

## Kledd for stallarbeid



Både når du skal ri eller arbeide i stallen, bør du være kledd på riktig måte. Tilpass alltid klærne etter arbeidsoppgave.

Det viktigste er at du har ordentlige fottøy når du arbeider i stallen. Det finnes gode arbeidssko med innebygd stålhette, som minsker risikoen for tråkkeskader. Sandaler, tøysko og tresko er ikke bra å bruke i stallen. Dersom du benytter samme fottøy både til ridning og arbeide, er det veldig viktig at du husker å ta av evt sporer når du er ferdig med å ri. Hvis ikke kan du risikere å snuble på sporene eller hekte deg fast i ting.

Temperaturen i stallen skal være tilpasset hestene, derfor kan det kjøles ganske kaldt i stallen om vinteren. Kle deg derfor godt når det er kaldt ute. Bli du svett når du rir eller arbeider i stallen, er det lurt å ha med tørre klær så du kan skifte så du slipper å bli forkjølet. Om sommeren, når det er varmt og godt, skal du også tilpasse klær og utstyr etter arbeidsoppgavene. Shorts og sandaler passer ikke sammen med stall og hester. Du kan få stygge sår om du faller på grusen. Topper med hette skal ikke brukes i stallen eller ved ridning. Du kan lett sette deg fast med hetten og bli strupt. Bruk gjerne hansker i stallen, og alltid ved longering, lasting av hest eller når du leier hesten til og fra luftegården. Ved å bruke hansker slipper du å skade hendene.

Smykker som piercing, øreringer og –anheng og ringer skal ikke brukes, verken ved ridning eller håndtering av hest, dersom det er en risiko for at noe kan hekte seg fast og skade deg. Dersom du har ringer på fingrene når du steller hestens høver, kan det øke risikoen for at sømpissene på utsiden av hovveggen kan hekte seg fast og skade fingrene dine. Husk også at du kan få store skader hvis du har fingrene i bittringene eller i ringene på grimen når hesten leies.

### **Stallklær utenfor stallen**

Ikke bruk stallklær når du ikke er i stallen. Det er lurt å ha ekstratøy med i stallen, slik at du kan skifte når du drar derfra. Det er mange mennesker som er allergiske mot hester, og det er det viktig å respektere. For en allergiker kan det være farlig å stå ved siden av noen som lukter hest på bussen eller i butikken.



Hentet fra <http://www.rytter.no/Hestensvelferd/Kunnskapsbibliotek/Utstyr/Kleddforstalljobb.aspx>