



**SMEDSTAD
RIDSPORTCENTER**

Haga

STALL & OMSORG

~ "Det är något med utsidan av en häst som är bra för insidan av en människa" ~

(-Sir Winston Churchill 1874-1965)

Handledning

-för dig som medföljande förälder och/eller assistent vid pararidning

Varmt välkommen som medhjälpare till en ryttare som funnit en passion i hästen som vän, intresse och i många fall, hjälpmedel.

Tid

I stallet är tiden din bästa vän. Lugna och harmoniska människor ger lugna och harmoniska hästar och där med den bästa inlärningsmiljön. Se till att ha gott om tid på dig och försök att koppla bort stress och andra störningsmoment från livet utanför Smedstad, även om det vid vissa tillfällen kan vara svårt. Med tiden på din sida kommer vistelsen på ridskolan att bli ännu bättre.

Tidigare vana

Självklart underlättar det att vara medhjälpare om man har tidigare hästerfarenhet, men att vara ny inom sporten är absolut inget hinder så länge viljan finns att skapa förutsättningar för sin ryttare. Vi guidar dig genom er vistelse och via dig kommer både rutiner och erfarenhet automatiskt. Vi har vana av många olika elever men om din ryttare är ny hos oss så känner vi inte honom eller henne. Här kan istället du lära oss. Då alla är olika tar vi gladeligen emot så mycket information som möjligt ifrån dig eller om möjligt från ryttaren själv. Gemensamt skapar vi vägar och möjligheter för en framtid tillsammans med hästen och ryttaren.

Hippocrates

Hippocrates är vårt administrativa system och härifrån faktureras ridlektionerna. Ryttaren behöver vara inlagd i Hippocrates för att kunna delta i lektionsverksamheten. Målsman till ryttare under 18 år ska vara kontoinnehavare och omyndig ryttare ska ligga under familj på kontot. Det behöver finnas en giltig mailadress dit fakturorna skickas samt adress- och personuppgifter. Har ryttaren en god man ska dennes uppgifter finnas på kontot så fakturor kan skickas direkt på dennes e-mail. Pararyttare ska också anmälas som funktionsnedsatt i systemet, då det möjliggör för föreningen bättre kunna påverka kommun, politiker, idrottsförbund samt andra aktörer att utveckla och stödja denna viktiga verksamhet genom faktiska siffror. Du hittar länkar till inloggningssidan i slutet av dokumentet. Vi hjälper dig gärna om du behöver.

Medlemskap

Alla ryttare på Smedstad Ridsportcenter måste vara medlemmar i Linköpings Fältrittklubb. Det är en policy som finns hos aktörerna runt Smedstad Ridsportcenter. I medlemskapet ingår en olycksfallsförsäkring som du kan läsa mer om på länken i slutet av dokumentet. Att vara medlem som förälder eller medhjälpare är inget krav men något som självklart är välkommet om man önskar för att bidra till ett levande föreningsliv i samhället. Om man väljer att inte vara medlem ber vi er att se över er egen olycksfallsförsäkring eller i vissa fall, din arbetsgivares olycksfallsförsäkring.

Ridlärare

Våra ridlärare har god utbildning. De har alla gått ridlärarutbildning under flera år och har lång erfarenhet av att arbeta med olika elever. Vårt mål är att alla ridlärare som arbetar med pararidningen är utbildade FU 1-3, "Funktionsnedsättning och delaktighet steg 1-3", vilket är Svenska Ridsportförbundets vidareutbildning för befintliga ledare inom sporten. Våra medhjälpare är handplockade efter utbildning, social kompetens och deras vilja att skapa lika förutsättningar för alla.

Hästen

Hästen som ryttaren får för dagen är mycket väl förberedd för sin uppgift. Den är van vid många olika situationer som kan dyka upp till exempel ovana ryttare, ovana medhjälpare, olika kroppsliga bekymmer samt våra olika hjälpmedel såsom ramp och lyft. Ryttarens häst är utvald av ridläraren efter den information vi mottagit ifrån den som bokat lektionen samt tidigare erfarenheter. Trots träning och information är hästen ett flyktdjur. Hur mycket vi än utsätter den så kan vi aldrig träna bort helt att den i vissa situationer vill fly. Det är en djupt rotad instinkt för att hästen ska kunna överleva i det vilda. Säkerheten är otroligt viktig för oss och på grund av detta är det viktigt att du som medhjälpare följer de anvisningar ridläraren ger dig för att minska olycksrisken så mycket som möjligt.

