.
- nel caso di infortuni agiscono secondo lo schema seguente:
  - mantenere la calma e farsi un'idea della situazione.
  - proteggere vittima, cavallo e persone da danni ulteriori.
  - Fornire il primo soccorso e allertare i soccorsi.

