



Prevenzione degli infortuni nel curling

Aspetti generali rilevanti per la sicurezza

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

I monitori G+S

- decidono a seconda della situazione se imporre l'uso del casco (da neve) o di un berretto/benda.
- si assicurano che vengano indossate scarpe adeguate da curling oppure scarpe da sport con suola antiscivolo (una sola suola antiscivolo per hack).

Misure di prevenzione nell'attività sportiva

I monitori G+S

- svolgono un programma di riscaldamento muscolare adeguato al livello ponendo l'accento sul ginocchio (in maniera ludica, anche sequenze senza suola antiscivolo).
- svolgono degli esercizi per la stabilità del torso e l'agilità dell'anca.
- esercitano specificamente come muoversi in sicurezza sul ghiaccio, come entrarne e uscirne.
- si assicurano che i partecipanti si spostino solo 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.
- si assicurano che per spazzare si usino le soles antiscivolo.
- sanno come prestare il primo soccorso, dove trovare il materiale apposito e conoscono il numero d'emergenza 112.
- evitano l'uso dei laser per non mettere a rischio la vista dei partecipanti.

Sport per i bambini

I monitori G+S

- si assicurano che nelle attività con principianti sia presente un monitore per campo (rink).
- usano sassi Cherry-Rocker.
- giocano su una corsia accorciata.