



## Helse, miljø og sikkerhet (HMS) for Asker Rideklubb

Dette dokumentet beskriver HMS-plan for Asker Rideklubb

### Mål for klubbens HMS-arbeid

Asker Rideklubb skal søke å skape et godt klubbmiljø med fokus på glede, utfordring, samhold og sikkerhet for ryttere som er knyttet til klubben.

Det er viktig at erfarne ryttere/trenere rettleder nye og yngre ryttere på regler som gjelder i ridehuset. Vi vil alle ha en god tone i ridehuset og det er plass til alle. **Det er nulltoleranse for mobbing**

### Organisering

Asker Rideklubb er en frivillig organisasjon registrert i Brønnøysund-registeret (org.nr. 985 520 488). For nærmere organisering av klubben, se forskriftene.

Asker Rideklubb er tilsluttet Norges Rytterforbund (NRYF). NRYF er videre tilsluttet Norges Idrettsforbund. Asker Rideklubb er også tilsluttet Oslo og Akershus Rytterkrets, Akershus Idrettskrets og Asker Idrettsråd.

### Ansvarsfordeling innad i klubben

Klubbens styreverv har ulike funksjoner. Et av vervene skal inneholde rollen som sikkerhetsansvarlig for klubben. For oversikt over klubbens verv, se oversikt over styret (linkes til websiden)

- Asker Rideklubb eier og driver et ridehus
- Klubben bygsler tomtegrunn av Store Berg Gård v/Gunnar Syverud. Rideklubben har tinglyst veirett og parkering til ridehuset
- Gateadresse ridehus: Nedre Berg vei 19, 1384 Asker
- Postadresse: Asker Rideklubb, Postboks 467, 1384 Asker
- E-post: [admin@askerrideklubb.no](mailto:admin@askerrideklubb.no)
- Internett: [askerrideklubb.no](http://askerrideklubb.no)

Oversikt over instruktører og andre som leder aktivitet i klubben finnes på vår webside.

Aktivitetsskalender finnes på vår webside – her finnes oversikt over kurs og når ridehuset er ledig.



Asker Rideklubb er tilknyttet Norges Idrettsforbund gjennom Norges Rytterforbund. Reglene om politiattest for instruktører/kursledere gitt av Norges Idrettsforbund gjennomføres av klubben. Alle instruktører skal vise politiattest.

## **Opplæring og informasjon**

Asker Rideklubb holder kurs i stell av hest og forberedelse til å starte i konkurranser. Grønt kort kurs er en forberedelse til å løse rytterlisens som alle ryttere må ha for å starte i konkurranser. Ut over dette informerer klubben om gjeldende regler for å ferdes med hest i utmark og regler for ridning på veier. Asker Rideklubb avholder ikke ridestevner, kun for egne og nærliggende staller kan vi arrangere treningsstevner.

Asker Rideklubb arrangerer sprang- og dressurtrening for medlemmene.

Det utarbeides egne regler for all bruk av ridehuset. Medlemmene og andre som rir i ridehuset må gjøre seg kjent med disse.

## **Risiko og tiltak**

For å sikre at aktiviteter i regi av Asker Rideklubb foregår på en forsvarlig og sikker måte, skal trenere gjøre seg kjent med regler for bruk av ridehuset (se egne regler på web side).

Brukere av ridehallen må også gjøre seg kjent med instruks for bruk av ridehuset.

## **Førstehjelp ved skade/ulykke**

Viktige telefoner:

- 113                      Ambulanse
- 06780                  Legevakten, Bærum Sykehus
- 112                      Politi
- 66 76 42 00          Asker Brannvesen

Ved ulykke er det viktig at trener/leder o.a. bevarer roen, sjekker situasjonen og gir førstehjelp, eventuelt hjerte-/lungeredning (HLR<).

Førstehjelpsutstyr er i eget skap i ridehuset ved inngangsdøren.



## **Forsikring**

Medlemmer av lag tilsluttet NIF er dekket opp til og med det året de fyller 13 år.

## **Ridehus**

På Asker Rideklubbs webside er det en kalender over bruk av ridehuset. Denne oppdateres jevnlig, og her står det når ridehuset er ledig, opptatt eller stengt for aktiviteter.

Asker Rideklubb eier og driver ridehuset. Alle brukere og medlemmer må sørge for at det alltid er i orden når de forlater ridehuset. Er det ting som skal repareres må ansvarlige kontaktes.

Ved skader på eller i ridehuset – ring leder Berit Oxholm tlf. 920 84 393 eller vedlikeholdsansvarlig Sven-Erik Gullbekk tlf. 938 30 483

## **Revidering av HMS-plan og -rutiner.**

HMS-plan rutiner skal revideres hvert år.

Utarbeidet 1.august 2014