Utrustning

Som medhjälpare behöver du vara förberedd utrustningsmässigt. Du behöver ha varma kläder kalla dagar, men kläder där du fortfarande kan röra dig obehindrat. Kläderna behöver vara av oöm karaktär då undervisningen och hästhantering sker både i stallmiljö, i ridhus och i skog och mark. Oavsett väder ska du ha rejäla skor eller kängor (gärna med stålhatta) då du kommer att medverka nära hästarna och du ska vara beredd att gå både i sand, på stigar och i vissa fall i snö. Det är viktigt för oss att undervisningen och vistelsen i stallet inte avbryts på grund av medhjälparens kläder eller behov då vi vill sätta vår ryttare i centrum under hela tiden.

Stallregler

På Smedstad Ridsportcenter finns vissa regler som alltid måste följas. Du som medhjälpare måste vara väl införstådd i dessa. Reglerna finns för både människornas och hästarnas säkerhet. Eftersom hästar är vanedjur är de tryggast när alla behandlar dem på samma vis även om det finns flera sätt som är rätt. Här på Smedstad bär till exempel alla under 18 år även hjälm vid all hästhantering (för rullstolsburna finns ingen övre gräns utan alla bär hjälm) och vi binder alltid upp hästarna på anvisad plats när de görs i ordning inför och efter ridning. Det finns även ett tilläggsdokument för den som sitter i rullstol. Du hittar reglerna i länklistan längre ner i dokumentet samt på vår hemsida.

Att ta med

Som medhjälpare behöver du, förutom att ha koll på din egen utrustning, även ha kontroll på din ryttares saker. Det är viktigt att ryttaren har kläder efter väder och får med sig hjälm, handskar samt annan utrustning som ridläraren bedömt att ryttaren behöver.

Cafeteria

På övre plan med utsikt över våra två ridhus finns vår cafeteria. Dit är alla välkomna för påfyllning av både gott och nyttigt. Se vår hemsida för aktuella öppettider.

Kurser

Vi anordnar gärna kurser för medhjälpare där du kan bli tryggare i stallmiljön och i din närhet med hästen. Vi går igenom allt från klädsel till upp- och avstigning med ramp och lyft. Vill du, kan du också prova att rida. Kursen kan säljas som ett paket till boenden eller assistansbolag eller hållas i Smedstads regi med individuell anmälan. Vi har också flera kortfilmer rörande hästens beteende, utrustning samt specifikt för medhjälpare inom pararidning. Tag kontakt med ridskolan för att få tillgång till dessa.

Vi ber er åter igen för både er egen, er ryttares och för hästens skull att ha god tid på er till er vistelse i stallet. Då kommer ni finna ett lugn i stallet, en harmonisk ryttare samt att ni förhoppningsvis också kan få ett smakprov på den utsida hos hästen som är bra för er egen insida och ni kanske också kan finna en tid för återhämtning och energipåfyllning till er själva, tillsammans med er ryttare.

Tveka inte att höra av er till oss för vidare frågor, funderingar samt önskemål och utvecklingsförslag av vår verksamhet.

Kontakt

Bokningar och andra förfrågningar görs till Maja Johansson, 013-390 02 78 eller maja.johansson@hsoab.se

Frågor rörande anläggning, fakturor och konton görs till 013-390 02 70 eller info@hsoab.se

Länkar:

[Smedstad Ridsportcenter](#)

[Linköpings Fältrittklubb](#)

[Skapa konto på Hippocrates](#)

[Logga in i Hippocrates för dig som redan har ett konto](#) Ridskolans kod: HSO

[Medlemsförsäkring](#)

[Smedstad Café](#)

[Smedstad Ridsportcenters Paraverksamhet](#)

[Smedstad Ridsportcenters Facebooksida](#)

[Smedstad Ridsportcenters Instagram](#)

[Stallregler och ridsportens värdegrund](#)

[Tilläggsregler Pararidning rullstol](#)

**Vi hälsar dig varmt välkommen till Smedstad Ridsportcenter;
Haga Stall & Omsorg och Linköpings Fältrittklubb**