

Prevenzione degli infortuni nel curling



Aspetti generali rilevanti per la sicurezza

Le monitorici e i monitori G+S

- garantiscono, nel quadro delle loro attività, una sorveglianza attiva e adeguata al livello di sviluppo dei partecipanti.
- favoriscono nei partecipanti la percezione consapevole del rischio.
- si assicurano che ognuno conosca e rispetti il proprio ruolo sul ghiaccio.

Equipaggiamento personale di protezione

Le monitorici e i monitori G+S

- decidono a seconda della situazione se imporre l'uso del casco (da neve).
- si assicurano che vengano indossate scarpe adeguate. Scarpe da curling con suola antiscivolo o scarpe da sport con suola di gomma. Una sola suola antiscivolo per hack.

Misure di prevenzione nell'attività sportiva

Le monitorici e i monitori G+S

- svolgono un programma di riscaldamento muscolare adeguato al livello dei partecipanti ponendo l'accento sul ginocchio.
- svolgono degli esercizi per la stabilità del torso e l'agilità dei flessori dell'anca.
- esercitano specificamente come muoversi in sicurezza sul ghiaccio, come entrarne e uscirne.
- si assicurano che i partecipanti si spostino in avanti e lateralmente.
- hanno cura che chi non ha un compito da assolvere non stazioni sul ghiaccio.
- controllano che i sassi non vengano alzati, fermati con mani o piedi, che non vengano scavalcati o diretti verso persone.
- insegnano a spazzare su entrambi i lati senza suola antiscivolo.
- sanno come prestare il primo soccorso, dove trovare il materiale apposito e conoscono il numero d'emergenza 112.
- usano esclusivamente laser della categoria 1.

Sport per i bambini

Le monitorici e i monitori G+S

- si assicurano che nelle attività con principianti sia presente un monitore per campo (rink).
- impongono a seconda della situazione l'uso del casco da neve.
- usano sassi Cherry-Rocker.
- giocano su una corsia accorciata.
- hanno cura che i bambini indossino indumenti adeguati per proteggersi dal freddo.